

ЎЗБЕКИСТОН РЕСПУБЛИКАСИ ОЛИЙ ВА ЎРТА
МАХСУС ТАЪЛИМ ВАЗИРЛИГИ
ФАРГОНА ДАВЛАТ УНИВЕРСИТЕТИ
ПЕДАГОГИКА ФАКУЛЬТЕТИ

Психология йўналиши

12.412-гуруҳ битиравчиси Қорабоева (Хусанова) Мақсадаҳон
Махмуджон қизининг

“Бошланғич синф ўқувчиларида соғлом турмуш тарзига
интилишни шакллантиришнинг самарали психо-педагогик
усуллари”

мавзусидаги

БИТИРУВ
МАЛАКАВИЙ ИШИ

Илмий раҳбар: катта ўқитувчиси М.Зокирова

Фарғона - 2016

Битиув малакавий иш кафедранинг 2016 йил__ майдаги__-
йиғилишида муҳокама қилинган ва ҳимояга тавсия етилган.

Кафедра мудири _____ М.Исақова

Тақризчи:

Мундарижа

Кириш.....	3
I-Боб. Бошланғич синф ўқувчиларида соғлом турмуш тарзига интилишни шакллантиришнинг илмий назарий асослари.	
1-§.Бошланғич синф ўқувчиларида экологик маданиятни шакллантиришнинг психолого-педагогик асослари.....	10
2-§.Бошланғич синф ўқувчиларида соғлом турмуш тарзига интилишни шакллантириш имкониятлари.....	19
3-§.Бошланғич синф ўқувчиларида соғлом турмуш тарзига интилишни шакллантириш технологияси.....	27
I - боб юзасидан хулосалар.....	37
II-Боб. Бошланғич синф ўқувчиларида соғлом турмуш тарзига интилишни шакллантиришнинг эмпирик таҳлили.	
1-§ Синфдан ташқари тадбирлар жараёнида ўқувчиларда соғлом турмуш тарзига интилишни шакллантиришнинг психо-педагогик усуллари.....	38
2-§. Боншланғич синф ўқувчиларида соғлом турмуш тарзига интилишни шакллантириш бўйича ўтказилган тажрибаларнинг психологик таҳлили... <td>50</td>	50
II - боб юзасидан хулосалар.....	59
Хулоса.....	60
Тавсиялар.....	62
Фойдаланилган адабиётлар рўйхати.....	63

Кириш

Ўзбекистонда жамиятни демократлаштириш ва янгилаш, мамлакатни модернизация ва ислоҳ этиш жараёни кетмоқда.¹ Ушбу жараёнларда иштирок этиш кўп жиҳатдан юқори даражадаги умумий ва маҳсус билимлар, юксак маданият, маънавият ва кенг дунёқарашга эга бўлган маданий савияси баланд баркамол инсон шахсини шакиллантиришга боғлиқ. Зотан, ана шундай шахсина ижтимоий таракқиёт мўлжалларини ва миллат манфаатларини чуқур англаб етади Ватан равнақи йўлида хизмат қиласди.

Мамлакатимизда жисмоний соғлом, маънавий етук, ҳар томонлама уйғун ва баркамол ривожланган, мустақил фикрлайдиган, интеллектуал салоҳиятга, чуқур билим ва замонавий дунёқарашга эга, Ватанимизнинг тақдирни ва келажаги учун масъулиятни ўз зиммасига олишга қодир бўлган ёш авлодни тарбиялаб вояга етказиш вазифасини изчил давом эттириш учун аниқ мақсадга қаратилган кенг кўламдаги комплекс чора-тадбирларни амалга ошириш, давлат ва жамиятнинг барча куч ва имкониятларини шуйўлда сафарбар этиш мақсадида 2014 йил «Соғлом бола йили», 2016 йил “Соғлом она ва соғлом бола йили” деб эълон қилини.

Бу йилда амалга оширилажак ишлардан энг муҳими инсонларнинг соғлиги болаларимизнинг соғлом турмуш тарзига интилиш, мавжуд экологик муаммоларни бартараф этишdir. У эса жуда кичик ёшидан бошлаб болаларда соғлом турмуш тарзига интилишни шакиллантиришни, экологик маданиятни тарбиялашни тақоза этади.

Шунинг учун ҳам, Президент И.Каримов маънавият соҳасидаги ишларимизнинг пировард мақсади “мустақил дунёқарашга эга, аждодларимизнинг бебаҳо мероси ва замонавий тафаккурга таяниб яшайдиган баркамол шахс - комил инсонни тарбиялашдан иборат” – деганеди . Баркамол инсон шахси манавий қиёфасидаги экологик маданият алоҳида аҳамият касб этади.

¹Каримов И.А. Бизнинг бош мақсадимиз-жамиятни демократлаштириш ва янгилаш, мамлакатни модернизация ва ислоҳ этишdir. Т.: 2005. 96 б.

Инсоният яралибиди, бу кўхна замин она табият ҳам унга ҳамоҳангдир. Шунинг учун инсон ташки мухитда вужудга келган боғланишларнинг бузулишига йўл қўймаслиги лозим.

Турмуш тарзи–инсон ҳаётининг таянч нуқтасики, ҳар бир инсон унга таянган ҳолда, ўз ҳаётини тубдан ўзгартиришга эришиши мумкин. Турмуш тарзини белгиловчи бош омил инсоннинг ўзидир

Экология одам ва олам, инсон ва жамият ўртасидаги муносабатларнинг узвийлиги бўлиб, унинг мазмунида жамият маънавий, руҳий ва ахлоқий қарашлар, кишини курсаб турган олам, унинг тараққиёт омилларини ўрганишга, ҳаёт мазмунини англашга чорловчи жараёнлар ўз ифодасини топади. Экология бутун мавжудод, жонли ва жонсиз оламга нисбатан инсон муносабатларини ақл-идрок, чексиз тафаккур орқали баркамоллаштириш гоясини ўзида мужассам этади.

У соғлом турмуш тарзининг бир бўлаги бўлиб, инсонга хос бўлган поклик, эзгу ният, покиза туйғу, тупроқни муқаддас билиш, Ватанин севиш сингари олийжаноб фазилатларни шакллантириш имконини беради.

Табиатдаги барча тирик организмлар инсоннинг моддий ва маънавий эҳтиёжларини қондиришга хизмат қиласи. Қолаверса, инсоннинг соғлиги, узоқ ва мазмунли умр кечириши, яшаши, ҳаёти ва бошқа шу каби ҳолатлари ҳам экологик мухитнинг соғломлигига боғлиқ.

XX асрга келиб экология инсоният тарихида умумбашарий муаммога айланди. Шунинг учун ҳам Президентимиз И.А.Каримов экологик муаммоларни ҳавфсизликнинг асосий таҳдидларидан бири сифатида санаб ўтганлар.

Президентимиз И.А. Каримовнинг, “Ўзбекистон XX1 аср бўсағасида: ҳавфсизликка таҳдид, барқарорлик шартлари ва тараққиёт кафолатлари” китобларида ҳам алоҳида ургу билан таъкидлаб ўтилган.

Республикамизнинг “Талим тўғрисида”ги Конуни ва “Кадрлар таёрлаш миллий дастури” нинг асосий мақсади - ёш авлодни истиқлол мафкураси асосида соғлом, ҳар томонлама ривожланган шахс сифатида тарбиялаш ва

атроф мұхитта нисбатан экологик маданиятни шакллантиришдан иборат.

Ўзбекистон Республикасининг Президенти И.А.Каримовнинг “Ўзбекистонаср бўсағасида: хавфсизликка таҳдид, барқарорлик шартлари ва тараққиёткафолатлари” номли асарида қуидагилар қайд этилган: “XX1 аср бўсағасида, фан-теҳника тараққиёт жадал суратлар билан ривожланиб бормоқда. Дунёning жуғрофий - сиёсий тузулиши ўзгармоқда. Бундай шароитда инсон томонидан биосферага кўрсатилаётган тасирни тартибга солиш, ижтимоий тараққиёт билан қулай табий мұхитни сақлаб қолишининг ўзаро таъсирини уйғунлаштириш, инсон ва табиатнинг ўзаро муносабатларида мувозанатга эришиш муаммолари борган сари долзарб бўлиб қолмоқда”² дир.

Атроф мұхитни мұхофаза қилиш муаммолари умуминсоний аҳамият касб этаётган, инсониятнинг табиий мұхитта етказган салбий оқибатлари қайта кўриб чиқилаётган бир пайтда шу нарса маълум бўлдики, ахолининг барча қатламларида соғлом турмуш тарзига интилишни ва экологик маданиятни шакллантириш муаммоси инсон онгидаги ўзгаришлар билан бевосита боғлиқ.

Шундай экан, ўқувчиларда соғлом турмуш тарзига интилишни ва экологик маданиятни шакллантириш, уларда экологияга оид билим ва тушунчаларни шакллантириш мұхим аҳамиятга эга.

Соғлом турмуш тарзи ва экологик таълимнинг педагогик фалсафий асослари масаласи академик И.Д.Зверов, А.Н.Захлебний, Э.О.Турдиқулов, И.Суравегина, И.Матрусов ва бошқа бир қатор олимларнинг илмий тадқиқот ишларида ўз аксини топган. Ўзбекистонлик олимлардан Ю.Шодиметов, Б.Зиёмуҳаммедов, А.С.Тўхтаев, Э.В.Қодиров, О.Қудратов, Ж.Холмуродов, А.Н.Нигматов қабилар ўз тадқиқотларида экология тушунчаси, унинг мазмунни, атроф-мұхит ва инсон муносабатларининг турли иқтисодий, табиий, миший аспектлари, экологик таълимнинг ижтимоий-фалсафий жиҳатларини

²Каримов И.А. Ўзбекистон XX аср бўсағасида: хавфсизликка таҳдид, барқарорлик шартлари ва тараққиёткафолатлари. Т.: 1997.-114 б.

ўргандилар.

Л.Т.Шоносированинг илмий тадқиқотида мактабгача ёшдаги болаларда экологик дунёқарашни шакллантириш масалалари тадқиқ этилган. М.А.Юлдашев, М.М.Абдуллаев, Н.Ашурваларнинг илмий тадқиқотларида бошланғич синф ўқувчиларида экологик билимларни шакллантириш масалалари тадқиқ этилган

Тадқиқотлар таҳлилидан маълум бўлдики, мактабгача таълим, умумий ўрта таълим мазмунини экологияга доир билимлар билан бойитилиб, ўқувчиларнинг экологик саводхонлигини ошириш муаммоси ҳал этилган. Умумий ўрта таълим, академик литерай ва касб-ҳунар коллежлари тизимида экологик таълим-тарбия юзасидан бир қатор илмий ишлар амалга оширилган. Аммо узлуксиз таълим тизимининг асосий ва муҳим бўғични бўлган бошланғич таълим жараёнида ўқувчиларга узвий ва узлуксиз экологик таълим бериш асосида, уларда соғлом турмуш тарзига интилишни шакллантириш муаммоси илмийпедагогик-психологик жиҳатдан ҳал этилмаган.

Бу ҳол бошланғич синф ўқувчиларида соғлом турмуш тарзига ва экологик маданиятнинг шаклланишига салбий таъсир этади. Давр эса барча инсониятга, жумладан, ёшларга экологик таълим-тарбия бериш зарурлигини тақозо этмоқда. Бу омиллар бошланғич синф ўқувчиларида соғлом турмуш тарзини ва экологик маданиятни шакллантиришнинг илмийпедагогик-психологик асосларини ишлаб чиқиши долзарб муаммо сифатида кун тартибиага қўймоқда.

Ана шу нуқтаи назаридан келиб чиқсан ҳолда тадқиқотимиз мавзусини “Бошланғич синф ўқувчиларида соғлом турмуш тарзига интилишни шакллантиришнинг самарали психо-педагогик усуслари” деб номлашга қарор қиласлик.

Тадқиқот ишимизнинг мақсади: Бошланғич синф ўқувчиларида соғлом турмуш тарзига интилишни шакллантириш технологиясининг назарий ва амалий асосларини ишлаб чиқиши.

Тадқиқотнинг предмети: Бошлангич синф ўқувчиларида соғлом турмуш тарзига интилишнишакллантиришнинг мазмуни ва шакллари.

Тадқиқотнинг обьекти: Фарғона вилояти, Кўштепа тумани умумтаълим мактабларининг “Одобнома” фани ва бошлангич синф ўқитувчилари жами 49 нафар репондентлар.

Тадқиқотнинг илмий фарази: ўқувчиларни кичик мактаб ёшиданоқ соғлом турмуш тарзига интилиш маданияти шакллантирилса, ўз-ўзига, она заминга, табиатга нисбатан меҳр-шавқатли бўлишни улар онгига тўғри етказа олинса, бу масъулиятли жараёнда миллий бойлигимиз бўлган маданий мерос, ибратли пандномалар, ривоятлар ва ҳикоятлардан, ҳаётий воқеалардан ўринли фойдалана олинса, келажакда уларда экологик маданият шаклланиши, табиатнинг ишончли ҳимоячилари экологик муаммоларни бир қадар бартараф эта олувчи инсонлар тарбияланиши мумкин.

Тадқиқотда қўйидаги вазифаларилари сурилади:

Илмий - назарий адабиётлардан соғлом турмуш тарзининг ҳозирги давр муаммоларини ўрганиш.

Ўқувчиларда соғлом турмуш тарзига интилишни шакллантиришда таълим-тарбия тарихи тажрибаларини таҳлил қилиш;

Ўқувчиларда соғлом турмуш тарзига интилишнишакллантириш имкониятларини аниқлаш.

Турли илмий - тадқиқот методлари асосида ўқувчиларда соғлом турмуш тарзига интилишнишаклланганлик даражасини аниқлаш.

Экологик талим-тарбия орқали бошлангич синф ўқувчиларида соғлом турмуш тарзига интилишни шакллантириш технологиясини ишлаб чиқиш.

Бошлангич синф ўқувчиларида экологик маданиятни шакллантиришнинг шакллари, методлари, воситаларини белгилаш ва педагогик шарт-шароитларни аниқлаш;

Бошлангич синф ўқувчиларида соғлом турмуш тарзига интилишнишакллантиришга йўналтирилган илмий-услубий тавсиялар ишлаб чиқиш ва уларнинг самарадорлик даражасини аниқлаш.

Тадқиқотнинг методологик асоси: Ўзбекистон Республикаси Конституцияси, Ўзбекистон Республикасининг “Таълим тўғрисида”ги Қонуни, Кадрлар тайёрлаш миллий дастури, Ўзбекистон Республикасининг “Табиятни муҳофаза қилиш тўғрисида”ги Қонунлари, Ўзбекистон Президенти И.А.Каримовнинг экологияга оид асарлари, Ўзбекистон ҳукуматининг экологияга доир қарор ва меёрий хужжатлари, Шарқ мутафаккирларининг соғлом турмуш тарзи ва экологик тарбия ҳақидаги қарашлари, инсон ва табиатнинг ўзаро алоқадорлиги қонуниятларини билишга оид фалсафий қарашлар, инсон саломатлиги ва маънавиятнинг экологик муаммоларга боғлиқлиги тўғрисидаги қоидаларга таянилди.

Тадқиқот методлари:

Кузатиш. Тажрибаларни ўрганиш ва умумлаштириш. Анкета сўровлари, таққослаш, интервю сухбат.

Тадқиқотларнинг илмий янгилиги:

Бошлангич синф ўқувчиларида соғлом турмуш тарзига интилишни шакллантиришнинг самарали психо-педагогик усулларини илмий - назарий жиҳатдан асослаш, билимлар мазмунини бойитиш ва кенгайтириш, воситаларини белгилаб бериш ва педагогик-психологик шарт - шароитларни аниқлаш битирув малакавий иш доирасида ўрганилаётганлигидир

Тадқиқот натижаларининг илмий ва амалий аҳамияти: “Бошланғич талим педагогикаси ва методикаси” курслари, экологик маданиятни шакллантиришга доир илмий - педагогик маълумотлар билан бойитилди. Ўқувчида соғлом турмуш тарзига бўлган иштиёқ, мотивни шакллантиришнинг мазмuni, шакли, методлари, воситалари белгилаб берилди. Тадқиқот ишида илгари сурилган илмий - назарий ғоялар ўқувчида соғлом турмуш тарзига интилишни шакллантиришга имкон беради. Илмий - методик тавсиялардан эса бошланғич синф ва “Одбонома” фани ўқитувчилари, малака ошириш ва қайта тайёрлаш курслари тингловчиларини янги маълумотлар билан бойитиши мумкин.

Битирув малакавий ишнинг тузилиши. Тадқиқот иши кириш, икки боб, бешта параграф умумий хулоса ва тавсиялар, фойдаланилган адабиётлар рўйхати ҳамда иловалардан иборат.

I-Боб. Бошланғич синф ўқувчиларида соғлом турмуш тарзига интилишни шакллантиришнинг илмий назарий асослари

1.1-§. Бошланғич синф ўқувчиларида экологик маданиятни шакллантиришнинг психологик-педагогик асослари

XX асрга келиб экология инсоният тарихида умумбашарий муаммога айланди. Экологик хавфсизлик кишилик жамиятининг бугуни ва эртаси учун долзарблиги, жуда зарурлиги боис энг муҳим муаммолар жумласига киради. Бу муаммолар амалий тарзда ҳал этилса, қўп жиҳатдан ҳозирги ва келгуси авлод турмуш шароитини яхшилаш имконини беради.

