ЎЗБЕКИСТОН МИЛЛИЙ УНИВЕРСИТЕТИ, ТОШКЕНТ КИМЁ-ТЕХНОЛОГИЯ ИНСТИТУТИ, ТОШКЕНТ ДАВЛАТ ПЕДАГОГИКА УНИВЕРСИТЕТИ ҲУЗУРИДАГИ ИЛМИЙ ДАРАЖАЛАР БЕРУВЧИ DSc.28.12.2017.Ped.01.09 РАҚАМЛИ ИЛМИЙ КЕНГАШ

ЎЗБЕКИСТОН ПЕДАГОГИКА ФАНЛАРИ ИЛМИЙ ТАДҚИҚОТ ИНСТИТУТИ

ИСАБАЕВА МАШХУРА МУХИДДИНОВНА

БИОЛОГИЯНИ ЎҚИТИШДА ЎҚУВЧИЛАРДА СОҒЛОМ ТУРМУШ ТАРЗИ КЎНИКМАЛАРИНИ ТАРКИБ ТОПТИРИШ ТИЗИМИ (5–9-СИНФЛАР МИСОЛИДА)

13.00.02 –Таълим ва тарбия назарияси ва методикаси (биология)

ПЕДАГОГИКА ФАНЛАРИ БЎЙИЧА ФАЛСАФА ДОКТОРИ (PhD) ДИССЕРТАЦИЯСИ АВТОРЕФЕРАТИ

ТОШКЕНТ – 2020

УДК 37; 371; 57; 61

Педагогика фанлари бўйича фалсафа доктори (PhD) диссертацияси автореферати мундарижаси

Оглавление автореферата диссертации доктора философии (PhD) по педагогическим наукам

Contents of dissertation abstract of the doctor of philosophy (PhD) on pedagogical sciences

Исабаева Машхура Мухиддиновна
Биологияни ўқитишда ўқувчиларда соғлом турмуш тарзи кўникмаларини таркиб топтириш тизими (5–9-синфлар мисолида) 3

Исабаева Машхура Мухиддиновна
Система формирования навыков здорового образа жизни у учащихся при обучении биологии (на примере 5–9-х классов) 23

Isabaeva Mashkhura Mukhiddinovna
A system of formation of pupils' healthy lifestyle skills in teaching biology (on the example of Grades 5–9) 41

Эълон қилинган ишлар рўйхати
Список опубликованных работ
List of published works 45

ЎЗБЕКИСТОН МИЛЛИЙ УНИВЕРСИТЕТИ, ТОШКЕНТ КИМЁ-ТЕХНОЛОГИЯ ИНСТИТУТИ, ТОШКЕНТ ДАВЛАТ ПЕДАГОГИКА УНИВЕРСИТЕТИ ҲУЗУРИДАГИ ИЛМИЙ ДАРАЖАЛАР БЕРУВЧИ DSc.28.12.2017.Ped.01.09 РАҚАМЛИ ИЛМИЙ КЕНГАШ

ЎЗБЕКИСТОН ПЕДАГОГИКА ФАНЛАРИ ИЛМИЙ ТАДҚИҚОТ ИНСТИТУТИ

ИСАБАЕВА МАШХУРА МУХИДДИНОВНА

БИОЛОГИЯНИ ЎҚИТИШДА ЎҚУВЧИЛАРДА СОҒЛОМ ТУРМУШ ТАРЗИ КЎНИКМАЛАРИНИ ТАРКИБ ТОПТИРИШ ТИЗИМИ (5–9-СИНФЛАР МИСОЛИДА)

13.00.02 –Таълим ва тарбия назарияси ва методикаси (биология)

ПЕДАГОГИКА ФАНЛАРИ БЎЙИЧА ФАЛСАФА ДОКТОРИ (PhD) ДИССЕРТАЦИЯСИ АВТОРЕФЕРАТИ

ТОШКЕНТ – 2020

Фалсафа доктори (PhD) диссертацияси мавзуси Ўзбекистон Республикаси Вазирлар Маҳкамаси ҳузуридаги Олий аттестация комиссиясида B2017.3.PhD/Ped248 рақам билан рўйхатга олинган.

Диссертация Ўзбекистон Педагогика фанлари илмий тадқиқот институтида бажарилган.

Диссертация автореферати уч тилда (ўзбек, рус, инглиз (резюме)) Илмий кенгашнинг веб-саҳифаси (www.nuu.uz) ва «ZiyoNet» Ахборот-таълим порталида (www.ziyonet.uz) жойлаштирилган.

Илмий раҳбар:	**Толипова Жамила Олимжоновна,** педагогика фанлари доктори, доцент
Расмий оппонентлар:	**Шарипова Диляра Жуманиязовна,** педагогика фанлари доктори, профессор
	Абдуллаева Шахзода Абдуллаевна, педагогика фанлари доктори, профессор
Етакчи ташкилот:	**Гулистон давлат университети**

Диссертация ҳимояси Ўзбекистон Миллий университети, Тошкент кимё-технология институти, Тошкент давлат педагогика университети ҳузуридаги илмий даражалар берувчи DSc.28.12.2017.Ped.01.09 рақамли Илмий кенгашнинг 2020 йил «___» _____куни соат _____даги мажлисида бўлиб ўтади. (Манзил: 100185, Тошкент шаҳри, Олмазор тумани, Университет кўчаси, 4-уй. Тел.: (+998) 71-246-67-35; факс: (+998) 71-246-02-24; e-mail: nauka@nuu.uz).

Диссертация билан Мирзо Улуғбек номидаги Ўзбекистон Миллий университетининг Ахборот-ресурс марказида танишиш мумкин (____ -рақам билан рўйхатга олинган). Манзил: 100185, Тошкент шаҳри, Олмазор тумани, Университет кўчаси, 4-уй. Тел.: (+998) 71-246-67-71; факс: (+998) 71-246-02-24.

Диссертация автореферати 2020 йил «___» _____куни тарқатилди.

(2020 йил «___» _____ даги _____ рақамли реестр баённомаси).