Екология ҳозирги замоннинг кенг миқёсидаги кескин ижтимоий муаммолардан биридир. Уни ҳал этиш барча халқларнинг манфаатларига мос бўлиб, сивилизациянинг ҳозирги куни ва келажаги қўп жиҳатдан ана шу муаммонинг ҳал қилинишига боғлиқдир.

Екологик хавфсизлик муаммоси аллақачонлар миллий ва минтақавий доирадан чиқиб, бутун инсониятнинг умумий муаммосига айланган. Табиат ва инсон ўзаро муайян қонуниятлар асосида муносабатда бўлади. Бу қонуниятларни бузиш ўнглаб бўлмас фалокатларга олиб келади. Инсоннинг табиат имкониятларини ва унинг ривожланиш қонуниятларини ҳисобга олмай жадал юритилган хўжалик фаолияти, атмосфера ифлосланиши, аzon қатламишининг бузилиш ва ҳоказоларнинг рўй беришига олиб келди. Бунинг натижасида бутун дунёда экологик муҳитнинг ёмонлашуви билан боғлиқ, турли-туман касалликлар ортиб бормоқда. Ҳозир XXI аср бўсағасида, фантехника тараққиёти жадал суръатлар билан ривожланиб бормоқда. Дунёнинг жуғрофий-сиёсий тузилиши ўзгармоқда. Бундай шароитда инсон томонидан биосферага кўрсатилаётган таъсирни тартибга солиш, ижтимоий тараққиёт билан қулай табиий муҳитни сақлаб қолишининг ўзаро таъсирини уйғунлаштириш, инсон ва табиатнинг ўзаро муносабатларида мувозанатга эришиш муаммолари борган сари долзарб бўлиб бормоқда.

Ўзбекистоннинг экологик хавфсизлиги нуқтаи назаридан қараганда, сув заҳираларининг шу жумладан ер усти ва ер ости сувларининг кескин

тақчиллиги ҳамда ифлосланганлиги катта ташвиш туғдирмоқда. Республиkaning дарёлари, каналлари, сув омборлари ва ҳатто ер ости сувлари ҳам ҳар тарафлама инсонфаолияти таъсирига учрамоқда. Ичимлик сув таъминоти манбасининг ифлосланиши республикада, айниқса, Орол бўйида касалликка чалинишнинг юқори даражасига сабаб бўлмоқда. Орол денгизининг қуриб бориши хавфи ғоят кескин муаммо бўлиб қолди. Орол танглиги инсоният тарихидаги энг йирик экологик ва гуманитар фожеалардан биридир.

“Табиат билан ҳазиллашиб бўлмайди. У ҳамиша ҳаққоний, ҳамиша қаттиққўл, ҳамиша жиддий. У доимо ҳақ, ҳато ва янглишларга эса одамларнинг ўзлари сабабчиидир”, - деб таъкидлаган эди Гёте.

Шу сабабли, атроф - муҳитни муҳофаза қилиш ва табиат бойликларидан унумли фойдаланиш, ҳозирги кунда бутун инсоният учун тобора муҳим аҳамият касб этмоқда. Шунинг учун экологик масалаларни яхши англа билиш ҳамда уларни тўғри амалга ошириш жамиятнинг ва ҳар бир кишининг хаётий заруриятига айланмоғи лозим.

Табиатни қайта ўзгартириш шароитида инсон саломатлигини сақлаш муаммоси. Тадқиқотчиларнинг кузатишларига кўра, кишиларнинг ўртача умри қисқариб бормоқда. Аҳоли саломатлиги камида 50 фоиз турмуш тарзига, 15-20 фоиз атроф - муҳитга, яна шунча миқдорда одам ирсияти ва соғлиқни сақлаш хизматига боғлиқ экан. Шу сабабли инсон саломатлиги нуқтаи назаридан ҳам атроф муҳитни муҳофаза қилиш зарурияти вужудга келган.

Атроф - муҳитни ифлосланишидан ҳимоя қилиш муаммоси. Ишлаб чиқаришнинг атроф-муҳитга таъсири муттасил кучаймоқда. Саноат қишлоқ хўжалиги ва майший хизмат корхоналарининг чиқинди ва оқавалари туфайли табиат ўзига ёт моддалар билан тўйинмоқда сув ҳаво ва тупроқнинг табиий сифати бузилмоқда.

Тирик табиат ирсиятини муҳофаза қилиш муаммоси. Атроф муҳитнинг ифлосланиши туфайли тирик мавжудотлар ирсиятида салбий ўзгаришлар

пайдо бўлмоқда. Кўплаб ўсимликлар ва ҳайвонот турлари ҳалокат ёқасида турибди.

Юқорида таъкидланган экологик муаммоларнинг кескинлашуви ер юзининг айrim ҳудудларида экологик оғатлар рўй беришига сабабчи бўлмоқда. Мана шундай инқирозлардан бири бизнинг Республикамиз, яъни орол ва оролбўйи минтақасида ҳам рўй бермоқда. Бу муаммо бўйича Марказий Осиё давлатлари раҳбарларининг бир неча бор учрашуви бўлиб ўтди ва тегишли қарорлар қабул қилинди.

Республикамиз раҳбарияти экологик муаммоларнти тез ва ижобий ҳал қилишга, оналик ва болаликни ҳимоя қилишга биринчи навбатда эътибор бермоқди. Республикамиз Президенти И.Каримовнинг маҳсус фармони билан “Соғлом авлод учун” ордени ва шу номдаги жамғарма ташкил этилганлиги бунга мисолдир. Зоро, оналик ва болаликни муҳофаза қилиш, соғлом авлодни тарбиялаш ва миллатни соғломлаштириш энг аввало табиатни, атроф-муҳитни муҳофаза қилиш, унинг сифатини яхшилашни талаб этади.

Табиат, жамият ва ҳаётни инсон учун яратилган моддий - маънавий немат сифатида талқин этиш уни асраб авайлашга даъват этиш қадимги маънавий меросимизнинг буюк гуманистик мавзуни ташкил этади.”Авесто” - бунинг ёрқин намунасиdir. “Қуръон карим” ва “Ҳадиси шаърифда ҳам табиатни муҳофаза қилиш, бойитиш покиза сақлашга оид панд - насиҳатлар ўз аксини топган.

Табиат инсоният учун нафақат истеъмол манбаи, балки унинг маънавиятини ўстириш, эстетик дунёқарашини тарбиялаш омили ҳамdir. Шу сабабли табиатнинг соғлигини сақлаш, уни кўпайтириш инсоният истиқболини кафолатлабгина қолмай, шу билан бирга келгуси авлоднинг маънавий камолотини таъминлашга ўз ҳиссасини қўшади. Шу ўринда Ўзбекистон Республикаси Президенти И.А.Каримов табиатнинг инсоният ҳаётига фаол таъсирини қўйидагича ифодалайди: “Табиатга яқинлик, жонажон ўлканинг бениҳоя гўзаллигидан баҳраманд бўлиш маънавиятга озиқ беради, кучайтиради. Маънавият ўз халқининг тарихини, унинг маданияти ва

вазифасини чукур билиш ва тушуниб этишга суюнгандагина қудратли кучга айланади. Тарихга мурожат қилар эканмиз, бу халқнинг хотираси эканлигини назарда тутишимиз керак. Хотирасиз баркамол киши бўлмаганидек, ўз тарихини билмаганхалқнинг келажаги ҳам бўлмайди”.

Ўзбек халқининг бой маънавий-маданий мероси, миллий қадриятлари ўсиб келаётган авлодда энг олий инсоний сифатларни тарбиялашда катта имкониятларга эга. Марказий Осиё алломаларининг жаҳон илм-фани ривожини таъминлаган илмий қарашлари ўзининг педагогик (таълимий-тарбиявий) моҳиятига кўра миллий қадриятлар орасида алоҳида ўрин тутади. Улар томонидан илгари сурилган ҳамда асрлар давомида ёшларда атроф-муҳитга тўғри муносабатни тарбиялаш, табиат муҳофазаси учун масъулият хиссини шакллантиришга ёрдам берувчи экологияга оид қарашларидан фойдаланиш бугунги кунда ҳам экологик таълим-тарбиянинг самарали бўлиши учун муҳим ғоявий асос саналади.

Бошлангичч таълим ўқувчиларига дастлабки экологик билимларни бериш, уларда ёшлиқданоқ соғлом турмуш тарзига интилиш, табиат ва атроф-муҳитга масъулиятли ёндашиш кўникма ва малакаларини тарбиялашда алоҳида ўрин тутишини ҳисобга олган ҳолдабойитишга жиддий эътибор қаратиш мақсадга мувофиқдир. Дарс жараёнида экологияга оид материаллардан фойдаланиш бошлангичч синф ўқувчиларида соғлом турмуш тарзига интилиш ва экологик билимларни ўрганишга қизиқиши юзага келтиради, шунингдек, миллий- маънавий қадриятлар моҳиятини чукур англашлари учун имконият яратди. Соғлом турмуш тарзига интилишни шакллантиришда ёзувчи ва шоирларнинг асарларини ўрганиш жуда муҳимдир. Чунки ёзувчи ва шоирлар ўз асарларида инсон ва табиат муносабати масаласини ҳеч қачон четлаб ўтмайдилар. Уларнинг асарларида экологик тарбия фақат табиатни муҳофaza қилиш тарзидагина эмас, балки инсонпарварлик, инсон тафаккурини ривожлантириш, маънавий ахлоқий хислатларни тарбиялаш каби муҳим муаммолар билан боғлиқ ҳолда ўз ифодасини топади. Бадиий адабиёт намояндлари инсоннинг ўзини ҳам

табиатнинг бир зарраси сифатида дунёни ўзгартирувчи, уни бойитувчи мавжудод деган нуқтаи назарни илгари сурадилар. Бу борада Алишер Навоий асарларига мурожаат этиш, ундаги табиат масалаларини таҳлил этиш ўқувчиларнинг экологик маданият ҳақидаги тушинчаларини ривожлантиради. Чунки Алишер Навоий ўз ижоди ва фаолияти давомида атроф-муҳитга, табиатнинг бир қисми бўлган инсоният турмуштарзига катта эътибор беради. Инсон саломатлиги учун табиатнинг қанчалик муҳим эканлигини кишилар онгига етказишга ҳаракат қиласди. Шоир жисмонан соғлом, ақлан етук кишиларнинг кўп бўлиши учун авваламбор “соғлом ижтимоий муҳит” яратиш кераклигини назарда тутади ва бу ишларни амалга оширишда ўзи бош-қош бўлади. У оби-ҳаёт, сув муаммосига алоҳида эътиборини қаратади. Навоий ариқ қазиш, зовурларни тозалаш, сув чиқариш каби ишларга раҳбарлик қиласди ва ўзининг асарларида ҳам бу ғояларни илгари суради.

Алишер Навоий “Фарҳод ва Ширин” достонида фақат севги садоқатни куйлаб қолмасдан, эл-юрт ободлиги, кишиларнинг баҳт-саодати, соғлом турмуш тарзи, мардлик ва жасурлик ғояларини илгари суради. Табиат ва ижтимоий муҳитқўйнида камол топган Фарҳод образи орқали ватанпарвар, халқсевар, юксак маънавиятли, ҳар томонлама етук, жисмонан соғлим, руҳан пок, иродаси кучли, тафаккури серқирра, полвон, фозил ва комил ўғлон образини гавдалантиради.

Фарҳод бор куч - ғайратини инсонларнинг фаровон турмуш тарзига бағишлийди. Ариқлар қазиб, зовурларни тозалайди, тоғ - тошларни ёриб, сув келтиради. Табиатни обод қилиб, инсонларга соғлом турмуш тарзини яратади. У биргина Ширинни севиб қолмасдан, балки унинг Ватанини, элинин, табиатини ҳам эъзозлайди.

Алишер Навоий Фарҳодга ўхшаш фозил ва ботир, билаги кучга тўлган, иродали, ишбилармон ёшларнинг кўпайишини орзу қиласди. Мана шундай “соғлом авлод” нинг ўсиб улғайиши учун зарур бўлган соғлом ижтимоий муҳит бўлиши ҳақидаги илғор долзарб, умумбашарий ғояларни илгари

суради.

Аллома узок ўлкаларнинг фасл ўзгаришларини бир - биридан фарқи, ўсимлик ва ҳайвонот дунёсининг ҳам табиатга мослашиб яшashi, жой танлаши каби маълумотларни ўз даври нуқтаи назари билан ёндашган ҳолда кишилар онгига етқазишга ҳаракат қилади. Шоир кишиларнинг мавсум билан боғлиқ ҳолда кийинишини ҳам таърифлаб ўтади. Кийим хушбичим ва чиройли бўлиши, ҳар бир киши ёшига мос мато ва ранг танлаши зарур эканлигини қуидаги ҳикматли сўзларда келтириб ўтади:

Куруқ ёғочқа эрур, боғламоқ шукуфаю барг,

Қарики истаса киймак қизил, ёшил хилъат.

Қариган одам қариган пайтида ёшларга ўхшашни орзу қилиб қизил ёки яшил либос кийса, гўёки бу қуриган ёғочга гул ва барг боғлаб қўйиш билан баробардир.

Навоий ташаббуси билан Ҳиротда ”Дорушшифо”, яъни инсон саломатлиги учун хизмат қиласиган даволаш уйи очилади. Мана шу ашёвий далилларда бу улуғ зотнинг табобат фанини яхши билиши, табобат билан қизиқиши, инсонпарварлик ҳаракатлари ўз ифодасини топади.

Алишер Навоий ижодида таъбиятга оид ғоялар, фикрлар ва қарашларни алоҳида ўрганиш, ёшларимиз онгига табиат ҳодисалари, унинг гўзаллигига, ундаги мавжуд жонсиз ва жомли борлиққа нисбатан меҳр - муҳаббат, муруват, меҳр - шавқат ва нафосат туйғуларини ривожлантиришда муҳим омилдир.

Навоийнинг табиат ҳақидаги асарларини ўрганиш орқали адабий таълим жараёнида ўқувчиларнинг соғлом турмуш тарзига интилишни ва экологик маданиятни шакллантиришда қуидаги талабларни амалга оширишни тақозо этади деган хulosага келдик:

- бадиий асарлар ҳолатини ҳис этиши ва ҳиссиётни ўз фаолиятида намоён эта олиши;

- бадиий асар қаҳрамонининг инсон ва табиат, унинг мутаносиблигига доир энг муҳим хусусиятларини фарқлай олиши;

- она - замин, она - табиат, она Ватан бойликлари, унга муҳаббат кўзи билан қараш, уни асраб - авайлаш ҳақидаги фикр - мулоҳазаларни ифодалай олиши;

- қийин вазиятлардан чиқиб кета олиш масалалари ўрганилган бадиий асар қаҳрамонлари мисолида ҳис эта лоиши;

- экологик маданиятга, турмуш тарзини ўрганишга хос хислатлар, фазилатлар ҳақида билим малака ва кўникмага эга бўладилар.

Умумтаълим мактабларининг бошланғич синфларида бериладиган экологик билимлар ўзига хос хусусиятга эга бўлиб, ўқувчиларда соғлом турмуш тарзига интилиш ва экологик маданиятни шакллантиришга хизмат қиласди.

Юқоридаги фикрларни таҳлил қилиб, соғлом турмуш тарзига ва экологик маданиятга қуидаги таъриф берамиз. Соғлом турмуш тарзи-табиатни, жамиятни ва ўз-ўзини муҳофаза қилиш, унинг бойликларидан оқилона фойдаланиш, фаол ҳаётй позицияда туриш ва амал қилиш. Экологик маданият- бу табиат ҳақидаги билим, онг, идрок, саводхонлик, интиллектуал салоҳият ва уни амалда қўллай билиш фаолиятининг юксак кўрсатгичи, онгли ва масулиятли ёндашувдир. Унда табиат билан инсон ўртасидаги ўзаро оқилона, масъулиятли муносабат таркиб топади.

Таҳлилларимиз натижасида бошланғич синфларда соғлом турмуш тарзига интилиш ва экологик маданиятни шакллантиришнинг педагогик - психологик жиҳатлари аниқланди ва албатта бу жараён ахлоқий, экологик таълим - тарбия асосида амалга оширилади.

Демак, ўқувчиларнинг соғлом турмуш тарзига интилиш ва уларнинг экологик маданиятини шакллантириш деганда, юқори даражадаги онглилик, юксак масъулиятга таянувчи, манавиятли - интиллектуал салоҳиятли, атроф муҳитни муҳофаза қилиш ҳаракатида фаол иштирок этишга эҳтиёж сезувчи баркамол шахс шакллантиришдаги бир бутун мақсадга йўналтирилган педагогик ва психологик жараён назарда тутилади.

Бошланғичч синф ўқувчиларида соғлом турмуш тарзига интилиш ва

экологик маданиятни шакллантириш муаммосининг муҳимлиги илмий адабиётларда ўз ифодасини топган. Зеро, бошланғич синф ўқувчилари экологик маданиятини шакллантириш ҳозирги даврнинг энг долзарб муаммолари қаторига киради.

Таҳлиллардан маълум бўлдики, қадимда инсоннинг табиат билан алоқаси ҳозирги замонга қараганда мустаҳкамроқ бўлган. Аждодларимиз қолдирган улкан маънавий мерос ўқувчиларда экологик маданиятни тарбиялашга миллий - тарихий, умуминсоний асос сифатида қараш зарурлигини кўрсатади. Аждодларимиз онгида табиат билан уйғунликда бўлиш алоҳида ўрин тутган, экологик муаммолар ечими улардаги экологик маданиятни шакллантириш учун асос бўлган.

Бошланғич синф ўқувчиларида соғлом турмуш тарзига интилиш ва экологик маданиятни шакллантириш тизимлилик, онглилик, самарадорлик, назария билан амалиёт бирлиги, миллийлик, худудийлик ва умумбашарий хусусиятга эгалик, фанлараро алоқадорлик билан таълимнинг турли босқичларидаги узвийлик, қадимги Шарқ ва ҳозирги замон экология маданияти ютуқларининг ўзаро яхлидлиги омиллари билан таъминланади.

Шу боисдан ҳам экологик таълим-тарбия боланинг энг кичик ёшдаги давриданоқ бошланса унда экологик маданият шаклланишига замин яратилади. Фақат экологик маданият шаклланган одамгина табиатга тўғри муносабатда бўлади ва уни асраб авайлайди. Ҳозирги кунда бу умумий таълим мактаблари олдига қўйилган муҳим вазифалардан бирига айланди.

Президентимиз Ислом Каримовнинг “Баркамол авлод-Ўзбекистон тараққиётининг пойдевори” номли китобларида таъкидланганидек таълим ва тарбия бериш тизими жамият ҳаётида содир бўлаётган жараёнлар талабларга мос келиши лозим, ўқув тизимига қатор ўзгаришлар киритилиши шарт.

Атроф муҳитга онгли муносабат натижасида экологик маданият шаклланади. Бу ўз навбатида, табиатга етказилган заарнинг олдини олиш ва бартараф этишда муносиб иштирок этиш, табиат бойликларидан оқилона фойдаланиш, экологик саводхонликни таркиб топтиришдан иборат. У

куйидаги таркибий қисмларни қамраб олади:

- иноният табиатнинг бир бўлаги эканлигини ҳис қилиш;
- табиатни инсониятнинг туғилиши, яшаш, ривожланиш макони сифатида англаш ва фикрлаш;
- табиат ва жамият уйғунлигига доир табиий ва антропоген билимлар тизимига эга бўлиш;
- табиий муҳит билан онгли муносабатга кириша олиш, унинг ҳолатларини баҳолай билиш билим ва малакага эга бўлиш;
- атроф муҳитни табиий ҳолда келажак авлод учун сақлаш кабилар.

Бошлангичч синф ўқувчиларининг соғлом турмуш тарзига интилиш ва экологик маданиятини шакллантириш, уларда табиатга нисбатан ижобий туйғу, қараш ва харакатларнинг шаклланишини кўзда тутади-ки, улар маҳаллий, миллий ва умуминсоний қадриятлар билан уйғунлашиб кетади. Экологик маданиятни шаклланиши табиатни сақлаб қолиш, уни умрини узайтиришнинг асоси бўлиб хизмат қиласи.

1.2-§. Бошланғич синф ўқувчиларида соғлом турмуш тарзига интилишни шакллантириш имкониятлари

Ушбу параграфни бошлашдан аввал соғлом турмуш тарзи тушунчаси ва унинг моҳияти, турларига тўхталиб ўтишни жоиз деб билдик. Соғлом турмуш тарзи кенг маъноли тушунча бўлиб, у унумли меҳнат, фаол дам олиш, бадантарбия ва спорт билан шуғулланиш, организмни чиниктириш, шахсий гигиенага риоя қилиш, тартибли овқатланиш, заарли одатлардан ўзини тийиш, руҳий ва маънавий озиқланиш, мунтазам шифокор кўригидан ўтиб туриш каби тушунчаларни ўз ичига олади. Ҳар биримиз буларни ўз турмуш тарзимизга тадбиқ этсак, ўзимиз истагандек соғлом турмуш кечирамиз. Экспертларнинг фикрича, тиббий хизмат соғлиғимизнинг атиги 8-10 % ини таъминлар экан. Соғлиғимизнинг 20% ирсий омилларга, яна 20 % атроф-муҳитга ва 50 % дан кўпроғи турмуш тарзимизга, яъни ўзимизга боғлиқ экан. Шундай экан биз ўз соғлиғимизга ўзимиз масъулиятли бўлишимиз лозим. Шу сабабдан соғлом турмуш тарзини шакллантиришда куйидаги асосий омилларга эътибор беришимиз керак.

Тўғри ва рационал овқатланиш – соғлом турмуш тарзини йўлга қўйишида оватланишга алоҳида эътибор қаратиш лозим. Ҳар бир инсон тўғри овқатланишга одатланса - бу унинг ютуғи. Аввало овқатланиш вақтини қатъяян белгилаб олинг ва ҳар доим ўша вақтда овқатланишга одатланинг. Нонуштага енгил ва тўйимлироқ, тушликка эса оғир ва кечки овқатга тез ҳазм бўладиган енгил овқатлар тановул қилинг. Овқатланиш давомида ўзингизга қулай тарзда жойлашинг. Ҳеч қачон ётиб овқат еманг, бу овқат ҳазм бўлишини оғирлаштиради. Албатта, овқатланишдан олдин қўлларингизни ювишни унутманг, акс ҳолда турли заарли микробларни овқат орқали ошқозонга киришига имкон яратасиз ва ошқозон яраси, гастрит каби касалликларга сабабчи бўласиз.

Ҳаракатли турмуш ва бадантарбия – ҳар куни уйқудан турганда бадантарбия билан шуғулланиш лозим. Бу кун давомидаги кайфиятимизга ҳам ўз таъсирини кўрсатади. Инсон ҳаракатдан тўхтар экан, унинг фикрлаш

дунёси ҳам саёзлашади. Ҳаракат натижасида биз бир қанча касалликларни бартараф қила оламиз. Тонгги бадантарбия мускулларни чиниқтиради ва тетиклик бахш этади. Сув ҳавзаларида сузиш асабларни тинчлантиради. Ҳар куни узоқ масофага пиёда юриш қон айланиш системасини яхшилайди ва умрни узайтиради.

Кунлик иш режани ташкил этиш – кунлик иш режангизни тузишга одатланинг, бу сизни тартибли ишлашингизга ёрдам беради. ҳар куни эрталаб бир неча дақиқани кунлик иш режангизни белгилашга сарфланг. Ўшандаги кўзлаган мақсадингизга эриша оласиз ва ортиқча асабийлашишдан сақланасиз.

Рухий осойишталик ва муомала маданияти – инсонларни соғлом турмуш кечиришида рухий осойишталик жуда муҳим. Ҳар куни уйқуга кетишдан олдин ўзингизга ўн дақиқа вақт ажратинг, ҳаётда сизга муҳим бўлган нарсалар хақида ва ҳаётингиздаги энг баҳтли дақиқаларни ўйланг, бу асабларингизни тинчланишида жуда катта ёрдам беради. Атрофингиздагиларга ҳам мулојим муомалада бўлишни унутманг. Бу нафақат уларнинг кайфиятига, балки сизга ҳам ўз таъсирини кўрсатади.

Тадқиқотлар шуни кўрсатадики, инсонлар ўртасидаги хушмуомалалик ва ижтимоий қўллаб-қувватлашнинг узоқ ва соғлом умр кўришдаги ўрни худди жисмоний машқлар ва пархезга амал қилиш фойдаси билан тенг экан.

Соғлом оила қуриш – ёшлар соғлом турмуш қуришларида тиббий кўрикдан ўтмоқликлари жуда муҳим. Бу ўз навбатида бўлажак фарзандларнинг соғлом туғилишига, бепуштликнинг олдини олишга, агар йигит ёки қизда бирор касаллик аниқланса ўз вақтида даволаниш имконини беради. Ота-оналар ҳам фарзандларининг келажагига эътиборсиз бўлишади ва қариндош уруғчилик дейишиб, опа-сингиллар, aka -укалар қуда-андачилик қилишади ва оқибатда бегуноҳ гўдакларни ногирон ва ақли заиф бўлиб туғилишига сабаб бўлади. Ота-она соғлом бўлганда гина улардан соғлом фарзанд дунёга келади. Шу сабабдан ҳам ёш оиласлар соғлиғига алоҳида эътибор қаратиш лозим.

Зарарли одатлардан тийилиш – ёшларга зарарли одатлар (ичиш, чекиши) хақида етарлича тушунтириш лозим. Турли юқумли касалликлар ва тузалмас хасталиклар тартибсиз ва ўйламай қилинган ҳаракат оқибатида келиб чиқишини улар онгига етказиш лозим. Бу билан биз ёш авлодни соғлом турмуш тарзига ёрдам берган бўламиз.

Шахсий ва жамоат гигиенасига риоя қилиш – шахсий гигиена – инсоннинг ҳаёти ва фаолияти соғлигини саклаш ва мустаҳкамлаш йўлида асосий замин. Шахсий гигиена тана териси, оғиз бўшлиғи парвариши, овқатланиш тартиби, меҳнат ҳамда дам олишни тўғри режалаштириш ва спорт машғулотларини ўз ичига олади.

Атроф-муҳитни муҳофаза қилиш – соғлом турмуш тарзини шакллантиришдаги асосий омиллардан бири – бу атроф-муҳитни муҳофазаси. Ўзимиз нафас олиб турган муҳитни асранимиз бу бизнинг вазифамиз. Атрофга, ариқларга, каналларга чиқиндиларни тўқмаслик орқали биз ўз муҳитимизни асрой оламиз ва турмуш тарзимизни яхшилаймиз

Ўрта мактабни битириб, мустақил ҳаётга қадам қўйган ҳар бир ёш қандай ихтисос эгаси бўлишидан қатъий назар, унда аввало экологик маданият шаклланган бўлиши ва бу соҳада назарий ва амалий билимларга эга бўлиши керак. Экологик маданият экологик таълим-тарбиянинг таркибий қисми бўлиб, мактабда барча фанларни ўқитиш жараёнида амалга оширилади.

Екологик таълим-тарбия деганда ўқувчиларга муайян мақсадда педагогик таъсир кўрсатиш тушунилади. Оламдаги нарсаларнинг ҳаммаси, бутун борлиқ, мавжудод, теварак-атроф, дала, тоғ-адир, ўрмон, эр, сув, ҳаво, дарё, табиат поклиги ва ифлосланиши, ер таркибининг бузилиши, ернинг шўрланиши - ҳамма-ҳаммасини муҳофаза этиш турмуш тарзи ва экологик таълим мазмунини ташкил этади. Экологик тарбия вазифаларига жонли ва жонсиз табиатни асраш, ернинг захланиши, сўлим масканлар, кушлар ва ҳайвонларнинг йўқ бўлиб кетишининг олдини олиш, ариққа мағзавалар ва ҳар хил ифлос нарсаларни тўкишнинг олдини олиш, хонадон, кўча ва

майдонларнинг тозалиги учун кураш кабилар киради.

Ўқувчиларнинг аввало уйда ота-оналаридан, боғчада тарбиячиларидан, мактабда ўқитувчиларидан экологик таълим-тарбия олиши режа асосида ташкил этилади.

Ота-она фарзандига ахлоқ-одоб тарбияни уйда бериб бормаса мактабда берилган 5-6 соатгина дарс бундай тарбия учун етарли эмас. Баъзи ота-оналар фарзандларига қўлидан келганича уйни озода тутинг чанг тўзон қилманг, ўсимликларни беҳуда юлманг, қушларни ўлдирманг, ҳайвонларга озор берманг, экинлар устидан юрманг, офтобда қўп юрманг, овқатланишдан аввал қўлингни юв, вақтида ётиб ухла, оч-наҳор қолма, сувни ифлос қилманг, кўзингизга қараб юринг каби насиҳатларни беради. Шунинг ўзи соғлом турмуш тарзига интилиш ва экологик тарбиянинг бошланғич куртакларидир. Айрим ота-оналар бу масалага эътиборсизлик билан қарайдилар ёки эринчоқлик билан шуларни эслатиб туришни оғир юк деб биладилар ёки умуман эсларига ҳам келмайди.

Кичик мактаб ёшидаги ўқувчиларда соғлом турмуш тарзига интилиш ва экологик маданият ҳақидаги тушунчаларни шакллантириш, уларга руҳий - ҳиссий таъсир этиш билан бирга табиатга бўлган муҳаббат, унинг гўзалликларидан завқ олиш кабиларни камол топтириш муҳим аҳамиятга эга. Экологик маданият ўқувчиларда табиатни асрар, унга оқилона муносабанда бўлиш сингари кўникма ва малакаларни шакллантиради. Ҳар бир ўқувчида жамият ва инсоният олдида, шунингдек, табиатга бўлган муносабатда ўз бурчини англаш каби масъулиятни ривожлантиради.

Екологик маданиятни шакллантириш учун эса мунтазам тарбиявий таъсир зарур. Мактаб дарсликларида соғлом турмуш тарзига интилиш ва экологик маданиятни шакллантиришга имкон берувчи мавзулар етарли юўлиб, улардан ўринли фойдаланиш ҳам ўқитувчидан маҳорат талаб этади. Рўзнома ва ойномадаги мақолалардан, бадиий асарлардан мисоллар келтириб, турмушга, ҳаётга боғлаб унинг фойдаси тушунтирилса, ўқувчи онгига яхши етиб боради. Ҳамма гап ўқитувчининг ўзи соғлом турмуш

тарзига амал қилишида, экологик билимга эга бўлишида ва уни ўқувчига етказиш маҳоратига боғлиқ. Билим бўлгани билан маҳорат етишмаса, асосий мақсадга эришиб бўлмайди. Ҳозирги кунда ғоят катта эҳтиёж бўлишига қарамасдан, ўрта мактаб ўқувчиларига умумлашган соғлом турмуш тарзига интилишни тарғиб қиласидиган ва экологик билим берадиган “Одобрено” фани маҳсус ўкув предмети ҳисобланади. Бу фан олдига ахлоқий, эстетик, миллий, экологик тушунчалар билан ўқувчиларни таништиришни ўз олдига мақсад қилиб қўйган Экология таълим-тарбия умумий педагогик муаммо бўлиб, ўз ичига умуминсоний ижобий нормаларни “Табиат - жамият - инсон” мажмуасидаги масалаларни олади. Умумлашган тарзда олганда ўрта мактабдаги экологик таълим - тарбия ғоявий, ахлоқий, сиёсий, эстетик, иқтисодий, хуқуқий ва бошқа тарбия соҳаларини боғловчи муҳим механизм ҳисобланади.

Соғлом турмуш тарзига интилиш ва экологик маданиятни тарбиялашнинг мазмуни қуйидагиларни ўз ичига олади:

- Атроф - муҳит ва унинг шахс маънавий дунёсига таъсири;
- Табиат ва унинг аҳамиятини англаш;
- Табиатга муҳаббатни ривожлантиришда мактаб ва оила ҳамкорлиги;
- Атроф - муҳит муҳофазаси, бунда болаларнинг вазифалари;
- Табиатга онгли муносабат жараёнида ўқувчиларнинг дунёқарашини кенгайтириш;
- Ёшларни экологик тарбиялашда миллий анъана ва удумларни қайта тиклаш, уларга эътиборни кучайтириш.

Соғлом турмуш тарзига интилишни шакллантиришдан бош мақсад ҳам ёш авлодга атроф-муҳит ва унинг муаммоларига онгли муносабатни шакллантиришдан иборатдир. Тарбиялаш ва ўқитиши жараёнида ёшлар табиат бойликларини тежаб - тергашга ўргата борилади.

Ҳозирги мактаб олдида турган долзарб муаммолардан бири, таълим ва тарбия мазмунини миллийлаштиришdir.

Хўш, экологик маданият тарбиясини амалга оширишда миллий

пойдевор мавжудми? - деган саволга ҳеч иккиланмасдан, мавжуд деб жавоб беришга ҳақли манба бор. Халқ тажрибаси - ёш авлодга экологик билим - тарбия беришнинг асосидир. Доно ўзбек халқининг кўп минг йиллик тарихи, барқарор шаклланган урф-одати, халқ мақоллари бой миллий-маданий мероси юқоридаги фикр исботидир.

Бошлангич синф ўқувчиларида соғлом турмуш тарзига интилиш ва экологик маданиятни шакллантиришдақуидагиларга эътибор қаратиш зарур:

- Екологик муаммолар ва табиатни муҳофаза қилиш масалаларини кичик мактаб ўқувчиларининг ёшига мос тушунишлари;

- Башлаҳғич синфда экологик таълим-тарбиянинг умумий методологик ва назарий асосларини ишлаб чиқиш;

- Башлаҳғич синф ўқувчиларини эътиборга олган ҳолда, шу соҳага оид материаллар мазмунини бойитиш ва кенгайтириш ҳамда таълим тизимининг барча бўғинларида фанлараро алоқаларни ҳисобга олган ҳолда, эгалланадиган билимлар ва уларнинг амалда тадбиқ этилишининг таркибий қисми сифатида қараб чиқиш;

- таълимнинг барча даражасида ўқувчилар экологик маданиятини шакллантириш ва ривожлантириш босқичларини тавсифлаш;

- атроф муҳитни яхшилаш соҳасида ўқувчиларнинг амалий фаолияти турлари тузилмаси ва ахборот воситаларидан фойдаланишни ишлаб чиқиш;

- барча ўқитувчиларни соғлом турмуш тарзига интилиш ва экологик таълим-тарбия масалалари бўйича тайёрлаш ҳамда малакасини оширишни илмий-методик жиҳатдан асослаш каби муаммолар муҳим ижтимоий аҳамиятга эга.