М.М.Арипов
илмий даражалар берувчи Илмий кенгаш
раиси, ф-м.ф.д., профессор

Д.М.Махмудова
илмий даражалар берувчи Илмий кенгаш
илмий котиби, п.ф.ф.д (PhD), доцент

М.Тўхтасинов
илмий даражалар берувчи Илмий кенгаш
қошидаги илмий семинар раиси,
ф-м.ф.д., профессор

КИРИШ (фалсафа доктори (PhD) диссертацияси аннотацияси)

Диссертация мавзусининг долзарблиги ва зарурати. Дунёнинг ривожланган мамлакатларида ёшлар саломатлиги ва фаровонлигини таъминлаш, уларда соғлом турмуш тарзи кўникмаларини таркиб топтириш таълим-тарбия жараёнининг муҳим стратегик йўналиши сифатида барқарор тараққиётни таъминлайдиган асосий омил сифатида эътироф этилган. Бирлашган Миллатлар Ташкилоти ҳамкорлигидаги Бутунжаҳон таълим муаммолари форумининг 2030 йилгача қабул қилинган таълим концепциясида "таълим-тарбия тараққиётнинг асосий ҳаракатлантирувчи кучи ва барқарор ривожланиш мақсадларига етакловчи муҳим фаолият"[1] эканлиги долзарб вазифа этиб белгиланди.

Жаҳон миқёсида таълим-тарбия сифатини ривожлантириш, ўқувчиларда соғлом турмуш тарзи кўникмаларини шакллантиришнинг ижтимоий-биологик ва педагогик-психологик асосларини тадқиқ этишга оид илмий тадқиқотлар олиб борилмоқда. Соғлом турмуш тарзи мазмунини ўзлаштириш имконини берувчи илмий ёндашувлар, шунингдек, таълим-тарбия жараёнининг инновацион технологиялар ҳамда фаол метод ва воситалар асосида ўқитилиши ўқувчиларнинг саноген тафаккурини ривожлантиришга хизмат қилмоқда.

Республикамизда умумий ўрта таълим тизимини инновацион педагогик ёндашувлар асосида ислоҳ қилиш, ўқувчиларда соғлом турмуш тарзи кўникмаларини таркиб топтириш ва ривожлантиришнинг ўқув-услубий таъминотини мустаҳкамлашга кенг имкониятлар яратилмоқда. Халқ таълими тизимини 2030 йилгача ривожлантириш концепциясида "биология фанларини чуқур ўрганишга мўлжалланган дидактик материаллар ва мультимедиа маҳсулотларининг янги авлодларини яратиш, ўқувчиларни маънавий-ахлоқий тарбиялаш, уларнинг жисмонан соғлом ва бақувват шаклланишини таъминлаш, умумтаълим мактаб ўқувчилари учун соғлом овқатланиш тамойилларини оммалаштириш"[2] каби устувор вазифалар белгиланган. Мазкур вазифаларга асосланиб, соғлом турмуш тарзи кўникмаларини таркиб топтиришнинг концептуал асослари мазмунини аниқлаш, ўқувчиларни аддиктив хулқдан ҳимояланиш ва ўз ҳаётий фаолиятини тўғри таҳлил қилишга ўргатиш орқали уларнинг витаген ва саноген тафаккурини ривожлантириш, инновацион таълим технологияларига асосланган методик тизимни яратиш муҳим аҳамият касб этади.

Ўзбекистон Республикаси Президентининг 2017 йил 7 февралдаги "Ўзбекистон Республикасини янада ривожлантириш бўйича Ҳаракатлар стратегияси тўғрисида"ги ПФ-4947-сонли Фармони, Ўзбекистон Республикаси Вазирлар Маҳкамасининг 2017 йил 6 апрелдаги "Умумий ўрта таълим ва ўрта махсус, касб-ҳунар таълимининг давлат таълим стандартларини тасдиқлаш

---

[1] Incheon Declaration Education 2030: Towards inclusive and equitable quality education and lifelong learning for all. / http://uis.unesco.org/sites/default/files/

[2] Ўзбекистон Республикаси Президентининг 2019 йил 29 апрелдаги "Ўзбекистон Республикаси Халқ таълими тизимини 2030 йилгача ривожлантириш концепциясини тасдиқлаш тўғрисида"ги ПФ-5712-сонли Фармони // Қонун ҳужжатлари маълумотлари базаси: http://lex.uz/docs/4312785

тўғрисида”ги 187-сонли қарори, Ўзбекистон Республикаси Президентининг “Юқумли бўлмаган касалликларнинг профилактикасини, соғлом турмуш тарзини қўллаб-қувватлаш ва аҳолининг жисмоний фаоллиги даражасини ошириш чора-тадбирлари тўғрисида”ги Қарори ҳамда мазкур фаолиятга тегишли бошқа меъёрий-ҳуқуқий ҳужжатларда белгиланган вазифалар ижросини таъминлашда мазкур диссертация иши муайян даражада хизмат қилади.

Тадқиқотнинг республика фан ва технологиялари ривожланишининг устувор йўналишларига мослиги. Мазкур тадқиқот республика фан ва технологиялар ривожланишининг I. “Демократик ва ҳуқуқий жамиятни маънавий-ахлоқий ва маданий ривожлантириш, инновацион иқтисодиётни шакллантириш” устувор йўналиши доирасида бажарилган.

Мавзунинг ўрганилганлик даражаси. Республикамизда умумий ўрта таълим мактаблари ўқувчиларининг экологик-гигиеник маданиятини ривожлантириш, уларни соғлом турмуш тарзи омилларига амал қилиш асосида оилага тайёрлаш каби масалалар Ф.Ю.Абдурахимова, М.Ахмедова, А.Т.Ғофуров, О.Р.Жамолдинова, А.Е.Исимова, Т.У.Исмоилов, М.О.Инамова, Ш.Б.Иргашев, О.Мусурмонова, М.Махмудова, У.И.Махкамов, И.Д.Мажжонов, С.Нишонова, Н.Ш.Ниёзова, К.Д.Ризқулова, К.Содиқов, Г.У.Салихова, С.Т.Турсунов, Г.Ж.Туленова, М.Р.Тиловов, Т.М.Усмонхўжаева, Т.М.Уматқулов, Н.У. Ўринбоев, Ф.Холдибекова, Д.Р.Холиқов, Х.О.Шайхова, Ғ.Б.Шоумаров, Д.Ж. Шариповалар томонидан тадқиқ этилган.