Бошланғич синфларда болалар “Одбнома”, табиатшунослик дарслари материалини ўрганиш орқали табиатга, ватанга, она заминга, ўз-ўзига, ўзгаларга қандай муносабатда бўлишни ўрганадилар. Бунда болаларни атроф оламни синчковлик билан кузатишга ўргатиш муҳим аҳамият касб этади. Чунки бошланғич синфда табиатни муҳофаза қилишга ўргатиш, уларга

табиатга меҳр-муҳаббат уйғотиши учун қуидагиларга аҳамият бериш лозим:

1. Болаларни оиласа сувни тежаш, эъзозлаш, ҳовуз, ариқларни чиқиндилардан муҳофаза қилишга ўргатиши.
2. Вақтида ухлаш ва вақтида туриш, кун тартибиға амал қилишга одатлантириш.
3. Инсон ўз организмини бир маромда ишлашини таъминлаш учун керакли бўлган вазият ва озукалар ҳақида тизимли маълумотларни вазият нуқтаи назаридан ва даврий бериб бориш.
4. “Маънавият” дарсларида “Она табиатни асройлик” каби мавзуларда сухбатлар ўтказиш.
5. Табиат қўйнига саёҳат уюштириш.
6. Ҳар бир синфда жонли бурчаклар ташкил этиш.

Давлат таълим стандартларига мувофиқ ўқувчиларни теварак-атроф, табиат ва унинг бойликларини асраб-авайлашга ўргатиши, миллий қариятларимизни она-табиат, шахслараро муносабатлар, одоб – ахлоқ борасидаги тушунчалар мазмун моҳиятини тушуниши, ўқувчилар хона ўсимликлари, уй ҳайвонларини парвариш қилиш, мактаб атрофидаги мевали ва манзарали дараҳтларни парваришлиш орқали атрофидаги ҳаёт, табиат ҳодисалари ҳақидаги тушунчаларини ривожлантирадилар.

Ўқувчиларга табиатни муҳофаза қилишга доир қўникмаларни шакллантириш, экологик таълим-тарбия бериш бўйича бугунги кунда мактабларда тўпланган илғор тажрибаларни ўрганиш ва улардан фойдаланиш ҳам муҳим аҳамиятга эга.

Бошланғич синфда соғлом турмуш тарзига интилиш қўникмалари ўқиши, одобнома дарсликларида тизимли тарзда амалга оширилади. Умуман табиатга нисбатан болаларда муҳаббат уйғота олмаслик бизнинг болалар олдидағи жуда катта хатомиздир. Экологик маданиятни шакллантиришнинг биринчи шарти ўқувчиларда экологик вижданни уйғотишдан иборат. Ота - боболаримиз табиатни улуғлаганлар, уни “муқаддас” деб қараганлар, чунки инсоннинг ҳаёт мамоти табиат билан боғлиқдир.

Ўзбек халқининг бой маънавий-маданий мероси, миллий қадриятлари ўсиб келаётган авлодда энг олий инсоний сифатларни тарбиялашда катта имкониятларга эга. Марказий Осиё алломаларининг жаҳон илм-фани ривожини таъминлаган илмий қарашлари ўзининг таълимий-тарбиявий моҳиятига кўра миллий қадриятлар орасида алоҳида ўрин тутади. Улар томонидан илгари сурилган ҳамда асрлар давомида ёшларда атроф-муҳитга тўғри муносабатни тарбиялаш, табиат муҳофазаси учун масъулият ҳиссини шакллантиришга ёрдам берувчи ахлоқий қарашларидан фойдаланиш бугунги кунда ҳам таълим-тарбиянинг самарали бўлиши учун муҳим ғоявий асос саналади.

Тарбияда ўқувчиларни ўз мактабини, яшайдиган муҳити шаҳар ва қишлоқ кўчаларини кўкаламзорлаштириш, мевали ва манзарали кўчатларни экиш, хиёбонларни, сув ҳавзаларини озода сақлаш, уй ҳайвонларига қараш каби ишларида кучи етганича қатнашишга жалб этиш катта аҳамиятга эга.

1.3.§. Бошланғич синф ўқувчиларида соғлом турмуш тарзига интилишни шакллантириш технологияси

Хар бир фан ўтилишидан мақсад табиат ва жамият ҳақидаги умумий билимларни динамик асосда бериб борилишини күзда тутади. Шунингдек, бошланғич синфлар ўқув предметлари қаторидан жой олган “Одобнома” предмети кичик мактаб ёшидаги ўқувчиларда табиатга муҳаббат, саломатлик, шахсий гигиена, кун тартиби, одоб-ахлоқ қоидалари, ибо-хаё тушунчалари, катталарга хурмат, кичикларга эътиборли бўлиш, Ватанинни севиш, уни ютуқларидан фахрланиш каби туйғулар миллий-маънавий, экологик, сиёсий, ахлоқий тарбия борасидаги тушунчалар босқичма-босқич бериб борилади.

Табиатни асрар, уни муҳофаза қилишга ўргатиш, умуман, ахлоқий, эстетик, экологик тарбия бериш бугунги куннинг долзарб масаласидир. Шу боис бошланғич синф ўқувчиларига барча предмет дарсларида ушбу тарбия элементарини ўқувчиларга сингдириш орқали уларда соғлом турмуш тарзига интилиш ва экологик маданиятни шакллантириш мумкин.

Бундай ўқитишида педагогик технологиялардан фойдаланиш яхши самара беради.

Ўқитувчи ўқувчиларнинг билиш фаолиятини ташкил этишда уларнинг хоҳишига кўра индивидуал тарзда, жуфтликда ёки кичик групкаларда ишлаш шаклларидан фойдаланиш яхши самара беради. Шунингдек, уй вазифалари ҳам ҳамма учун ягона ва мажбурий бўлмасдан, бир неча вариантда тайёрланиши ва ўқувчилар ўз хоҳишига кўра танлашлари мумкин. Масалан, 1-вариантда янги мавзу юзасидан ўқув материалини тайёрлаш, саволларга жавоб топиш, объектнинг расмини чизиш; 2-вариантда ўқув материали мазмунидаги атама ва тушунчалардан фойдаланиб кроссворд тузиш; 3-вариантда қўшимча адабиётлардан фойдаланиб, табиат ҳақида ҳикоя тайёрлаш. Уй вазифаларининг бундай шаклда берилиши ўқувчиларга ўз имкониятларидан келиб чиқсан ҳолда аввал уй вазифасининг енгилроқ вариантини, кейин мураккаброқ вариантини бажаришга ўтиш, ўз кучи ва

билимини синаб кўриш имконини беради.

Ўқувчининг бу борадаги ҳар бир ютуғи ўқитувчи томонидан ўз вақтида рағбатлантириб турилиши, ютуқ ва камчиликларнинг қайд этилиши, камчиликларни барҳам этиш мақсадида уюштирилган ёрдам ўз самарасини беради.

Таълим-тарбия соҳасида педагогик муносабатларни эркинлаштириш учун ўқитувчи:

- ўқувчиларнинг билиш фаолиятини самарали ташкил этиш ва бошқариш усуллари;
- ўрганиладиган мавзунинг дидактик мақсадидан келиб чиқсан ҳолда турли қийинчиликдаги ўқув топшириклари ва уларни бажариш юзасидан кўрсатмаларни тайёrlаш кўникмалари;
- ўқувчиларнинг ўқув-билиш фаолияти ва олинган натижаларни таҳлил этиш, тегишли ҳолларда зарур ўзгартеришлар киритиш усуллари;
- турли муаммоли вазиятларни таҳлил қилиш ва улардан энг оқилона усулларни эгаллаган бўлиши лозим.

Педагогик технология жараёнини ўрганишнинг соддалаштирилган тартибини қўйидагича тушуниш мумкин:

- тушунтириш - ўқув материалининг маъно-мазмунини, ундан фойдаланиш тартибини ўзи тушунган даражада бошқаларга етказиш фаолиятидан иборат жараён;
- тушуниш - ўқув материалининг маъно-мазмунини идрок қилиш, ундан кўрсатилган тартибда мустақил фойдалана олиш;
- ўргатиш - ахборотдан фойдаланиш ва турли ҳаракатларни кўрсатилган тартибда мустақил бажариш кўникмаларини эгаллаш;
- ўзлаштириш - тушуниш, ўрганиш орқали ўқув материалининг маъно-мазмунини, ундан фойдаланиш ёки ҳаракатларни бажариш тартиби тўғрисида билим ва кўникмалар ҳосил бўлиши.

Ўзлаштириш шартли равишда қўйидаги учта даражага ажратилади:

- 1) ўргатилган билим, кўникмаларни тўғри такрорлаш.

2) уларни амалий фаолиятда қўллаш, улардан тегишли мақсадларда фойдаланиш имкониятига эга бўлиш;

3) уларни ижодий таҳлил қилиш, қиёслаш, умумлаштириш, хулосалар чиқариш асосида такомиллаштириш фаолиятини амалга ошириш имкониятига эга бўлиш;

Шу билан бирга, педагогик технологияларнинг ҳаммасида ҳам бирдек қўлланиладиган ва таълим-тарбия жараёнининг тарихий таркиб топишида ва ривожланиб боришида ҳал қилувчи аҳамиятга эга бўлган асосий таркибий элементлар сўзлаш, кўрсатиш ва машқлар бажаришдан иборат бўлиб, улар ўзаро қўйидагича кетма-кетликда ва боғлиқликда амал қиласди.

Педагогик технологиялардаги асосий таркибий элементлар: сўзлаш (гапириб бериш)-кўрсатиш (намой қилиш)-машқ(амалда бажариб кўрсатиш). Бу тушунча ва боғлиқликлар асосан бир бутун ҳолда амал қилиб, таълим-тарбия жараёнининг ва унинг ҳозирги такомиллашган шакли бўлган педагогик технологияларнинг асосий ўзагини ташкил қиласди. Ушбу педагогик технология жараёни иштирокчилари бўлган ўқувчи, ўқитувчи фаолиятларини ташкил қилувчи асосий элементлари ҳам аниқланади. Ўқувчи фаолиятидаги асосий жараёнлар: тинглаш, кўриш, машқ бажариш. Ўқитувчи фаолиятидаги асосий жараёнлар: сўзлаш, кўрсатиш, вазифа топшириш, раҳбарлик, назорат.

Педагогик технологиянинг асосий элементлари бўлган ушбу сўзлаш, кўрсатиш ва машқлар бажаришни технологик жараённинг учта таркибий бўлаги сифатида таҳлил қилиш мақсадга мувофиқ. Уларнинг ҳар бири жуда кенг кўламли бўлиб, батафсил таҳлил қилиш кўп вақт ва кучни талаб қиласди.

Ҳаракатларни ўрганиш машғулотлари ҳамма фанлар билан бир қаторда Одобнома табиатшунослик, меҳнат, жисмоний тарбия, мусиқа каби дарсларда кўпроқ ўрин эгаллайди. Кўзгазмалиликда фақат кўриш эмас, ушлаб кўриш, ҳидлаш ёки таъм билиш орқали ҳам ўрганилаётган объектларнинг қаттиқ, юмшоқлиги, ҳарорати, ҳиди ва бошқа белгилари билан таништирилади.

Машқлар бажариш ўзлаштиришни энг мустаҳкамлайдиган ўқув жараёни ҳисобланади. Бу машқлар ҳар бир фанда ўзига хос мазмунда бўлади. Машқлар бажариш жараёнида, кўпинча, ўқувчининг ҳамма сезги аъзолари иштирок этиши билан унинг эслаб қолиш даражасини ошириш орқали педагогик имкониятлар янада кенгаяди. Машқлар ўқиши, ёзиши, сўзлаш, фикрлаш, ҳисоблаш, турли ҳаракатлар бажариш, қуриш-ясаш, чизиш, бўяш, мусиқа чалиш, қўшиқ айтиш, мисол, масала, тестлар ечиш, компьютер билан ишлаш, асбоблар ва бошқа техника восатилари билан ишлаш, далада, фермада, уй-рўзғор ишларини бажариш, жисмоний ва спорт машқлари, ишчанлик ўйинлари, мусобақа, кўриқ, танлов ва бошқалардан иборат.

Машғулот вақтининг кўпроқ қисми машқлар бажаришга сарфланиши албатта яхши натижалар беради.

Ўқитувчи фаолиятидаги раҳбарлик ва назорат алоҳида масалалар бўлиб, ҳар бир машғулотнин мақсад ва мазмунига мувофиқ амалга оширилади.

Назоратнинг энг ҳақиқий ва тўғри тури ўз-ўзини назорат қилиш ҳисобланади. Бу педагогик технологиянинг барча иштирокчилари, яъни ўқитувчи ва ўқувчиларга тегишли. Лекин маълумки, кўпинча одамларда ўз-ўзини қатъий назорат қилиш одатга айланмаган, бунинг учун кўп ҳолларда ирода етишмайди.

Шунинг учун ўқувчи фаолиятини назорат қилиш ўқитувчи ва ота-оналар томонидан ҳамкорликда олиб борилиши мақсадга мувофиқ.

Бунда назорат учун ҳаддан ортиқ вақт сарфланмасликка эътибор бериш, ўқитувчининг асосий иш вақти назорат учун эмас, ўқувчиларга кўпроқ билимлар беришга сарфланишига эришиш лозим.

Агар ўқувчиларнинг ўқиши мотивлари, машғулотларнинг бошидан охиригача диққатини жамлаши, эслаб қолиши, хотирада сақлаши ва ўргангандарини амалда мустақил қўллай олиши каби кўрсаткичлари мунтазам равишда масалан, 100 фоиз бўлганда эди, ана шундагина уларнинг ўзлаштиришларини назорат қилишга вақт сарфламаслик мумкин бўлар эди.

Лекин амалда бундай эмаслиги ҳаммага маълум, шу сабабдан ҳозирда

назоратнинг рейтинг усулини янада такомиллаштирган ҳолда амалга жорий қилинмоқда.

Мавжуд педагогик технологиялар аслида юқорида айтилган сўзлаш, кўрсатиш, машқдан иборат учта таркибий элементнинг ҳар турли комбинатсияларини ташкил қиласди. Улар бир-биридан таълим-тарбиянинг айрим йўналишига, мазмунига ва усулларига алоҳида эътибор берилгани ҳамда унга мувофиқ мақсадларга қаратилгани билан фарқланади.

Ҳар қандай тарбия тури сингари соғлом турмуш тарзига интилиш ва экологик тарбия ҳам болага даставвал оилада, сўнг мактаб партасига ilk бора ўтиришни ўрганганиданоқ ўргатилиб боради. Экологик тарбияни нафақат табиатшунослик ёки экология дарсларида, балки барча дарс соатларида амалга ошириш мумкин. Масалан: бошланғич синфларнинг она -тили дарсларида, биринчи синфда машқларни бажариш жараёнида бевосита қушлар, гуллар билан боғлиқ кичик ҳажмдаги содда матнларни ёздириш билан бирга уларнинг моҳиятини бола онгига тўғри етказиш орқали экологик тасаввурларини бойитиш мумкин. 1-2 синфларнинг “Ўқиши китоби” дарслигига табиат фасллари - баҳор, ёз, куз, қиши ойларидаги табиат тасвири, ундаги ўзгаришлар, ватанимизнинг бетакрор табиати, қуш ва ҳайвонлар ҳақида тушунчалар берилган. Ўқитувчи болаларнинг ёш хусусиятларини эътиборга олган ҳолда мақоллар, шеър, ҳикоялардан мисоллар келтириб ўқувчиларнинг экологик тасаввурларини янада кенгайтиради. Бу билан ўқувчиларни табиатни севишга, унинг бойликларини асраб- авайлашга ўргатиб боради. 1 - синф она тили китобида “Чинор”, “Ҳакка”, “Ҳасан ва Қалдирғоч”, “Дўлана”, “Гулзорда” сингари табиат билан боғлиқ одоб, ахлоқ ҳамда эстетик тарбияга оид матнлар бериб ўтилган. 3 - синф ота тили дарсларида эса хусусан она табиат билан боғлиқ матнлар билан тузилган машқлар бироз мураккаброқ, бола ёши, хусусиятига мос қилиб берилган. “Читтак”, “Канарейка”, “Тўрт кўз”, “Зарғалдоқ”, “Гулбеор” каби мавзулар ёрдамида болани табиатни севувчи, ўсимлик ва ҳайвонларга озор бермайдиган қилиб тарбиялаш мумкин.

Дарс лойиҳаларини қай тарзда тайёрлаш ўқитувчига боғлиқ. У ўқув материали ва ўқувчиларнинг ўзлаштириш имкониятларига қараб дарс лойиҳасини тайёрлайди. Масалан, 3-синфлар учун мўлжалланган ўқиш китоби дарслигига Г.Аъламнинг “Сой суви ҳақида эртак” номли ҳикояси ҳам ўқувчиларда табиатга муносабатни тарбиялашда катта аҳамиятга эга. Бунда воқеа қуидагича ифода этилади: “Бир бойнинг зулмидан қочган дехқон ўз оиласи билан катта бир тоққа келиб жойлашибди. Тоғнинг усти кўм - кўк дарахтзор бўлиб, бир томондан зилол сой оқар экан. Дехқон кўплаб дарахтларни кесиб ўзига уй қурибди. Дарахтлар экилган ерни ҳайдаб экин экиб, сой суви билан суғорибди.

Қолган дарахтларни ҳам кесиб, бозорга пуллабди. Шу тарзда орадан бир йил ўтибди. Кейинги баҳорда ҳам дехқон экин эқмоқчи бўлиб эр ҳайдабди, лекин сойда сув йўқ эмиш. - эй сой, менга сув бер, экинни суғорай - дебди дехқон сойга. - Мен сувни қаердан олай, яххиси қор ва ёмғирдан сўра - деб жавоб беради сой. Ёмғир ҳам сув бермагач дехқон қордан сув сўрабди. Қорнинг эса аччиғи келиб дехқонга дебди: - Ёмғир ҳам, мен ҳам бу йил меъёрида ёғдик. Лекин сен нам ушлаб турадиган дарахтларни кесдинг. Қорларимни тақсимлаш - дарахтларнинг иши. Дарахт бўлмаса, ҳамма қор баҳорда эриб оқиб кетади. Сойда сув бўлмаса ўзинг айбдорсан.

Дехқон ўйлаб қараса қорнинг гаплари тўғри экан. У тоққа қайтгач, бир талай кўчкат экиб парваришлибди. Кўчкатлар вояга этгач сойда яна сув тўлиб оқа бошлабди.”

Бундай ҳикоя ва эртаклардан шундай хулоса чиқадики, агар инсон табиатга нисбатан тўғри муносабатда бўлмас экан, ундан оқилона, тежамли фойдалана олмас экан бир қун келиб табиат ҳам ундан ўч олади, уни жазолайди. Табиатнинг бу ҳаётий қонунини эртакнинг ўқитиши жараёнида болага тўғри етказа олиш лозим. Токи ҳар бир болада ёшлигиданоқ табиатга, меҳр- муҳаббат уйғонсин. Уни севувчи, ардоқловчи бўлиб тарбиялансин. Ушбу эртакнинг хулоса қисмини халқ мақоллари билан ҳам боғлаб якунлаш мумкин. Масалан: “Бирни кессанг ўнни эк!”, “Бобонгнинг тол эккани ўзига

нон эккани”, “Бир йил тут эккан киши юз йил гавҳар теради”, сингари мақолларни айтиб, ўқувчилар ўртасида табиатга доир мақол айтиш мусобақаси ўтказилса бундай дарслар ўқувчилар хотирасида узоқ сақланади. Бундан ташқари 3 - синф ўқиш китобида бевосита ахлоқий, экологик тарбия билан боғлиқ “Қуёнча”, “Очқўзлик”, “Лочиннинг ўлими”, “Чумчуқча” номли ҳикоя ва масаллар ҳам берилганки, улар ёрдамида ўқиш дарсларида ҳам экологик тарбия бериш имкониятлари яратилади.

Бизнингча бошланғич синфларнинг ўқиш китоби дарсликларида қадимий меросимиз ҳисобланган ҳадиси шариф намуналаридан, буюк алломаларимизнинг асарларидан, иборатли ҳикояту - ривоят, турли афсоналаридан янада киритилса яхшироқ бўларди. Чунки қадимда ҳам гарчи экологик тарбия термини мавжуд бўлмасада, она табиатга муҳаббат руҳидаги тарбия жуда кучли бўлган ва бу болага гўдаклигиданоқ ўргатиб борилган.

Сир эмаски, ўзбек халқи ўзининг бой тажрибаси, теран халқ оғзаки ижодиётига эга. Ҳозирги мактаб олдида турган долзарб муаммолардан бири таълим - тарбия мазмунини миллийлаштиришdir. Хўш, экологик тарбияни амалга оширишда миллий пойdevor мавжудми? - деган саволга ҳеч иккиланмасдан ҳа мавжуд дея жавоб беришга ишончли манба мавжуд. Халқ тажрибаси - ёш авлодга экологик билим ва тарбия беришнинг асосидир. Доно ўзбек халқининг минг йиллик тарихи, барқарор шаклланган урф - одати, халқ мақоллари, миллий - маданий мероси юқоридаги фикрни яққол исботлаб беради.

Бошланғич синфларда болалар табиатшунослик дарслари материалини ўрганиш орқали табиатга, ватанга, она заминга қандай муносабатда бўлишни ўрганадилар. Бунда болаларни табиатни синчковлик билан қузатишга ўргатиш муҳим аҳамият касб этади.

Ўзбек халқ мақоллари - “Табиат тўғрисида жавоҳирлар сандиги”ни экология хоналарида ташкил этиш ўқувчиларни ота - боболар тўплаган қимматбаҳо фикрлар билан қуроллантиришга уларда миллий ғуурни шакллантиришга, табиат берган ҳар бир инъомдан ўз ўрнида фойдаланишга,

хуллас экологик миллий маданиятни таркиб топтиришга ёрдам беради. Шарқ халқлари фалсафаси, миллий маданий мероси, илм хазинаси жағон халқлари тараққиётида етакчи омил эканлиги ҳеч кимга сир әмас.

Инсон ва табиат ўртасидаги муносабатларнинг илдизи худди мана шу маконда сувга қонмоғи даркор. Биз педагоглар мана шу сарчашма сувидан ёш авлодни баҳраманд этишимиз ҳам қарз, ҳам фарздир.

“Сув” мавзусини ўтиш жараёнида ўқувчиларга сув бойликларини тежаш ва ифлослантирмаслик ҳақида қуидаги шеърий мисраларни келтириш мақсадга мувофиқдир:

Бугун ташналиқдан тортиб кўп азоб,

Олдимга сув сўраб келибсан шитоб.

Чашмадан аввало ширин сув ичма,

Ичдингми, устига тупроқни сочма.

Бугун чашма сувини қилсанг агар хор,

Бошқа ичолмассан бу сувдан зинҳор.

(Фахриддин Гургоний).

Ўлкамизнинг табиий ўсимликлар дунёси уларнинг фойдаси, бу бойликларни муҳофаза қилиш кераклиги ҳақидағи масалалар билан ёшларни мактаб партасидан кенг танишириб бориш ўз самарасини беради. Бунда экологиядан илмий тушунчалар мактабларда ўқитиладиган барча фанларда айниқса, бошланғич синфларда табиатшунослик, одонома, экология, математика, она тили, ўқиши каби фанларни ўқитишида умумлаштирилади.

Математика фанида бериладиган экологик таълим-тарбия жараёнида ўқувчилар табиатдаги салбий ёки ижобий ўзгаришлар инсон соғлигига қандай таъсир қилиши ҳақида аниқ тасаввурга эга бўлишади. Масалан: Республикада 1200 га яқин саноат корхонаси борлиги, уларнинг ҳавога бир ярим минг тоннага яқин заҳарли моддаларни чиқараётганлиги, бундай ҳолат 10 йил, 20 йилдан кейин шу маромда кетаверса нималарга олиб келиши мумкинлиги каби мисоллар воситасида экологик фалокат оқибатлари болаларга тушунтирилади, ёки яна бир математика дарсларида ечиладиган

оддий масалани олиб қарайлик. Рустам 4 та күчат ўтказади, эртага яна 5 та күчат ўтказади, икки кунда нечта күчат ўтказади?

Ушбу масала ҳам ахлоқий экологик тарбия беришга асос бўла олади. Масала орқали ўқувчиларни дарахтларни синдирмасликка, уларни янада кўпайтиришга ўргатиш мумкин.

1 - боб юзасидан хуросалар

1. Инсонларда соғлом турмуш тарзига интилишни шакллантириш тизимли жараён бўлиб, у инсоннинг туғилганидан бошланади. Бу тарбия отаоналар, боғча тарбиячилари, бошланғич синф ўқитувчиларининг самарали меҳнатлари туфайли амалга оширилиши мумкин. Бошланғич синф ўқитувчиларида экологик маданиятни шакллантириш учун бор имкониятлардан самарали фойдаланиш йўлларини излаш ва улардан самарали фойдаланиш кутган натижани бериши мумкин.
2. Бошланғич синф ўқитувчиларида экологик маданиятни шакллантиришда барча ўқув предметларида имкониятлар мавжуд. Фақат таълим жараёнини педагогик технологиялар асосида ташкил этиш, ўқитувчилар фаолиятини фаоллаштириш бунда яхши самара беради.
3. Бошланғич синф ўқитувчиларида соғлом турмуш тарзига интилиш ва экологик маданиятни шакллантиришда фанлараро боғланишларни ҳисобга олиб, дарсларни ташкил этиш яхши самара беради.

II-Боб. Бошланғич синф ўқувчиларида соғлом турмуш тарзига интилишни шакллантиришнинг эмпирик таҳлили

2.1-§. Синфдан ташқари тадбирлар жараёнида ўқувчиларда соғлом турмуш тарзига интилишни шакллантиришнинг психо-педагогик

усуллари

Синфдан ташқари тадбирлар дарсларда олинган билимларни кенгайтириш, чукурлаштириш ва конкретлаштириш, ўз-ўзини, атрофдагиларни, табиатни ўрганишга қизиқиш уйғотиш, ўқувчилар фаоллиги ва мустақиллигини ривожлантириш, вақтдан унумли фойдаланиш имкониятларини беради.

Синфдан ташқари тадбирларга турли хилдаги байрамлар, викториналар, савол жавоб кечалари, синфлараро ва мактаблараро беллашувлар (мусобақалар), учрашувлар киради. Ушбу тадбирлар жараёнида ҳам ўқувчиларга тарбия бериш мумкин. Одбнома фани бўйича йўлга қўйилган синфдан ташқари тадбирлар ўқувчи шахсини ҳар томонлама ривожлантириш воситаларидан биридир.

Тарбияга доир синфдан ташқари тадбирлар ташкилий шакли, мазмуни, ўтказиш методлари жиҳатидан хилма - хил бўлиши керак. У ўқувчилар таркиби, ёши қизиқиши ва эҳтиёжига, мактабнинг табиий кўлами, йил фасли, хона ва жиҳозларга боғлик. Синфдан ташқари тадбирларнинг бирча турлари бир - бирларини тўлдиришлари ва такомиллаштиришлари лозим.

Бошланғич синф ўқувчиларига экологик маданиятни шакллантиришнинг йўлларидан бири синфдан ва мактабдан ташқари тарбиявий тадбирлар жараёнидир. Бунинг учун бугунги кун ўқитувчиси изланувчан, ҳаракатчан, ижодкор бўлса, у таълим берган ўқувчилар ҳар томонлама етук, билимдон бўлишига шубҳа йўқ. Ўқувчи аввало шуни эсда тутиб, тадбирлар мавзуларини тузишда мавзу моҳиятидан келиб чиқиб унинг мазмунини очишга асосий диққат эътиборини қаратмоғич лозим: “Инсон онадан туғилиб оламга келган биринчи дақиқалариданоқ табиат эҳсонидан баҳраманд бўлади. Яъни илк бор ҳаводан тўйиб нафас олади. Инсонни она туғиб

тарбияласа, табиат ўстиради. Шунинг учун уни “Она - табиат” деб аталади. Она табиат меҳримизга, шафқатимизга зор бўлиб қолди. Кўпгина ҳайвонлар, турли нодир ўсимликлар қирилиб кетмоқда. Биз кексаларни ҳурматласак эртага бизни ҳам шундай ардоқлашлари мумкинлиги, кунда ҳар бир дараҳт, бута, гиёҳга эҳтиёткорлик билан муносабатда бўлишимиз сайёрамизни асраб қолиш имконини беришлигини англашимиз даркор.

Юқоридаги фикрлар бола онгига етиб бора олса, унинг қалбида жамият ва табиатга нисбатан ачиниш, меҳр - шафқат, уни асраш ҳисси уйғонса - бу бизнинг, яъни ўқитувчиларнинг баҳтимиздир.

Синфдан ташқари ўқиши жараёнида ўқитувчининг асосий вазифаси - ўқувчиларни ижтимоий оммабоп, адабиётларни ўқишига қизиқиш ва эҳтиёж ҳосил қилишдан иборат бўлмоғи лозим. Ўқувчиларга соғлом турмуш тарзи ва экологик тарбияни сингдиришда оммавий тарзда синфдан ташқари ишлар, экскурсиялар, конкурслар, диапозитив ва кинофильмларни кўрсатиш билан тематик кечалар, ҳар хил тадбирлар, (“Кушлар байрами”), (“Гуллар байрами”), кўчатлар ўтқазиши, хонадонларга ташриф буюриш ва бошқаларни амалга ошириш катта аҳамиятга эгадир. Уларни ўтқазишдан мақсад - синфдан ташқари ишларга иложи борича кўпроқ сонда ўқувчиларни жалб қилиш, уларда қатнашишига қизиқиш ва хоҳишлигини уйғотиш, болалар фаоллигини йўлга қўйишига йўналтирилмоғи лозимдир.

Синфдан ва мактабдан ташқари ишларда олинган билимларни кенгайтириш, чуқурлаштириш ва конкретлаштириш, атроф - муҳитни ўрганишига қизиқиш уйғотиш, Ўқувчилар фаоллиги ва мустақиллигини ривожлантириш, бўш вақтни ташкил этиш имкониятини беради. Бу ишларнинг тарбиявий аҳамияти айниқса каттадир. Улар ўқувчилар хулқ - авторига таъсир кўрсатади, моддий дунёқарашни ва меҳнат маданиятини шакллантиради, билишга қизиқишини ва мутақил кузатиш кўникмаларини ривожлантиради, жамоатчилик ҳиссини ва табиатга муҳаббатни тарбиялади.

Демак синфдан ташқари тадбирлар жараёнида ўқувчиларда соғлом турмуш тарзига интилиши шакллантириш шахсни ҳар томонлама

ривожлантириш воситаларидан биридир.

“Гуллар байрами” тадбири ёрдамида болаларни экологик руҳда тарбиялашнинг қулай имкониятлари яратилади. Ушбу тадбир синф ёки мактаблараро ўтказилади. Тадбирга тайёргарлик бир неча ҳафта олдин бошланади. Болалар ўзлари ўстириб, парвариш қилаётган турли гуллар билан тадбирда иштирок этадилар.

Бу тадбир воситасида болаларга ўсимликларга нисбатан меҳр ортади уларни парвариш қилиб, янада кўпайтиришга ўрганадилар. Энг муҳими уларда табиатнинг гўзаллигидан баҳра олиш, табиатни асрашга ўз ҳиссаларини қўша олишга ўрганадилар. Таълим жараёнида болаларни табиат билан таништиришнинг ва уларга экологик тарбия орқали экологик маданиятни, соғлом турмуш тарзига интилиш кўнимкамларини шакллантиришнинг хилма - хил йўллари мавжуд. Машғулотлар ўтказиш, ўйинлари ўйнаш, экскурсия, меҳнат, кундалик ҳаёти шулар жумласидандир.

Доир дарс ва бошқа машғулотлар болаларга таълим ва тарбия беришнинг асосий воситаси ҳисобланади. Дастурда белгиланган билим ва малакаларни тарбиячи таълим тамойиллари асосида болалар ўзлаштира оладиган қилиб ташкил этади. Кундалик ҳаётда кузатиш, ўйин меҳнат вақтида болаларнинг шахсий билимлари, тушунча ва тасаввурлари йиғичлиб боради. Уларни аниқлаш ва тизимлаштириш имконини беради. Бу машғулотларнинг айримларида бошланғич билимлар шакллантирилади. Масалан: эндиғина мактаб остонасига қадам қўйган бола ҳали кўп нарсаларни онгли равишда англай олмайди. У ўзи билиб билмаган ҳолда дарахт шохларини синдириш ёки мактаб боғични безаб турган гулларни узиш табиий бир ҳолдир. Ҳар бир педагог, хусусан бошланғич синф ўқитувчиси буни олдини ола билмоғи даркор. Машғулотлар давомида ўқитувчи болага ўсимликларнинг инсон ҳаётида тутган ўрнини содда, ҳаётий мисоллар ёрдамида тушунтира олиши лозим. Ёки яна бир оддий мисол.

Ўқувчининг партага, китоб бетларига чатиб бўяб ташлаши ҳам сир эмас. Моҳир педагогдан эса болага мактаб ҳаётининг илк кунлариданоқ бу

одатларнинг нотўғри эканлигини уқтириш талаб этилади. Ана шу парта ёки китобнинг тайёр ҳолга келиши учун қанчадан - қанча дарахт - ёғочнинг, ўсимликнинг нобуд бўлганлигини, қанчадан-қанча инсонларнинг меҳнати бу жараёнга синганлигини ва бу жараёнда кўплаб кишиларнинг меҳнати мавжудлигини болага онгли етказа олиш муҳимдир. Бунга бир вақтнинг ўзида нафақат экологик тарбия, балки ахлоқий, меҳнат ва иқтисодий тарбия ҳам амалга оширилади.

Машғулотлар давомида ўқитувчи қузатиш, расмларни кўриш, бадиий асарларни, ҳикояларни ўқиш, фильм ва шунга ўхшашбошқа манбааларни кўрсатишдан фойдаланади.