Мустақил Давлатлар Ҳамдўстлиги мамлакатларида соғлом турмуш тарзини ташкил этишда гигиеник ва жинсий тарбиянинг моҳияти, валеологик тушунчалар, ўсмир қиз ва ўғил болалар шахсий гигиенасини ташкил этишнинг илмий педагогик жиҳатлари Н.П.Абаскалова, Ю.К.Бабанский, Л.Н.Башмакова, И.И.Брехман, П.Л.Дрибинский, С.А.Дружилов, М.П.Дорошкевич, А.Е.Завьялов, А.Д.Карабашева, С.А.Лядова, И.Я.Лернер, А.И.Мартыненко, Е.В.Миронова, Е.А.Меньш, М.А.Нашкевич, А.А.Ошкина, И.Б.Страхова, Б.М. Шапиролар ишида ўз аксини топган.

Хорижлик R.Bunton, G.Macdonald, K.Tones, S.Tilford, S.Garman, A.Scriven каби олимлар томонидан соғлом турмуш тарзини ташкил этишда инсон саломатлигини муҳофаза қилиш педагогикасини тарғиб қилиш, уларда соғлом турмуш тарзига нисбатан мотивацияни юзага келтириш ва саломатликни сақлашнинг ижтимоий-биологик ва психологик-педагогик асосларини ривожлантириш йўллари илмий асослаб берилган.

Мамлакатимиз ва хорижда олиб борилган илмий тадқиқотлар ва илмий-методик адабиётлар таҳлили шуни кўрсатадики, ўқувчиларда соғлом турмуш тарзини шакллантиришга оид муаммоларни ҳал этишга қаратилган бир қатор ишлар амалга оширилган. Бироқ умумий ўрта таълим мактабларида биологияни ўқитишда соғлом турмуш тарзи кўникмаларини таркиб топтиришнинг методик тизимини ишлаб чиқиш муаммоси ўзининг илмий-амалий ечимини топмаган. Зеро, бизга қадар олиб борилган тадқиқотлар моҳиятини чуқур ўрганиш биологияни ўқитишда ўқувчиларда соғлом турмуш тарзи кўник-

маларини таркиб топтиришнинг методик тизимини ишлаб чиқиш зарурати мавжудлигини кўрсатмоқда.

Диссертация тадқиқотининг диссертация бажарилган илмий тадқиқот муассасасининг илмий-тадқиқот ишлари режалари билан боғлиқлиги. Диссертация тадқиқоти Ўзбекистон Педагогика фанлари илмий тадқиқот институтининг илмий-техника дастурлари бўйича ПЗ-2014-0910185149 давлат қайд рақами билан рўйхатдан ўтган “Умумий ўрта таълим тизимида ўқувчиларнинг компетенцияларини шакллантиришга йўналтирилган таълим технологиялари” мавзусидаги амалий лойиҳа доирасида бажарилган.

Тадқиқотнинг мақсади биологияни ўқитишда ўқувчиларда соғлом турмуш тарзи кўникмаларини таркиб топтириш тизимини такомиллаштиришдан иборат.

Тадқиқотнинг вазифалари:

биология ўқитиш методикасининг ўқитиш қонуниятлари ва тамойиллари асосида соғлом турмуш тарзи кўникмаларини таркиб топтиришнинг концептуал асослари мазмунини аниқлаштириш;

биологиядан дарс, дарсдан ташқари ишлар ва синфдан ташқари машғулотларда соғлом турмуш тарзи кўникмаларини таркиб топтиришнинг методик тизимини такомиллаштириш;

компетенциявий ёндашувга асосланиб, ўқувчиларда соғлом турмуш тарзи кўникмаларининг таркиб топганлик даражасини аниқлашда дидактик топшириқлар тизимини ишлаб чиқиш;

ўқувчиларда инновацион технологиялар асосида соғлом турмуш тарзи кўникмаларини таркиб топтириш методикасини такомиллаштириш.

Тадқиқотнинг объекти сифатида умумий ўрта таълим мактабларида биология фанларини ўқитиш жараёни белгиланиб, тажриба-синов ишларига Тошкент шаҳри, Фарғона ва Жиззах вилоятларидаги 741 нафар ўқувчи жалб этилган.

Тадқиқотнинг предмети: биологияни ўқитишда ўқувчиларда соғлом турмуш тарзи кўникмаларини таркиб топтириш мазмуни, шакли, метод ва воситалари.

Тадқиқотнинг усуллари. Тадқиқот жараёнида муаммога доир психологик, педагогик адабиётлар ҳамда соҳага оид ўқув-меъёрий ҳужжатларни ўрганиш, кузатиш, суҳбат, анкета, сўровнома, педагогик тажриба-синов натижаларини математик-статистик таҳлил этиш усулларидан фойдаланилди.