1- синфдан бошлаб машғулот ўтиладиган синф хонасида “Миллий қадриятлар бурчаги”, “Ўлкашунослик бурчаги”ни ташкил этиш, ҳалқ оғзаки ижоди намуналари, таниқли шоир ва олимларнинг саломатлик, табиатга оид шеърлари, фикрлари, ҳикояларини тўплаш ва уларда машғулотлар жараёнида фойдаланиш яхши самара беради. Шунингдек, дарсдан ташқари машғулотларда ўқувчиларни кишиларнинг меҳнат фаолиятлари билан таништириш, ўлкашуносликка доир материалларни йиғиш, ҳикоя мазмунига доир ўсимлик ва ҳайвонларнинг расмини чизиш, албомлар тайёрлаш ишларига ўқувчиларнинг диққати жалб этиб келинмоқда.

Бошлангич синф ўқувчиларини табиат, унинг бойликларини муҳофаза қилишга ўргатишида “Яшил олам кўриқчилари”, “Биз табиатда яшаймиз ва меҳнат қиласиз” каби тўғарак фаолиятини янада яхшилаш ва илфор педагогик технологиялар асосида болаларни теварак - атроф билан таништириш мақсадга мувофиқ бўлади.

Булардан ташқари табиатни севиш, уни муҳофаза қилиш ишларида фаол қатнашишларини ташкил қилиш учун ўқувчиларнинг ота - оналари билан яқиндан алоқа ўрнатиш, уларга бу борада тегишли йўналишлар бериб бориш ҳам яхши натижа беради. Бу борада ўқитувчи оила билан ҳамкорликда иш олиб бориши самарали натижа беради. Ўқитувчи ота-оналарнинг болаларда экологик маданиятни шакллантириш соҳасида олиб бораётган ишларини

аниқлаш учун улар билан қуидаги савол-жавоб ўтказиши мумкин:

1. Сизнинг оила аъзоларингиз бир - бирига қандай ёрдам беради?
2. Сиз болаларингиз ва ўзингиз учун кун тартиби тузганмисиз?
3. Қаерларда саёҳатда бўлдингиз?
4. Оила аъзолари биргаликда дам олиш кунларини ташкилайсизми?
5. Табиат қўйнида болаларни нималар билан таништирасиз?
6. Болаларни қандай иш турларига жалб қиласиз?
7. Кунлик овқатланишда рационга амал қиласизми?
8. Сиз уйда болаларнинг ўсимлик, дараҳтлар, уй ҳайвонларини парвариш қилишларига қандай муносабатда бўласиз?

Бу хилдаги саволлар юзасидан ота-оналар ва ўкувчилар ўртасида сухбат, мунозара ўтказилади.

Бола мактабга келган биринчи куниданоқ бошқа олам, ундаги уйғунлик, она табиат бизнинг яшшимиз учун зарур бўлган барча бойликларни берадиган манба эканини, уни аввайлаш - асрар кераклигини уқтириш зарурдир. Болаларни табиат билан таништиришнинг самарали усулларидан бири экскурсиядир.

Экскурсия жараёнида болалар она табиат тўғрисида аниқ тасаввурга эга бўладилар. Бу тасаввур табиатни кўриш, эшлиш, сезиш орқали идрок этилади. Экскурсия жараёнида ўкувчиларда табиат, ундаги боғлиқлик ва унинг қонуниятлари тўғрисида аниқ тасаввурлар ҳосил бўлади. Бу тушунчалар кейинчалик болалар эгаллайдиган илмий билимларнинг асосини ташкил этади. Ўрганиладиган табиий фанларни ўзлаштириб олишни осонлаштиради. Табиат тўғрисидаги билимлардан бехабар бўлиш кўпгина ўсимлик ва ҳайвонларга нисбатан нотўғри, баъзи ҳолларда эса бераҳм ва шафқатсиз муносабатда бўлишга олиб келади. Экскурсия болаларни табиатни ўзига хос ҳодиса ва воқеалари билан таништирибина қолмай, балки, шу билан бир қаторда инсонларни теварак - атрофдаги ўзгартирувчи фаолиятининг натижалари билан ҳам таништириб борилади. Бу эса кишиларнинг яратувчилик фаолиятига ҳурматни тарбиялайди ва унда

қатнашиш хоҳишини уйғотади. Ўз ўлка табиатидан, унда яшовчи меҳнат аҳлидан, ғуурланиш ҳиссини мустаҳкамлайди. Табиатга экскурсия болаларга экологик тарбия билан бирга ахлоқий ҳисларни шакллантиради.

Табиатдаги бирорта янги воқеа, ҳодисани кузатаётиб болада қувониш, завқланиш ҳисси пайдо бўлади. Бундай ҳислар болаларни бир - бирига яқин бўлишга ундейди, жамоага бирлаштиради. Бошқа фаолиятлардаги каби экскурсияда ўзининг хулқ қоидаси борки, бу қоида болаларни ўзларини интизомли тутишларини талаб этади, ҳар хил топшириқларни бажариш вақтида, (масалан, күшларни боқиши учун ёввойи ўтларнинг уруғини экиш каби) топшириққа нисбатан жавобгарлик ҳиссини, эҳтиёткорликни, аниқ ҳаракат қилишни тарбиялайди. Табиатга уюштирилган экскурсия пайтида болалар ўзлари яшаётган ўлка табиатини яхшироқ билиб оладилар. Ўқитувчининг болалар диққатини аниқ нарсаларга жалб қилиш мақсадида берган саволлари қисқа муддатли топшириқлари, тушунтиришлари, болаларни қизиқтирган саволларига яхши ўйлаб берган жавоблари муҳим аҳамият касб этади. Экскурсия пайтида болалар билан ҳайвонлар ва ҳашоратлар ҳаётини, фаолиятини, ўсимликларнинг ўсиши ва ривожланиши уларда юз бераётган ўзгаришларни кузатиш мумкин. Ўқитувчи раҳбарлигига ўсимлик ва ҳайвонларни парвариш қилиш ва ўстириш бўйича ташкил этилган ўқувчиларнинг амалий фаолиятлари, воситалари уларда теварак - атрофдаги табиатга нисбатан қизиқиш ва муҳаббатни тарбиялашда, уларда ўсимлик ва ҳайвонларни асраб - аввайлаш, уларни янада кўпайтириш истагини уйғотишда бебаҳо воситадир. Тўғри ташкил этилган фаолият, маҳсус ташкил этилган вазиятлар орқали болалар моддий дунёнинг ранг - баранглигини, ундаги ўсимлик ва ҳайвонлар ҳаётида доимо юз бериб турадиган ўзгаришларни билиб оладилар. Бу ўз навбатида уларда табиат ва унинг аҳамиятини яхшироқ англаб олиш, уларга нисбатан эҳтиёткорлик муносабатини тарбиялайди.

Бошланғич синф ўқувчилари орасида кўп ҳолларда турли қушлар, ҳайвонот оламига нисбатан муносабат яхши шаклланган деб бўлмайди,

айниқса, ундағи ўзаро боғланиш ва умумийлик ҳақидаги тасаввурларнинг нотұғрилиги туфайли ўқувчилар орасыда қүшларни тутиб қийнаш, инларини бузиш ҳоллари учрамоқда. Бундай ҳолатлар бўлмаслиги учун турли саёҳатлар ўтказиш мақсадга мувофиқ. Унга жонивор ва ўсимликларни кузатиш, улар хулк-атворида қизиқарли, ажойиб - ғаройиб хусусиятларни ўрганиш киради.

Болаларда кун тартибига риоя қилиш, хонадондаги саромжон-саришталик, ёши улуғларга ҳурмат, эрталаб бадан тарбия билан шуғулланиш, шахсий гигиена қоидалари билан таништириш учун уларни синф ўқувчиларидан бириникига ташриф уюштирилади. Аввалига болалар хонадон аъзолари билан таништирилади. Уларнинг вазифалари нималардан иборатлиги ҳам йўл-йўлакай сўралади. Ҳамма ўз оиласидаги ҳолатлар билан солиштириш, фарқини аниқлаш вазифалари ҳам бериб борилади. Maiший турмушдаги чиқиндиларни ташлашда нималарга эътибор қаратилиши зарурлиги амалий кўрсатилади. Болаларга ўсимликларга, асосан табиатга нисбатан қандай муносабатда бўлиш зарурлиги, уларнинг ҳам жони “борлиги” мумкинлиги уқтирилади.

Шунингдек, табиат қўйнига қилинадиган мужассамлашган саёҳат жараёнида чумолиларни кузатиш яхши самара беради. Бунга қўшимча тарзда синфда, тарбиявий соатларда “Ниначи ва чумоли” масалини ҳам биргалиқда ўқиши мумкин. Болалар, айниқса, бошлангич синф ўқувчилари мультфильмларни севиб томоша қилганлари сабабли, шу мавзудаги мультфильмларни томоша қилиш ва биргалиқда мухокама қилишни ҳам тавсия этиш мумкин.

Саёҳат жавомида болалар чумолилар ҳаракатини кузатадилар. Ўқитувчи улар ҳақида кенг ҳикоя қиласиди. Мақсад ушбу жониворларнинг меҳнати ўзига қанчалик фойда келтиришини тушунтириш. Чумолиларнинг фойдасини кўрсатиш билан уларни нобуд қилиш, инларини бузиш бу - табиатга нисбатан безорилик эканини англатилади.

Бошлангич синфларда бундай амалий саёҳатлар экологик тарбиянинг

мунтазам тизимини амалга ошириш учун асос бўлади.

Кузатиш - бошланғич синф ёшидаги болаларга таълим беришнинг етакчи услубларидан бири ҳисобланади. Кузатиш, таълимий ва тарбиявий вазифаларни амалга ошириш мақсадида тарбиячи - педагог томонидан ташкил этилади ва ундан таълим жараёнида кенг қўлланилади.

Кузатиш - мураккаб билиш фаолияти бўлиб, идрок, тафаккур ва нутқ иштирок этади, барқарор диққат талаб этилади. Болаларни табиат билан таништиришдаги вазифаларига кўра ўқитувчи кузатишнинг хилма-хил турларидан фойдаланади. Таълимий ва тарбиявий вазифасига кўра кузатиш узоқ ва қисқа муддатли бўлиши мумкин.

Ўсимлик ва ҳайвонларнинг ўсиши ва ривожланиши, табиатдаги мавсумий ўзгариш ҳақидаги билимларнинг жамғарилиши учун узоқ муддатли кузатишлардан фойдаланилади, бунда болаларга объектнинг кузатилаётган ҳолатини илгаригиси билан қиёслашига тўғри келади.

Кузатишлар ўқитувчи томонидан болаларни ўсимлик ва ҳайвонлар обҳаво билан, катталарнинг табиатдаги меҳнати билан таништиришда ва шунга ўхшашларда ташкил этилади ва машғулотлар, экскурсиялар табиатга сайдрлар, табиат бурчакларида олиб борилади. Кузатишни шундай ташкил этиш керакки, болалар табиатни билиб олишларига самарали таъсир кўрсатсин. Кузатиш болаларни ҳайвонларни ва ўсимликларни парвариш қилиш бўйича амалий фаолият, масалан: қушларга дон бериш, ўсимликларни экиш, сугориш, бегона ўтлардан тозалаш билан қўшиб олиб борилса яхши самара беради.

Кузатишлар давомида ўқитувчи болаларга турли маслаҳатлар тушунчалар бериб бориши даркор. Масалан: қушларни кузатиш жараёнида.

“Одамларнинг ғамхўрлигига қушлар ўзининг сайраши билан миннатдорчилик билдиради. Болалар қушларни парвариш қилаётib, улар тўғрисида жуда кўп нарсаларни билиб олишлари мумкин. Қушлар ўзининг фақат чиройли кўриниши, ёқимли сайраши билан кишиларни мафтун этиб қолмай, шу билан бирга улар табиатнинг фаол санитарлари ҳамdir. Яъни

улар жуда кўп зааркунанда ҳашоратлар билан озиқланадилар. Читтаклар жуда ишонувчан ва вафодор қушча саналади. Агар уларни қиши бўйи овқатлантириб турилса, улар одамга ўрганиб қоладилар ва баҳорда ҳам у ердан учиб кетишмайди. Шунинг учун, болалар биз қанотли беминнат дўстларимизни асраб - авайлашимиз, уларга заррача озор етказмаслигимиз лозим”

Йилнинг ҳар бир фасли ўзгача тароватга эга. Баҳорда ва ёзда болалар дарахтлар, буталар ва бошқа ўсимликларнинг уруғларини сепадилар ҳамда кўчатлар ўтказадилар. Ўсимликнинг теварак атрофини юмшатадилар, вақти-вақти билан сув қуийб, бегона ўтлардан тозалайдилар. Озиқлантириб борадилар. Шу йўсинда иш олиб бориб, улар ўсимликларнинг униб чиқишини, барг ёзишини, гуллашини, мева тугишини ва етилишини кузатиб борадилар.

Кўпчилик болалар эса очилиб турган гулларни узишлари, ниначи ва ҳархил қўнғизларни тутиб чўнтакларига ёки қутичаларга солиб олишлари мумкин. Оқибатда гуллар сўлиб, ниначилар қўнғизларнинг қанотлари узилиб, оёқлари синади. Болаларга бундай беъмани ишлардан ўзларини тийиб туришга ўргатишмиз ва бу ёмон оқибатларга олиб келишини тушунтиришимиз керак. Масалан, болаларга шундай дейиш мумкин. Ниначилар чивинлар билан овқатланади, бу билан улар одамларни ҳам юқумли касалликлардан саклайди. Чунки чивинлар одамларни чақиб, касаллик юқтиради. Капалакларни ҳам тутиш керак эмаслигини, уларнинг табиат қучоғида гулдан-гулга ўтиб учиб юрганлигини бундан ташқари уларнинг қўпчилиги, гулларни чанглатишини ва натижада ўсимликларнинг ҳосилдорлигини ортиши ҳақида тушунтириш лозим. Бунинг учун ўқитувчининг ўзи ўта кузатувчан, ҳашоратлар дунёсини биологиясини, қайси ҳашоратлар қаерда, қандай шароитда яшашини, нима билан овқатланишини, қандай фойдаси ва қандай зарари борлигини яхши билиши керак.

Кузатишни ташкил этишда қуйидагиларга риоя этиш мақсадга мувофиқ бўлади:

1. Кузатишдан кўзланган мақсад ва вазифа болалар учун аниқ бўлсин.
2. Кузатиш жараёни режали равища маълум изчиллик билан амалга оширилиши керак. Масалан, ўқитувчи болалар билан ҳайвонларни кузатаётганда энг аввало уларни эътиборини ҳайвоннинг ҳатти - ҳаракатига қаратади. Нима қиласяпти? Нимани еяпти? Қандай ейди? Танаси нима билан қопланган?..
3. Кузатиш объектини танлашда болаларнинг ёши, билим доирасини эътиборга олиш зарур. Кузатадиган объект катта бўлмаслиги ва маълум даражада аниқ бўлиши зарур.
4. Кузатиш болаларнинг ақлий фаоллигини уйғотадиган, мустақиллигини таъминлайдиган қилиб ташкил этилиши шарт. Кузатишка хилма-хил усуллар, саволлар, топшириқлар, қиёслаш, солиштириш, ўйин ва меҳнат ҳаракатларидан фойдаланилади.
5. Кузатишдан олинаётган таассуротни тарбиячи аниқ сўзлар билан тушунтириш орқали тўлдириб боради. Бу кузатилаётган нарса тўғрисида тўлароқ тасаввур шакллантиради.

Бошланғич синф ўқувчиларини табиат билан таништиришда педагог олдида қўйидаги вазифалар туради:

Болаларда ижобий ҳис-туйғуни, ҳозиржавобликни тарбиялаш ва унинг гўзаллигини тушуна билиш, эстетик ҳисларни шакллантириш.

Она табиатни билишга қизиқишини уйғотиш, ўзўлкасининг табиатга хос нарсалар тўғрисида кўпроқ билишга интилишни ўстириш:

Табиатга эҳтиёткорлик муносабатини шакллантириш, унинг бузулишидан саклаш, имкони бўлса, унинг янада гуллаб яшнаши учун ўз ҳиссасини қўшиш, бундан ташқари қўлдан келган меҳнати билан бу жараёнда қатнашиш хоҳишини уйғотиш.

Табиат гўзаллиги, унда меҳнат қилаётган кишилар фаолиятининг натижасидир. Шунинг учун болаларни табиатни асраб - аввайлаб унинг бойликларини кўпайтираётган кишилар меҳнати билан таништириш мақсадга мувофиқдир. Болаларнинг табиатга меҳр - муҳаббатини ўсимликлар

ва ҳайвонларни парвариш қилиш, уларни асраб аввайлаш бўйича меҳнат фаолиятларини ташкил этиш билан бирга қўшиб олиб бориш керак. Бошланғич синф ўқитувчиси болаларни табиат билан танишириш ишини уларнинг ёш хусусиятлари, педагогик, физиологик имкониятларини эътиборга олган ҳолда ташкил этади.

Булардан ташқари турли мавзулардаги сұхбатлар, савол - жавоблар воситасида ҳам бошланғич синф ўқувчиларига таълим жараёнида экологик тарбия бериш мумкин. Биз қўйида шундай сұхбатлар мазмунини берамиз: “Мен қушларга дон бердим” (2-3-синфлар учун).

Сұхбатнинг мазмуни: Ўқувчиларга ўлқамизда қишлиб қоладиган қушларнинг ва уларнинг яшаш шароитлари ҳақида тушунча бериш.

Сұхбатга тайёргарлик: Қишлиб қоладиган қушлар қарға, зоғча, загичзғон, чумчук, мусичаларнинг расми, қушларнинг еб турганини кўрсатувчи донхўракларнинг расми.

Сұхбатнинг бориши: Бошлашдан олдин болалар билан расмда нималар тасвиrlанганини, қушларнинг ҳар бирининг номи, улар нима билан овқатланиши эсга тушурилади... Болаларга қўйидаги саволлар орқали мурожаат қилинди.

- Қандай қушларни биласиз?
- Ким уйида қандай қуш боқади?
- Қушлар нима билан озиқланади?
- Қишда қушлар овқатни қаердан топиб эйди?

Ўқитувчи: Тўғри қишда ерни қалин қор қоплаган, ҳашоратлар яшириниб олади, ҳамма экинларнинг ҳосилини ҳам одамлар йиғишириб олган бўлади. Бундай пайтда қушлар дон топиб ея олмайди, нобуд бўлиб кетишлари мумкин. Шунинг учун донхўраклар ясаб, уларга дон бериб турилса, қушларни ўлимдан сақлаб қолиш мумкин.

Шундан сўнг шоир Уйғуннинг “Мен қушларга дон бердим” шеъри ифодали ўқиб берилади. Совуқда қушларнинг қандай аҳволга тушушини тасвиrlовчи мисралар алоҳида изоҳлабўтилади.

Бечоралар изгишиб,
Дон ахтариб қолишиди.
Айвон, ўчоқ бошидан,
Нон ахтариб қолишиди.

Шундан сўнг ўқитувчи қушлар ва уларни парвариш қилиш бўйича тасаввур ва тушунчаларни мустаҳкамлаш учун болаларга қуидаги саволларни беради:

Қишининг қушлар учун қандай хавфли томони бор экан?

Бизда қандай қушлар қишлиб қолади?

Биз қишида қушларга қандай ёрдам беришимиз мумкин?

Суҳбатни янада қизиқарлироқ қилиш учун бирор бир кичик ҳажмдаги ҳикоя айтиш мумкин. Масалан: қуидаги ҳикояни.

Чумчук бола.

Мазмуни: Бобохон исмли бола бир чумчуқни тутиб олиб, роса қийнайди, сўнг оёғига ип боғлаб қўчага олиб чиқади. Кўчада Тўлқинга дуч келади. Тўлқиннинг қушчага раҳми келади.

- Бобохон чумчуқни қаердан олдинг?
- Буғдойзордан уриб йиқитдим.
- Алмашмайсанми?
- Алмашаман, ниманг бор?
- Мана, бўёқ қалам.
- Фи-и. Тирик чумчуққа битта қаламми?
- Тўлқин ўчирғиччини ҳам бериб чумчуқни олди. Бобохон:
- Буни нима қиласан?
- Ҳозир биласан.

Тўлқин қушчанинг оёғидаги ипни авайлаб ечиб олди-да, “Бор, учавер!” деб осмонга қўйиб юборди....

Бобохон гоҳ қўлидаги нарсаларга гоҳ осмонда эркин парвоз этаётган қушчага, ҳанг - манг бўлиб қолди.

Кузда болалар билан гуллар очилиб бўлган дараҳтлар, буталар, гуллар,

ўт ўсимликларининг уруғларини териш мумкин. Бунинг учун аввалдан тайёрлаб ўсимликларнинг номи ёзиб қўйилган конвертчалар болаларнинг қўлига берилади.

Бу териб келинган уруғлар данаклар ўсимлик меваларидан ҳар хил мақсадларда фойдаланиш мумкин. Айримлар жонли бурчакдаги қушлар ва бошқа ҳайвонларга берилади. Қолганлари кейинги йил баҳор учун экишга олиб қўйилади. Айримларини гул тувакларига болалар билан бирга ўтқазиб қўйиш мумкин.

Бу каби ишлар маълум тартиб, иштиёқ билан бажариб борилса, болаларда теварак атрофдаги ҳамма нарса маълум бир аҳамиятни касб этиши тўғрисида тушунча шаклланиб боради ва болалар теварак - атрофни қизиқиши ҳамда синчковлик билан кузатадиган, уларни асраб - аввайлайдиган, ўсиши ва ривожланишида ўз меҳнатлари билан фаол иштирок этадиган бўлиб борадилар.

Хулоса қилиб айтганда, бошланғич синф ўқувчиларида соғлом турмуш тарзига интилишни тарбиялашда ахлоқий-экологик тарбияга оид кенг ва қизиқарли ишларни амалга ошириш мумкин: Айниқса бу ишлар: дарс, синфдан ва мактабдан ташқари тарбиявий ишлар жараёнида, ўқувчиларнинг ота-оналари билан ишлаш жараёни билан узвий боғлаб олиб борилса, қўзланган мақсадга эришилади.

2.2-§. Бошланғич синф ўқувчиларида соғлом турмуш тарзига интилишни шакллантириш бўйича ўтказилган тажрибаларнинг психологик таҳлили

Тадқиқотимизнинг асосий мақсади бошланғич синф ўқувчиларида соғлом турмуш тарзига интилишни шакллантириш учун аввало мактабда ўқитилаётган одобнома дарслигини мавзулар бўйича таҳлил қилишга уриндик. Асосан 1-синфдан 4- синфгача бўлган одобнома дарслигининг мавзуларини мазмунан таҳлил қилиб, классификация қилдик. Соғлом турмуш тарзига интилишни шакллантиришга йўналтирилган мавзуларнинг мазмуни ва ўқувчиларнинг ёш хусусиятига мос келиши ҳамда миллийликни акс эттириш нуқтаи назардан таҳлил қилишга ҳаракат қилдик. Ҳамда бу жараённинг таҳлилига тадқиқот объектимиздаги 49 нафар Одобнома фани ўқитувчиларини ҳам жалб қилдик. Тажрибаларимиз давомида умумий ҳисобда 150 респондент иштирок этди. Шулардан 101 респондент бошланғич синф ўқувчилари, 49 респондент эса бошланғич синф ўқитувчиларини ташкил қиласди. Қуйида “Одобнома” дарслигининг таҳлилини келтирамиз.

Одобнома дарслиги 1-синф Муаллифлар: О.Хасанбоева, М.Иноятова.

Ўзбекистон озод диёр

1-сентябр мустақиллик куни

Ўзбекистон даннат юрт

Ватан бўйлаб саёхат

Ватанга меҳр

Оила бағрида, Оила одоби, оилавий анъаналар-ватан туйгуси, оила азолари ахиллиги, катталарнинг эъзозланиши.

Одобли бола элга манзур

Саломлашиш одоби-“Одобринг боши салом”, “Ким биринчи салом беради”, “саломлашиш қоидалари, озодаликни одат қилинг”, “ўқувчининг одоби” ўқувчининг мактабда юриши-туриши, мактаб қоидалари”мактаб ўқитувчиларга ва ўқувчилар бир-бирларига хурмат сақлашлари ҳақида, “кийиниш одоби”кийинии маданияти бўйича, “каттага хурматда, кичикка

иззатда бўлинг”- ака-сингил, опа-сингил, ака-ука, опа-укалар ўртасидаги иноқлик ҳақида, катталарнинг гапига лаббай деб жавоб қилиши, “дастурхон атрофида ўтириш ва овқатланиш одоби”-овқатланиши одоби(овқатланишидан аввал қўлни ювии, катталардан олдин овқатга қўл чўзмаслик, қўлига тиянмаслик).

Яхши фазилатлар

“Жасур йигит”, мардлик ва жасурлик, “Қизлар фазилати – Хаё ва ибо”, номақул ишлардан сақланиш, кексаларни олдига тушиб юриш уят бўлади. “Хилола ва Зилола”-иболик ва хаёлилик. “Ўқишида ва меҳнатда ғайратли, шижаотли бўлинг!”-Ипак қурти (масал) – бирорнинг муваффақиятига хавас билан қараш, яхши ўқиган, илм эгаллаган бир кун келиб рохатини кўришлик, ғайрат-шижаот, астойдил меҳнат қилиш, ғайратли бўлиш. “Ростгўйлик ва йолғончилик” – жасурлик, ростгўйлик. “Шер билан Қирғовул” – ёлғончиликнинг охири яхши бўлмаганлиги. “Камтарлик ва манманлик” – ширинсўзлик, кишилар хизматига доимо тайёр туришлик, камтарлик. “Манманликнинг охири – пушаймонлик”, - қўшниларини менсимаслик.

Илм ва хунарнинг хосияти

“Илм ва хунар кўкка етказар”, “Хунарли киши хор бўлмас”, “Ким бўлсан экан?”, “Хар касбнинг ўз хислати бор”– билим олиш, илм-хунар олиш, касб танлаш.

Саломатлик туман бойлик

“Тишинг соғ-вақтинг чоф”- тишни авайлаш. “Эрта туришнинг хосияти”, “Соғ танда соғлом ақл”, “Кун тартибига риоя қилинг”- бадан тарбияси, спорт билан мунтазам шуғулланиш, ҳаракатда бўлиш.

Такрорлаш

Миллий ўйинлар

Мавсумий ўйинлар, тез айтиш, “Қувлашмачоқ ўйини”, “Загизғон”, Болалар қўғирчоқ театри, “Қўғирчоқлар мамлакатида”.

Хотира ва қадрлаш куни

“9-май хотира ва қадрлаш куни”, “Шарафли бурч”-ўтганлар хотираси, зиёрат одоби.

Она табиат бағрида

Табиат мұжизалари. Сув-ҳаёт манбайи, “Мехрибон табиат”- сувни тежаш ва табиатга меҳр. “Хайвонот оламига саёхат”, “Күшча” – хайвон ва күшларга озор бермаслик.

Такрорлаш

Одобрнома дарслиги 2-сinf Муаллифлар: О.Хасанбоева, М.Иноярова, А.Нематова

1.Бизнинг ватанимиз Ўзбекистон

Она ватан(ватан туйғусининг шаклланиши)

Аждодлар мероси-фаҳр ва ифтихоримиз (тариҳ ва буюк аждодларга хурмат хисси)

Буюк аждодларимизнинг ибратли ишлари (билимли бўлиш)

Китобим офтобим(китоб ўқиш одоби)

Ота-она – азиз ва мўътабар (фарзанднинг ота-она олдидаги бурч ва вазифалари)

Катталар меҳнатини қадрланг(меҳнат қилишга ўргатади)

Бўлим юзасидан савол ва топшириқлар

2.Одоб кишининг зебу зийнати

Сўзлашиби одоби (мулойимлик билан гапириш)

Сўз сехри(лаббай, телефонда гаплашиби одоби)

Ёлғоннинг умри қисқа (эгри ва сафарбой)

Яхши фазилат – инсонга зийнат (сабрли, чидамли бўлиш)

Сахий ва камтар бўлинг (сахийлик, хасислик, манманлик)

Ўз-ўзингизга хизмат қилишни ўрганинг(катталарга иш буюриш одобсизлик, ўз-ўзига хизмат қилиш яхши)

Меҳмондўстлик-яхши одат (меҳмон кутиш ва меҳмонга бориш, донолик)

Дастурхон безатиш одоби(ноз-неъматларни бирин кетин қўйилиши)

Дастурхон атрофида ўзини тутиш қоидалари(тақсимча, вилка, қошиқ, пичоқни ишлатиш)

“мехмон-мехмон ўйини”(мехмоннавозликда ишлатиладиган сўзлар)

Дўстликни қадрланг (дўстлик)

Дўст танлаш ва танишув қоидалари

Дўстлик билан эллар обод (дўстлик орқали тил билиш)

Чин дўстлик миллат танламас (чин дўстлик ҳақида)

Тартибли ва тадбирли бўлинг (жамоат жойларида ўзини тутиш одоби, жамоат жойлари ҳақида тушунча берилган, тартибилик)

Мулкини саклаган хор бўлмас (исрофгарчиликка йўл қўймаслик)

Дам олиш, соғлиқни саклаш (вақтдан тўғри ва унумли фойдаланишни билиш, кун тартибига амал қилиш)

Билим олиш хуқуқлари ҳақида

Соғлигингиз бойлигингиз(фурсат ғанимат)

Қувончли кунларни нишонланг, Оилавий тадбирлар ва қутлуғ байрамлар (оилавий ва халқ тадбирлари ҳақида маълумот ва тутунчалар берилган)

Она табиатни ардоқланг (хайвонларга, ўсимликларга муносабат, табиат қўйнида дам олиш одоби)

Бўлим юзасида савол ва топшириқлар

3-Одобрена. М.Холиқова, Ш.Эргашева

1-бўлим Ватан мұқаддас.

Ўзбекистон Республикаси мустақил давлат

Конституциямизда болалар хуқуқи(хуқуқлар, моддалар, паспорт борасида билимлар берилган)

Мен Ўзбекистон Республикаси фуқаросиман

Ватан мұқаддас. Ватанинг – онанг(туғилиб ўсган жойнинг азизлиги)

Ватани севиш нима?(Ватани онага ўхшатилиши, аждодларга эҳтиром)

Ватаниздаги тарихий обидалар(фаҳрланиш)

Такрорлаш(ватанинг ягоналиги, ватан туйғуси)

2-бўлим. Инсон гўзаллиги одоб ахлоқ билан

Кексаларни ардоқлайлик(дуо олиш ва катталарга ёрдам бериш)
Бола хуқуқлари. “Бола хуқуқларининг кафолатлари тўғрисида”ги Қонун
ҳақида

Хадис ҳақида тушунча. Муқаддас китобларда болалар одоби
ҳақида(фазилат ва иллат ҳақида)

Донолар одоб-ахлоқ, дўстлик ҳақида(ким билан дўст бўлиш керак,
мақоллар келтирилган)

Сахийлик ва баҳллик ҳақида ўғитлар. Совға бериш ва совға олиш
одоби(яқин инсонларига эътиборлилик, совға орқали кўчат экишни)

Такрорлаш

3-бўлим. Мехнатдан келса бойлик, турмуш бўлар чиройлик

Мехнат инсон ҳаётини безайди(неъматларнинг барчаси кимнингдир
мехнати билан бунёд бўлади, бирор ишни хохласа дин дилдан бажариш ва
сўраш,)

Касблар олами(касб ва хунарли бўлиш)

Орасталик инсон кўрки

Тозалик - соғлик гарови(микроблар)

Озодалик ва саранжомлик(тартибли бўлиш, буюмларини жой-жойига
қўйиш, эътибор билан иш тутиш, тартибсизликнинг оқибати)

Тежамкорлик. Боболаримиз тежамкорлик ҳақида(неъмат, қадрлаш,
меъёр, исрофгарчилик)

Ноннинг ушоғи ҳам нон(нонга синган меҳнат)

Сув – ҳаёт манбаи(нон ва сув ҳар қандай бойликдан азиз)

Такрорлаш(ота-она угит ва васияти)

4-бўлим. Табиат – гўзаллик рамзи

Биз яшаётган олам(?)3-синф учун саёз маълумот.жонзодларни, уйлар,
тасвирни жонлантириш зарур.

Мен табиатни қандай асрарим мумкин?(мувозанат, бир-бирига
боғлиқлик)табиатни асрар нималар билан белгиланишини айтиш зарур.

Хайвонларга муносабат(отни оқаётган сойда чўмилтириш холати мутлоқ нотўғри). Ўзбекистондаги қўриқхоналар(қонундаги модда айнан ёзилиши керак).

Табиат қўйнига саёхат (матн охирида кичик матн эмас, балки манзара, табиатнинг бир бўлаги, саёхатда қўрган нарсаларнинг расмини чизиб бериш мақсадга мувофиқ бўлади).

Такрорлаш

5-бўлим. Ривоятлар тарихимиздан сўзлайди. Халқ ўйинлари.

Наврўз ҳақида ривоят(яна қайтадан ўйлаш керак. 3-синф учун саёз ривоят).

Сумалак ҳақида ривоят(миллий таомни тайёрлаш, хамкорлик каби хислатларга йуналтирилган).

Ўйин одоби. Ҳаракатли ўйинлар – соглиқ гарови.(ўйин турлари, уларнинг таъсири, тез фикрлаш, чаққонлик мусобақалари)

Умумлаштирувчи дарс.

4- синф Одабнома. М.Холиқова, Ш.Эргашева. Т-2013.

1.Боб. Ўзбекитон-маданий ва маънавий меросларга бой ўлка ўз ичига қуидагиларни олади

Ўзбекистон – кўп миллатли мамлакат

Юрт тинчлиги – эл бойлиги(“?!”-ўйлаб қўриш керак, саволни қайтадан мантиқан тузиш керак7-бет, жасорат ва ватанинни севиш Нажмиддин Кубро мисолида).

Барча миллатлар teng хуқуқли, дўст, биродардирлар(тил билиш орқали дўстлар орттириш)

ЎЗЛИКНИ АНГЛАШ

Аждодларимиз ардоқлаган қадриятлар(қадрият тушунчаси, хашар, наврўз, катталарни хурмат ҳақида фикрлар борган) (қўшиш керак-республикамиз худудларидағи баъзи анъаналарни ҳам айтиш, чукурроқ ва кенгроқ бериш керак: масалан, дарвешона, қўш оши, гул байрами, хосил

байрами, бошқа халқлардаги шунга ўхшаш маросим ва анъаналар билан солишириш зарур.)