Тадқиқотнинг илмий янгилиги қуйидагилардан иборат:

ўқувчиларда соғлом турмуш тарзи кўникмаларини таркиб топтиришнинг концептуал асослари биология ўқитиш методикасининг қонуниятлари ва тамойиллари (илмийлик, кўргазмалилик, таълим-тарбия узвийлиги, онглилик, ўқитишни табақалаштириш ва индивидуаллаштириш, инсонпарварлаштириш) асосида аниқлаштирилган;

биологиядан дарс, дарсдан ташқари ишлар ва синфдан ташқари машғулотларда ўқитишнинг фаол методлари (таҳлилий, қиёсий, мантиқий, мустақил ишлаш, муаммоли изланиш) ва воситалари (дидактик тарқатмалар, ўқув-

услубий қўлланма, мультимедиали ресурс воситаси) асосида соғлом турмуш тарзи кўникмаларини таркиб топтиришнинг методик тизими такомиллаштирилган;

ўқувчиларнинг соғлом турмуш тарзи кўникмаларини эгаллаганлик даражаси ностандарт тест топшириқлари (репродуктив, продуктив, адаптив ва креатив)дан фойдаланиш асосида аниқлаштирилган;

ўқувчиларда соғлом турмуш тарзи кўникмаларини таркиб топтиришнинг дидактик функциялари (билимларни тиклаш, билимларни янгилаш, билимларни коррекциялаш, билимларга амал қилиш, башорат қилиш) витаген, рефлексив, саломатликни сақлаш ва саноген тафаккурни ривожлантирувчи таълим технологиялари асосида такомиллаштирилган.

Тадқиқотнинг амалий натижалари қуйидагилардан иборат:

биологик таълим жараёнида ахборот ва педагогик технологияларни қўллаш орқали “Соғлом турмуш – соғлом ҳаёт” номли мультимедиали электрон ресурс воситаси ишлаб чиқилган ва амалиётга жорий этилган;

биологиядан дарс, дарсдан ташқари ишлар ва синфдан ташқари машғулотларда соғлом турмуш тарзи кўникмаларини таркиб топтириш бўйича дарс ишланмалар ва тавсиялар ишлаб чиқилган;

биология ўқитувчилари учун “Биологияни ўқитишда соғлом турмуш тарзи кўникмаларини шакллантириш методикаси” номли услубий қўлланма, “Саломатлик” услубий мажмуаси, ўқувчилар учун “Саломатлик дафтари” ишлаб чиқилган ва амалиётга жорий этилган.

Тадқиқот натижаларининг ишончлилиги қўлланилган ёндашув, усуллар ва назарий маълумотларнинг расмий манбалардан олинганлиги, республика ва халқаро миқёсдаги илмий анжуман материаллари, ОАК рўйхатига киритилган ва бошқа хорижий илмий журналларида мақолалар чоп этилганлиги, педагогик тажриба-синов ишларининг таҳлили ва самарадорлиги математик-статистик методлар воситасида асосланганлиги, ўқув-услубий қўлланмалар асосида дарсларни олиб бориш методикаси бўйича ишлаб чиқилган хулоса ва тавсияларнинг амалиётга жорий этилганлиги, олинган натижаларнинг ваколатли ташкилотлар томонидан тасдиқланганлиги билан изоҳланади.

Тадқиқот натижаларининг илмий ва амалий аҳамияти. Тадқиқот натижаларининг илмий аҳамияти биологияни ўқитиш жараёнида ўқувчиларда соғлом турмуш тарзи кўникмаларини таркиб топтиришнинг методик тизими, соғлом турмуш тарзини таркиб топтириш жараёнлари дидактик функцияларининг аниқланганлиги, ўқитишнинг барча шаклларида витаген, рефлексив, саломатликни сақлаш таълим технологиялари ва саноген тафаккурни ривожлантирувчи таълим технологияларнинг татбиқ этилганлиги билан изоҳланади.

Тадқиқот натижаларининг амалий аҳамияти эса биологияни ўқитишда ўқувчиларда соғлом турмуш тарзи кўникмаларини таркиб топтириш тизими, тадқиқот жараёнида ишлаб чиқилган тавсиялар, методик қўлланма, саломатлик таълими технологиялари, услубий мажмуа, “Саломатлик дафтари”, дарсдан ташқари ишлар дастури ва электрон ресурс воситаларидан умумий ўрта

таълим мактаби ўқитувчилари, тадқиқотчилар ва биология соҳаси бўйича бакалавр таълим йўналишлари талабалари фойдаланиш имкониятига эга бўлганлиги билан ифодаланади.

Тадқиқот натижаларининг жорий қилиниши. Биологияни ўқитишда ўқувчиларда соғлом турмуш тарзи кўникмаларини таркиб топтириш тизими бўйича олинган тадқиқот натижалари асосида:

ўқувчиларда соғлом турмуш тарзи кўникмаларини таркиб топтиришнинг концептуал асослари, ўқитиш методикасининг қонуниятлари ва тамойиллари ҳамда биологиядан дарс, дарсдан ташқари ишлар ва синфдан ташқари машғулотларда ўқитишнинг фаол методлари ва воситаларидан фойдаланишга оид таклиф ва тавсиялар Вазирлар Маҳкамасининг 2017 йил 6 апрелдаги "Умумий ўрта ва ўрта махсус, касб-ҳунар таълимининг давлат таълим стандартларини тасдиқлаш тўғрисида"ги 187-сонли қарори билан тасдиқланган умумий ўрта таълим давлат таълим стандарти мазмунига сингдирилган (Республика таълим марказининг 2019 йил 16 декабрдаги 01/11-01/6-2628-сонли маълумотномаси). Натижада, соғлом турмуш тарзи кўникмаларини таркиб топтириш тизими ўқувчиларда таҳлилий, қиёсий, мантиқий фикрлашни ҳамда уларнинг витаген ва саноген тафаккурини ривожлантириш имконини берган;

ўқувчиларнинг соғлом турмуш тарзи кўникмаларини эгаллаганлик даражасини аниқлаштириш бўйича ностандарт тест топшириқларига доир таклифлардан "Биологияни ўқитишда соғлом турмуш тарзи кўникмаларини шакллантириш методикаси" (2012 й.) номли услубий қўлланмани ишлаб чиқишда фойдаланилган (Республика таълим марказининг 2019 йил 16 декабрдаги 01/11-01/6-2628-сонли маълумотномаси). Мазкур методик таъминот биология ўқитувчилари учун ўқув машғулотларида соғлом турмуш тарзи кўникмаларини таркиб топтиришни мақсадга мувофиқ ташкил этиш учун амалий-методик асос бўлиб хизмат қилган;

ўқувчиларда соғлом турмуш тарзи кўникмаларини таркиб топтиришнинг дидактик функциялари, витаген, рефлексив, саломатликни сақлаш ва саноген тафаккурни ривожлантирувчи таълим технологияларига оид таклифлар ФЗ-2016-0910202206-рақамли "Вояга етмаганлар орасида жиноятчилик ва ҳуқуқбузарликка мойил ўқувчиларни тарбиялашнинг ижтимоий-педагогик технологиялари" мавзусидаги фундаментал лойиҳа доирасида амалиётга татбиқ этилган (Халқ таълими вазирлигининг 2018 йил 20 июндаги 01-02/2-2-198-сонли маълумотномаси). Натижада, ўқувчиларнинг соғлом турмуш тарзи кўникмаларини эгаллаш жараёни самарадорлигини оширишга ҳамда биология ўқитувчилари учун муаммога тааллуқли машғулотларни мақсадга мувофиқ ташкил этишга амалий-методик асос бўлиб хизмат қилган.

Тадқиқот натижаларининг апробацияси. Мазкур тадқиқот натижалари 2 та МДҲ давлатлари, 10 та республика миқёсидаги илмий-амалий конференцияларда муҳокамадан ўтказилган.

Тадқиқот натижаларининг эълон қилиниши. Диссертация мавзуси бўйича жами 24 та илмий-услубий иш, жумладан, 2 та услубий қўлланма чоп этилган. Шулардан Ўзбекистон Республикаси Олий аттестация комиссияси-

нинг докторлик диссертациялари асосий илмий натижаларини чоп этиш учун тавсия этилган илмий нашрларда 12 та мақола, жумладан, 9 таси республика ва 3 таси хорижий журналларда нашр этилган.

Диссертациянинг тузилиши ва ҳажми. Диссертация иши кириш, учта боб, хулоса ва тавсиялар, фойдаланилган адабиётлар рўйхати ҳамда иловалардан иборат. Диссертациянинг ҳажми 134 бетни ташкил этади.

ДИССЕРТАЦИЯНИНГ АСОСИЙ МАЗМУНИ

Кириш қисмида диссертация мавзусининг долзарблиги ва зарурати асосланган, муаммонинг назарий ва амалий жиҳатлари таҳлил этилган ва умумлаштирилган, хорижий илмий тадқиқотлар шарҳи ва муаммонинг ўрганилганлик даражаси баён этилган, тадқиқотнинг мақсади ва вазифалари, объекти ва предмети аниқланган, ишнинг фан ва технологияларни ривожлантиришнинг муҳим йўналишларига мослиги кўрсатилган, тадқиқотнинг илмий янгилиги, натижаларнинг ишончлилиги, назарий ва амалий аҳамияти, натижаларнинг амалиётга жорий этилиши, эълон қилинганлиги, ишнинг тузилиши борасидаги маълумотлар киритилган.

Диссертациянинг биринчи боби **“Биология таълими жараёнида соғлом турмуш тарзи кўникмаларини таркиб топтиришнинг назарий асослари”** деб номланган бўлиб, унда биология таълими жараёнида ўқувчиларда соғлом турмуш тарзи кўникмаларини таркиб топтириш муҳим педагогик муаммо сифатида илмий таҳлил этилган, ўқитиш қонуниятлари ва тамойилларига таянилган ҳолда соғлом турмуш тарзи кўникмаларини таркиб топтиришнинг концептуал асослари ҳамда мазкур жараённинг мантиқий структураси хусусида сўз юритилган.

Соғлом турмуш тарзи кўникмаларини таркиб топтиришнинг концептуал асосларида ўқувчилар онги ва қалбига миллий мафкуранинг етакчи ғояларини сингдириш орқали уларни баркамолликка йўналтириш, таълим олиш ва касбга самарали йўллаш асосида Ватан равнақига ҳисса қўшиш, ўзида миллий ва умуминсоний қадриятларни сингдириш орқали миллатлараро тотувликни сақлаш, ўқувчиларнинг ўз ва ўзгалар саломатлигини асраш, ҳаёти давомийлигига таҳдид солувчи омилларни билиш, яъни аддиктив хулқдан ҳимояланиш иммунитетини ривожлантириш зарурлиги назарда тутилади.

Соғлом турмуш тарзи кўникмаларининг концептуал асосларини педагогик тизимга жорий этиш голографик ёндашувни талаб этади. Голографик ёндашув таълим-тарбия жараёнида ўқувчиларга кенг қамровли билимлар ва ҳаётий тажрибалардан сабоқ берадиган ўқув материалини етказиш баробарида дидактиканинг назария ва амалиёт бирлиги саналиб, кундалик ҳаётда учрайдиган муаммоли вазиятларни ҳал этишга замин тайёрлайди ва ўрганиладиган мавзуни баён этишда қуйидаги 3 та омилни ўзида бирлаштиради:

1. Витаген омил. Бу витаген (ҳаётий тажрибага асосланган) ахборот бўлиб, дидактик мақсадларга мувофиқ танланган ва методик ишлов берилган янги мавзуни ўрганиш жараёнида ўқитувчи томонидан фойдаланишга мўл-

жалланган ўқув материали саналади. Витаген тажрибалар деганда ўқувчининг ўзлаштирган, хотирасида муҳрланган, зарур ҳолларда фаоллаштириш ва амалиётга қўллашга тайёр бўлган маълумотлар йиғиндиси тушунилади.

2. Дидактик омил. Бу ўқитувчи томонидан ўқувчиларга таълим мазмуни, ўқитиш воситалари, методлари узвийлигида етказиладиган витаген ахборот ҳисобланади.

3. Конструктив омил. Бу соғлом турмуш тарзи ва витаген тажрибага оид қўшимча адабиётлар ва фанлар (педагогика, психология, ёш физиологияси ва гигиенаси, валеология, биология) интеграциясига доир ўқув материалидан фойдаланиш саналади.