Ўзбекистон – маданий ва маънавий меросларга бой ўлка.(тариҳга назар, аждодларга хурмат)

Давлат тили. Тилга эътибор – тилга эътибор(она тилига хурмат, кўп тилни билиш фазилатлиги, Таклиф: сўзлашаётгандаги тилда ишлатилаётган иллатларни ҳам киритиш керак, тилга хурматсизликлигини тушунтириш зарур, 20-бетда чизик нотўғри ишлатилган).

Мустақиллик йилларида тикланган тарихий обидалар, ёдгорликлар(оилавий саёҳат тарғиб қилинган,)

Такрорлаш

МЕРОСИМИЗ – ФАХРИМИЗ

Амалий санъат турлари(хунарлар тарихи ҳақида, хунарли киши ҳақида)

Юртимизда нишонланадиган умумхалқ байрамлари, оилавий анъаналар(байрамлар ҳақида)

Мусиқанинг инсон ҳаётидаги ўрни(мусиқа, чолғу асбоблари, бастакорлар, турли кўрик танловлар ҳақида)

Чолғу асбоблари

Мамлакатимиз худудларидаги қўшиқчилик санъатининг ўзига хослиги

КОНСТИТУЦИЯМИЗ – БАХТИМИЗ ПОЙДЕВОРИ

Конститутция – асосий қонун

Болалар хуқуқларини таъминланиши

Бизнинг хуқуқ ва бурчларимиз

Қонун - доида, тартиб тушунчалари

Давлат ҳокимияти

Такрорлаш (ўйлаб кўриш керак бўлим учун мосини танлаш зарур).

ВАТАНИМИЗ ПОСБОНЛАРИ

Юрт тинчлиги учун барчамиз масъулмиз(хушёрлик, шукроалик)

Бизнинг армия

БИЗНИНГ СОҒЛИГИМИЗ – МАМЛАКАТИМИЗ БОЙЛИГИМИЗ

Соғлом турмуш тарзи

Оналик ва болалик давлат мухофазасида

КАСБЛАР ОЛАМИГА САЁХАТ

Хунарнинг ёмони бўлмайди. Хунарли –унар

Касбларнинг ўзига хос хусусиятлари

Мехнат қилиш ва касб танлаш хуқуқи

Ким бўлсам экан? (амалий машғулот)

2 БОБ. ЭЗГУЛИК КОМИЛЛИККА ЕТАКЛАЙДИ

Эзгу фазилатлар инсон кўрки(яхшилик)

Инсоннинг дунёқараши унинг маънавиятини белгилайди(китоб ўқиш, тил ўрганиш, санъатга ошнолик, сахийлик)

Сеҳрли сўзлар(тилнинг хусусияти, мулоим сўзлаш, сўз сехри, ёмон сўзлардан тилни авайлаш).

Мактаб – энг улуғ даргоҳ(билим олиш, сабр-чидам)

Ахлоқ – одоб қоидалари (амалий машғулот)

Такрорлаш, умумлаштирувчи дарс

Жамиятнинг тиббий таъминланганлик даражаси, жисмоний маданиятни ривожланганлиги, бадан тарбиясини маданият деб билиш, соғликлик бу бадан тарбияси деб билиш, озиқ- овқатни рационаллилиги, рихий холатнинг барқарорлиги-соғлом турмуш тарзини ифодалайди.

Ушбу дарслиқдаги мавзуларни таҳлил қилганимизда ўқувчиларни соғлом турмуш тарзига интилишини шакллантириш учун мавзулар сонини таҳлил қилдик ва синфлар бўйича хисоблаб чиқдик.

синфлар	1-синф. Муаллифлар О.Ҳасанбоева, М.Иноятова	2-синф. Муаллифлар: О.Ҳасанбоева, М.Иноятова, А.Неъматова	3-синф. Муаллифлар: М.Холиқова, Ш.Эргашева	4-синф. Муаллифлар: М.Холиқова, Ш.Эргашева
Соғлом турмуш тарзига йўналтирилган мавзулар	7 та	9 та	9 та	10 та

Ушбу таҳлилдан сўнг 49 нафар Одобнома фани ўқитувчилари билан суҳбат ўтказилди. Уларга қуидаги савол билан мурожаат қилинди. “Берилган мавзулар ўқувчиларни соғлом турмуш тарзига интилишни шакллантириш имкониятини берадими?”. Ушбу саволга респондентлар аксарияти 1- ва 2-синф дарслигидаги мавзулар тизимли берилганлиги, соғлом турмуш тарзи, экологик маданиятни шакллантиришга йўналтириш эҳтимолининг мавжудлиги ҳакида билимлар мавзуларда акс этганлигини билдирилар. Бироқ 3- ва 4- синфлар учун берилган мавзулар мантиқан бир бирини тўлдириш эҳтимолининг пастлиги ва мавзуларнинг берилиши ўқувчиларнинг ёш жиҳатидан бироз саёз ва уларга енгиллик қилиши, мавзулар бироз мураккаброқ, мантиқий тафаккур талаб этилиши зарурлиги ҳисобга олиниши шартлигини айтиб ўтдилар.

Хулоса ўрнида шуни айтиш жоизки, бошлангич синф ўқитувчилари нафақат одобнома дарсларида балки ўқиш, математика, расм, меҳнат ва жисмоний тарбия ҳамда мусиқа дарсларида ҳам ўқувчиларни соғлом турмуш тарзига интилишни шакллантириш мумкинлиги аниқланди.

2-боб юзасидан хулосалар

1. Ўқувчиларда экологик маданиятни тарбиялашда синфдан ташқари машғулотларнинг ўрни бекиёсдир. Синфдан ташқари машғулотлар дарсларда олинган билимларни кенгайтириш, чукурлаштириш ва конкретлаштириш, табиатни ўрганишга қизиқиш уйғотиши, ўқувчилар фаоллиги ва мустақиллигини ривожлантириш, вақтдан тежамли фойдаланиш имкониятларини беради. Шунинг учун ҳам бундай машғулотларни интеграциялаштириб ташкил қилиш катта самара беради.

2. Ўқувчиларда соғлом турмуш тарзига интилишни ва экологик маданиятни шакллантиришда оиласвий тарбиянинг ўрни бекиёсдир. Шунинг учун ҳам бу ишларни амалга оширишда ота-оналар билан ҳамкорлик қилиш зарур. Ота-оналарни бу ишга жалб қилиш учун уларга методик ёрдам бериш, турли семинарлар ўтказиши, индивидуал иш турларидан фойдаланиш, синфдан ташқари тадбирларни ташкиллаш ижобий самара беради.

Хулоса

Ўзбекистон Республикаси Мустақил демократик тараққиёт йўлидан дадил ривожланиб бормоқда. Ватанимизнинг ижтимоий, иқтисодий соҳадаги кўлга киритган ютуқлари дунё мамлакатлари томонидан тан олинмоқда. Мамлакатда ишлаб чиқаришни, пировард маҳсулотларнинг ишлаб чиқарилишини йўлга қўйилиши йирик саноат марказлари, корхоналарнинг вужудга келиши автомобил ҳаракати кўпайдигани, ерга, сувга ҳавога муносабатларнинг ўзгариши ўзига хос муаммоларни келтириб чиқармоқда. Кўп йиллар давомида экологияга эътиборсизлик ердан, сувдан, табиат неъматларидан нотўғри фойдаланиш экологик муҳитнинг бузилишига ва бунинг натижасида инсонлар саломатлигига салбий таъсир кўрсатишга сабаб бўлмоқда. Кенг кўламдаги экологик танглик таҳдидини барҳам топтириш, Республика аҳолиси учун, жисмонан соғлом ёш авлоднинг дунёга келтиши ва ривожланиши учун зарур шарт - шароитлар ҳамда экологик жиҳатдан мусаффо ҳаётий муҳит яратиш имконини беради. Шунинг учун ёшларга экологик маданиятни шакллантириш муаммоси ҳар қачонгидан ҳам зарур муаммо бўлиб қолмоқда. Экологик маданиятни шакллантиришни амалга ошириш инсонларнинг дунёга келган куниданоқ бошланади. Мактабда эса бу соҳада мунтазам ишлар ташкил этилади. Биз ўтказган тадқиқотларимиз давомида экологик маданиятни шакллантиришни бошланғич синфларда амалга оширишнинг йўллари ва усулларини аниқлашга ҳаракат қилидик. Натижада қуйидаги хулосаларга келдик.

1. Бошланғич синф ўкувчиларида масъулликни шакллантиришга таъсир қилувчи эътиқоднинг учта асосий таркибий қисми фарқланади: интеллектуал бошланғич ахлоқий, экологик билимлар ва дунёқараш характеристидаги ақлий малакалар, оддий маънавий тафаккур усулларининг эгалланиши; шахсий - дастлабки ахлоқий экологик фаолият мотивлари, атроф-муҳитга, ўз-ўзига бўлган муносабат ва уни баҳолаш, табиатни муҳофаза қилиш, ўз-ўзини назорат қилиш зарурлиги; ички тайёргарлик - экологик мувозанатни бузмаслик ва табиатни, жамиятни

муҳофаза қилиш истаги, хатти-ҳаракатларида ўз нуқтаи назарини амалга ошириш эҳтиёжининг мавжудлиги соғлом турмуш тарзига интилишнинг омилидир.

2. Бошланғич синфлар учун мулжалланган Одобнома дарслигининг асосий мазмуни ўқувчиларда жтимоий фойдали меҳнат ва тарғиботчилик фаолиятини, табиатни муҳофаза қилиш ва унга нисбатан эҳтиёткорлик муносабатида бўлиш усуллари ҳақидаги билимлардан фойдалана олиш кўникмаларини; шахслараро муносабатларда самимийлик, камтарлик, хушмуомилалик, меҳрибонлик, тавозеда бўлиш каби характер хислатларини шаклланишини; меҳнатга ижобий муносабатда бўлишни, Ватанга муҳаббат, миллий ғуур, миллий ўзликни англашни, табиатга, инсонларга меҳрибонлик кўрсатишни, нурли келажакка бўлган ишонч кабиларни шакллантиришни назарда тутади.

Тавсиялар

1. Соғлом турмуш тарзига амал қилиш дунё аҳамиятига молик сифат бўлиб, уни шакллантиришга инсоннинг жуда кичиклигиданоқ эътибор қаратиш зарир.

2. Бошланғичч синф ўқувчиларида соғлом турмуш тарзига интилишни шакллантиришга барча фанларнинг имкониятларидан тўлиқ фойдаланилган холда, фанларапо боғлиқликни ҳисобга олиб, интеграциялашган дарслар ташкил қилиш яхши самара беради.

3. Бошланғичч синф ўқувчиларида соғлом турмуш тарзига интилишни шакллантиришга дарс ва синфдан ташқари машғулотлардан тизимли фойдаланиш яхши самара беради.

4. Ўқувчиларида соғлом турмуш тарзига интилишни шакллантиришда аждодларимиз мероси ва миллий қадриятларимиздан унумли фойдаланиш зарур.

5. Ўқувчиларида соғлом турмуш тарзига интилишни шакллантиришда ота-оналар билан ҳамкорликни йўлга қўйиш муҳим.

6. Соғлом турмуш тарзини йўлга қўйишда қўйидагилар жуда муҳим:

Терини озода тутиш учун тез-тез совунлаб чўмилиб туриш, 7-10 кунда бир марта бош ювиш, кийимларни тоза сақлаш керак. Қўлни ҳар доим кўчадан келганда, хожатхонадан чиққанда, овқатланишдан олдин ва кейин ювиш лозим. Тирнокларни олиб юрмаслик ёки уни ўстириш натижасида улар остига микроблар жойлашиб олади. Ҳаво ўтказмайдиган матодан кийим киймасликка ҳаракат қилинг. Овқатлангандан сўнг тиш ювиш, хона гигиенасига риоя қилишни унутмаслигимиз лозим. Уйни озода сақлаш ва ҳавосини тез-тез алмаштириб туриш керак. Идишларни совун порошоги билан ювиш, чиқиндиларни уйда сақламаслик ҳамда хожатхоналарни озода тутиш лозим. Ичимлик суви ва озиқ-овқат манбаларини оғзи ёпиқ холда сақланг. Жамоат жойида турганингизда ахлатни маҳсус идишларга ташланг.

ФОЙДАЛАНИЛГАН АДАБИЁТЛАР РЎЙХАТИ

1. Каримов.И.А. Ўзбекистон XX1 аср бўсағасида, хавфсизликка таҳдид, барқарорлик шартлари ва тараққиёт кафолатлари. -Т.: 1997.- 356 б.
2. Каримов.И.А. Энг асосий мезон - ҳаёт ҳақиқатини акс эттириш.-Т.: «Ўзбекистон», 2009. -25 б.
3. Каримов И.А. Тарихий хотирасиз келажак йўқ. - Т.: «Шарқ», 1998.-209 б.
4. Каримов И.А. Юксак маънавият - енгилмас куч. - Т.: «Маънавият», 2008. - 176 б.
5. Каримов И.А. Асосий вазифамиз - ватанимиз тараққиёти ва халқимиз фаровонлигини янада юксалтиришдир. Т.: “Ўзбекистон”, 2010 й.74-75 бетлар.
6. Каримов И.А. Ватанимизнинг босқичма - босқич ва барқарор ривожланишини таъминлаш - бизнинг олий мақсадимиз. - Т.: Ўзбекистон, 2009. - 280 б.
7. Каримов И.А. Жаҳон молиявий-иқтисодий инқирози, Ўзбекистон шароитида уни бартараф этишнинг йўллари ва чоралари. - Т.: Ўзбекистон, 2009.-54 б.
8. Каримов И.А. Жаҳон инқирозининг оқибатларини енгиш, мамлакатимизни модернизация қилиш ва тараққий топган давлатлар даражасига қўтарилиш сари. –Т.: Ўзбекистон, 2010. -280б.
9. Абдураҳмонов А. Саодатга элтувчи билим. - Т.: «Мовароуннаҳр», 2001. - 696 б.
10. Абул Мухсин Мухаммад Бокир ибн Мухаммад Али. **Баҳоуддин** Балогардон. Т.: «Ёзувчи», 1993. -207 б.
11. Аждодлар ўгити. Ҳикоятлар, ҳикматлар, тимсоллар (тўпловчи ва изоҳлар муаллифи Б.Аҳмедов). - Т.: «Чўлпон», 1990. - 240 б.
12. Бозорова Н. Узлуксиз таълим жараёнида масофавий ўқитиш методи асосида талабаларда экологик маданиятни шакллантиришнинг аҳамияти. //Узлуксиз таълим ж.2006. № 3. 34-39 б.
13. Бухорий С.С. Дилда ёр (Ҳазрати Баҳоуддин Нақшбан'д) Бадиа. - Т.;

Ғ.Ғулом номли нашр., 1993. - 80 б.

14. Буюк сиймолар, алломалар (Ўрта Осиёлик машҳур мутафаккир ва донишмандлар). (Нашрга тайёрловчи масъул муҳар.М.Ҳайруллаев) К.2. - Т.: А.Қодирий номли «Халқ мероси» нашр., 1996.-120 б.
15. Буюк алломаларимиз (Масъул муҳар. З.Исломов). Тошкент, Ислом университета нашр., 2002. - 77 б.
16. Григорянс. А.Г. “Табиатшуносликни ўқитиши”. Тошкент “Ўқитувчи” 1992й .
17. Зоҳидов П. Ҳожа Баҳоуддин Нақшбанд меъморий хазина. -Т.: «Моварауннаҳр», 1993. -123 6.
18. Идрис Ш. Нақшбандий тариқати. (мас.муҳар. Н.Фиёсов) - Т.: «Ўзбекистон», 1993. - 62 б.
19. Имомназаров М. Миллий маънавиятимиз назариясига чизгилар. - Т.: «Шарқ», 1998. - 240 б.
20. Имомназаров М. Миллий маънавиятимиз такомили босқичлари. -Т.: Шарқ. 1996. —144 б.
21. Минг бир ҳадис. (тарж. А.Мансур). Ўзбек маскани. Тижорат ишлаб чиқариш бирлашмаси, 1991. -285 б.
22. Навоий А. Танланган асарлар тўплами.
23. Навruzова Г. Нақшбандия тасаввуфий таълимоти ва баркамол инсон тарбияси. Фалс.фан.докт....дисс. -Т.: 2002. -233 б.
24. Салаева М. Оғаҳийнинг маърифий-дидактик қарашлари. // Халқтаълими, 1995 йил, 3-4 сонлари, 44-51 бетлар.
25. Салаева М. Педагогика тарихини даврлаштириш замон талаби. // Халк таълими, 2004, 2-сон, 17-19 бетлар.
26. Сафий Али Фахруддин. Раşaҳот (Оби ҳаёт томчилари) (тарихий-маърифий асар. Тарж. М. Ҳасаний, Б.Умрзок). -Т.: Абу Али ибн Сино ном, тиб. нашр., 2003.-527 б.
27. Сохибов А. Ўзбекистон халқ педагогикаси ривожининг янги боскичи. // Халк таълими, 2004 йил 2-сон, 21-22 бетлар.

28. Юсупова П. “Мактабгача ёшдаги болаларга экологик тарбия бериш”.
Тошкент. “Ўқитувчи” 1995 й.
29. Фозиев Э. Педагогик психология. Т.: “Ношир”, 2014. -352 б.
30. Фозиев Э. Психология методологияси. Т.: “Ношир”, 2013. -312 б.