Голографик ёндашувда ўқувчи шахсининг кўп қиррали тасаввур қилиниши муҳим аҳамият касб этиб, соғлом турмуш тарзи кўникмаларини мукаммал ўзлаштириш ва саноген тафаккурни ривожлантириш имконини беради. Тадқиқот давомида соғлом турмуш тарзи кўникмалари ҳаётий (витаген) тажрибага айланишини эътиборга олган ҳолда унинг 4 та босқичи аниқланди.

Когнитив босқич − соғлом турмуш тарзига оид витаген маълумотларни пассив ўзлаштиради, бу босқичда ўқувчиларда берилаётган маълумотларни келгусида қайси мақсадда фойдаланиши ҳақида тасаввури бўлмайди. Маълумотлар репродуктив даражада ўзлаштирилади.

Адаптив босқич − ўқувчилар ўзлаштирилаётган маълумотлар асосида муҳитга мослашади, соғлом турмуш тарзи кўникмаларига зид бўлган ҳолатларнинг олдини олишга ҳаракат қилади. Продуктив даражада мустақил иш топшириқлари ўқувчилар томонидан ўрганилган ҳаётий жараёнларни таҳлил қилиш, синтезлаш, таққослаш, қиёслаш, аввал ўзлаштирилган билимларни амалда қўллаш ва умумлаштириш орқали хулоса ясашига замин тайёрлайди.

Функционал босқич − соғлом турмуш тарзига доир берилаётган маълумотларни ўрганиш жараёнида ўқувчилардан қисман изланишли даражадаги ўқув топшириқлари, аввал ўзлаштирилган билим, кўникма ва малакаларни янги кутилмаган вазиятларда қўллаш ҳамда ҳаётий жараёнларни таҳлил қилиш, синтезлаш, қиёсий таққослаш ва умумлаштириш орқали ижодий фикр юритиш талаб этилади.

Аксиологик босқич − ўқувчилардан соғлом турмуш тарзига оид ўзлаштирилган билим, кўникма ва малакаларни кутилмаган вазиятларда вужудга келтирилган ўқув муаммоларни ҳал этишда қўллаш, ақлий (таҳлил этиш, синтезлаш, қиёсий таққослаш, умумлаштириш, хулоса ясаш) ва мантиқий (индукция, дедукция, бош муаммони ажрата олиш) операцияларни бажариш талаб этилади.

Ушбу витаген босқичлар эса биологияни ўқитиш тамойилларидан мақсадга мувофиқ фойдаланиш заруриятини белгилайди. Шуни қайд этиш керакки, ўқитиш тамойиллари биология ўқитишнинг барча шаклларида соғлом турмуш тарзи кўникмаларини таркиб топтириш методлари, воситалари ва шаклларини тизимли ташкил этишни тақозо этди.

Ўқувчиларда соғлом турмуш тарзи кўникмаларини таркиб топтиришнинг тизимли ташкил этишнинг дидактик асослари этиб гигиеник, экологик,

эстетик, меҳнат, жисмоний, жинсий, маънавий-ахлоқий ва ватанпарварлик тарбияси муҳим аҳамиятга эга эканлиги аниқланган бўлиб, мазкур тарбия турларидан ўқитишнинг барча шаклларида самарали фойдаланиш таълим-тарбия узвийлигида соғлом турмуш тарзи кўникмаларини таркиб топтириш имкониятини яратади.

Тадқиқот давомида голографик ёндашувлар асосида одам организмининг саломатлик кўрсаткичлари, соғлом турмуш тарзи меъёрлари, саломатликка зарар етказувчи омилларга оид тушунчалар шарҳланди. Соғлом турмуш тарзининг таркибий қисмлари сифатида ўқувчилар ёш даврдан бошлаб: атроф-муҳит омилларининг одам саломатлигига кўрсатадиган хавфсиз ва қулай муҳитда яшашнинг афзаллиги; аддиктив хулқ (чекиш, гиёҳванд моддалар қабул қилиш, спиртли ичимликлар ичиш)ларнинг зарари ва улардан воз кечишнинг афзаллиги; соғлом овқатланиш (организмнинг фаол физиологик хусусиятларига оқсиллар, витаминлар, углеводлар, сув ва минерал тузларнинг етарли даражада бўлиши) қоидаларига амал қилиши; патоген тафаккур − руҳий тушкунлик, агрессив, депрессия ҳолатининг олдини олиши ва улардан чиқиш йўлларини билиши (аксарият ўсмирлик давридан балоғат ёши ўртасидаги ўтиш даврида кузатилиши ва мустаҳкам ирода билан енга олиш чоралари); фаол ҳаракат − махсус жисмоний машқларни бажариши; шахсий ва жамоат жойларида гигиеник талабларга амал қилиши, саломатликни асраш ва мустаҳкамлашга оид тиббий-гигиеник кўникмаларини эгаллаши муҳим аҳамиятга эга, деган хулосага келинди. Ўқувчиларнинг соғлом турмуш тарзи омилларига кўникма асосида амал қилиши зарарли таъсир кўрсатувчи омиллардан онгли равишда ҳимояланиш ва биологик саломатликни таъминлашга асос бўлади. Мазкур жараён биология таълимида соғлом турмуш тарзи мазмунини қуйидагича изоҳлаш заруратини келтириб чиқарди:

Соғлом турмуш тарзи – организмнинг эмбрионал ривожланиш давридан бошлаб, ёшга оид даврларида бўладиган анатомик, морфологик ва физиологик жараёнларига ижобий таъсир кўрсатувчи омиллар йиғиндисидан иборат бўлиб, шахснинг ақлан, маънан ва жисмонан соғлом бўлиши, ўзининг ва ўзгаларнинг саломатлигини сақлаш ва турмуш тарзини онгли равишда ташкил этишга асос бўлувчи билим, кўникма ва малакалар мажмуасидир.

Биологик нуқтаи-назардан ўқувчиларнинг соғлом турмуш тарзи омилларига кўникма асосида амал қилишини қуйидаги технологиялар ёрдамида амалга ошириш мақсадга мувофиқ деб белгиланди:

1. Витаген технологиялар – шахснинг ўзлаштирган билим, кўникма ва малакалари кундалик ва амалий фаолиятидаги кузатиш натижалари ва ҳаётий тажрибаларини фаоллаштиришга йўналтиради. Ўқувчиларда соғлом турмуш тарзи кўникмаларини таркиб топтиришда витаген маълумотлар таҳлилий, мантиқий, қиёсий ва кенг қамровли фикрлашга имкон беради.

2. Рефлексив технологиялар – ўз-ўзини таҳлил қилиш, ўзини баҳолаш, “ўзининг ички дунёсига назар ташлаш”, аддиктив хулқ ва патоген тафаккурдан ҳимояланишга ўргатади. Соғлом турмуш тарзи кўникмаларини эгаллаш жараёнида ўқувчилар мустақил равишда ўз саломатлиги, ҳиссиётини

намоён этади, ўз фаолиятини баҳолайди. Ўқувчилар ўқув муаммоларининг асосий ғоясини англайдилар, аввал ўзлаштирган билимларини эслайдилар ва муаммони ҳал этишда улардан фойдаланадилар, яъни янги кутилмаган вазиятда қўллайдилар.

3. Саломатликни сақлаш таьлим технологиялар – организмнинг биологик саломатлигини сақлашга қаратилган назарий тушунчалардан фойдаланиш орқали амалий кўникмалар шакллантириб борилиши назарда тутилади. Биология дарсларида “Саломатлик дақиқаси”ни ташкил этиш, дарсдан ташқари “Саломатлик бурчаги”да амалий характердаги ўқув топшириқларини бажаришга ўргатиш (суяк синганда ва шикастланганда биринчи ёрдам кўрсатиш ва ҳ.к.) орқали саломатликни сақлаш кўникмалари ривожлантирилади. Мазкур жараён дидактик воситалар: дарслик, ўқув қўлланмалар, илмий мақолалар, саломатлик журналлари, мультимедиали ресурс воситалари ва саломатликни сақлашга оид маълумотлардан самарали фойдаланиш имконини беради.

4. Саноген тафаккурни ривожлантирувчи таълим технологиялар – одобахлоқ қоидаларига зид бўлган хулқ-атворни коррекциялашга қаратилган бўлиб, ўқувчиларни аддиктив хулқдан ҳимоялаш, соғлом турмуш тарзига оид маънавий-маърифий тадбирлар, соғломлаштирувчи спорт тадбирларини ташкил этиш орқали соғлом турмуш тарзи юзасидан олган билимларини ҳаёт фаолияти давомида қўлай олишга, ўзини ва ўзгалар саломатлигини сақлашга ўргатади.

Ушбу технологиялар бир-бирига узвий боғлиқ бўлиб, ўқитишнинг барча шаклларида уларга амал қилиш заруратини келтириб чиқарди.

Диссертациянинг **“Биологияни ўқитиш жараёнида ўқувчиларда соғлом турмуш тарзи кўникмаларини таркиб топтиришнинг методик асослари”** деб номланган иккинчи бобида биологияни ўқитишда ўқувчиларда соғлом турмуш тарзи кўникмаларини таркиб топтириш жараёнининг методик тизими витаген, валеологик, аксиологик ёндашувлар асосида, ўқитишнинг фаол методлари (таҳлилий, қиёсий, мантиқий, мустақил ишлаш, муаммоли изланиш) ва воситалари (кўргазмали воситалар, дарс ишланмалари, ўқув-услубий қўлланмалар, мультимедиали воситалар)дан мақсадга мувофиқ фойдаланиш асосида такомиллаштирилган.

Биологиядан соғлом турмуш тарзи кўникмаларининг дидактик функциялари (билимларни тиклаш, янгилаш, коррекциялаш, уларга амал қилиш ва башорат қилиш)ни амалга оширадиган таълим технологиялари (витаген, рефлексив, саломатлик таълим технологиялари, саноген тафаккурни ривожлантирувчи таълим технологиялари) аниқланган. Тадқиқот ривожида дарс типи ва турларини аниқлаш, дарс мақсадларини белгилаш ва соғлом турмуш тарзига оид қўшимча материаллар билан бойитишдан иборат бўлди. Ўқитувчининг педагогик фаолияти амалга ошириладиган ишлар мазмунида соғлом турмуш тарзи кўникмаларини таркиб топтириш ва ривожлантиришнинг методик тизими такомиллаштирилди (1-расм).

1-расм. Биологияни ўқитишда ўқувчиларда соғлом турмуш тарзи кўникмаларини таркиб топтиришнинг методик тизими

Ушбу методик тизимга мувофиқ ўқувчиларда соғлом турмуш тарзи кўникмаларини таркиб топтириш жараёни голографик ёндашувнинг витаген, конструктив, дидактик омиллари асосида қуйидагича амалга оширилди:

биологияни ўқитишда соғлом турмуш тарзи кўникмаларини таркиб топтириш мазмуни, шакли, методи ва воситалари уйғун равишда танланди;

ўқувчиларда таянч, умумий ва фанга доир хусусий компетенцияларни таркиб топтиришда Блум таксономиясининг ўқув мақсадлари муҳим аҳамиятга эга бўлиб, у соғлом турмуш тарзи ҳақида билиш, тушуниш, амал қилиш, таҳлил қилиш, синтез қилиш ва хулосалашга ўргатиш орқали амалга оширилди;

дарс самарадорлигини ошириш ва соғлом турмуш тарзи кўникмаларини таркиб топтиришда жадваллар, схемалар, фаол методлар (таҳлилий, қиёсий, мантиқий, мустақил ишлаш, муаммоли изланиш), витаген, рефлексив, саломатликни сақлаш ва саноген тафаккурни ривожлантирувчи таълим технологиялардан фойдаланилди;

соғлом турмуш тарзи юзасидан назарий билимларни мустаҳкамлаш мақсадида ностандарт тестлар, дидактик тарқатма материаллар тайёрланди;

биология дарсларида ўқувчининг саломатлигини асраш, ҳиссий мотивлари, жисмоний ва ахлоқий ривожланиш даражасини оширишда “саломатлик дақиқаси” ташкил этилди, ўқувчиларнинг ўқув-билиш фаоллигини оширишда “Саломатлик” иш дафтаридан унумли фойдаланиш соғлом турмуш тарзи кўникмаларини таркиб топтиришга асос бўлди. Мазкур жараёнда “Одам ва унинг саломатлиги” ўқув фанидан инновацион технологиялар асосида дарс ишланмаси лойиҳаланди, дарснинг технологик харитаси ва модули ишлаб чиқилди.

Тадқиқот жараёнида “Соғлом турмуш тарзи ва экологик” компетенцияда белгиланган мақсад ва вазифаларга биноан биология таълими мазмунида соғлом турмуш тарзи кўникмаларини таркиб топтириш имкониятлари аниқлаб олинди. Аниқланган таълим мазмунида ўқувчиларда биологик компетенцияларни таркиб топтириш босқичларида фойдаланиладиган ўқув топшириқлари, назорат қилиш учун фойдаланиладиган ностандарт тест топшириқларининг турлари ва уларнинг мураккаблик даражалари ўз аксини топган.

Дарсдан ташқари ишлар учун витаген ва валеология маълумотларига асосланган 5–9-синфлар учун “Соғлом турмуш тарзи асослари” махсус ишчи дастури, биология тўгарагининг намунавий иш режаси ишлаб чиқилган бўлиб, уларда ўқувчиларнинг витаген ва саноген кўникмаларини ривожлантириш мазмуни қамраб олинган. Шунингдек, Давлат таълим стандартида белгиланган “Соғлом турмуш тарзи ва экологик” компетенцияга амал қилишга асосланган “Саломатлик” ўқув мажмуаси, 8-синф учун “Саломалик дафтари” ва “Соғлом турмуш ва соғлом ҳаёт” номли электрон ресурс воситасининг ишлаб чиқилиши биологик таълимда ўқувчиларни аддиктив хулқдан ҳимоялаш ва витаген маълумотларга эга бўлиш асосида соғлом турмуш тарзи кўникмаларини таркиб топтириш самарадорлигини оширишга замин тайёрлади.

Диссертациянинг **“Ўқувчиларда соғлом турмуш тарзи кўникмаларини ривожлантиришга доир тажриба-синов ишларини ташкил этиш методикаси”** деб номланган учинчи бобида ўқувчиларда соғлом турмуш тарзи кўникмаларини ривожлантиришга доир тажриба-синов ишларининг мазмуни ва методикаси ёритилган.

Тадқиқот муаммосининг ижобий ечимини таъминлашга йўналтирилган тажриба-синов ишларининг мақсадига биноан биологияни ўқитишда соғлом турмуш тарзи кўникмаларини таркиб топтириш тизимига қаратилган амалий фаолият мазмуни ишлаб чиқилди. Тадқиқот муаммоси доирасида олиб борилган илмий тадқиқотлар педагогика ва биология ўқитиш методикаси соҳасида яратилган методик қўлланмалар ва тавсиялар мазмуни билан назарий танишиб чиқиш, тажриба-синов ишларини мақсадга мувофиқ ташкил этиш бўйича ишлаб чиқилган дастур асосида олиб борилганлиги, тажриба-синов майдонларида педагогик шароитлар мавжудлиги, сифат даражасини белгиловчи мезонларнинг ишлаб чиқилиши олинган натижаларнинг математик статистика таҳлили билан таъминлаш имконини берди.

Тажриба-синов ишлари уч босқичда амалга оширилди:

1) асословчи, ташхис ва башорат қилиш босқичи – 2012–2014 йиллар (педагогик диагностика объектлари белгиланди; муаммо мавзуси шакллантирилди; тажриба-синов мақсади, илмий фарази ҳамда вазифалари белгиланди; тажриба-синов ўтказиш дастури ишлаб чиқилди);

2) шакллантирувчи босқич – 2014–2016 йиллар (таъкидловчи, шакллантирувчи ва назорат қилувчи тажриба-синов ишларидан иборат бўлиб, тажриба-синов ишлари гуруҳларда босқичма-босқич амалга оширилди);

3) таъкидловчи босқич – 2016–2018 йиллар (тажриба-синов ишлари натижаларининг алгоритми ишлаб чиқилди).

Тадқиқот ишига жами 1459 нафар ўқувчи танлаб олинди. Шундан тажриба гуруҳида 741 нафар, назорат гуруҳида эса 718 нафар ўқувчи қатнашди. Тажриба-синов ишлари давомида биология ўқитувчилари билан эксперт сўрови ўтказилди (анкета сўровлари, суҳбат, кузатиш ва ҳ.к. сўров усуллари); дарс, дарсдан ташқари ишлар ва синфдан ташқари машғулотлар кузатилиб таҳлил қилинди; ўқувчиларнинг соғлом турмуш тарзига оид шахсий фикрлари, билим ва кўникмалари саволнома асосида назоратдан ўтказилди. Олинган натижалардан дарсдан ташқари тажриба майдончаси, тирик табиат бурчагидаги ишлар ҳамда синфдан ташқари ташкил этиладиган биология фан тўгаракларининг талаб даражасидаги метод ва воситалар асосида олиб борилиши тўлиқ йўлга қўйилмаётганлиги аниқланди. Тадқиқот муаммоси назарий асосланди, унинг мақсади, услубий ёндашувлари ҳамда етакчи ғоялари белгиланди, ишчи фарази ишлаб чиқилди, тадқиқот вазифалари шакллантирилди. Дастлаб, ўқитувчиларнинг тайёргарлигини ошириш мақсадида 5 кунлик дастур асосида семинар-тренинг ташкил этилди. Семинар-тренинг жараёнида кўргазмали қуроллар, мавзуларга оид слайдлар, рангли проекцион расмлар, гиёҳвандлик, ичкиликбозлик ҳақидаги кинолавҳалар, турли хил тарқатма материаллар, соғлом турмуш тарзига оид ахлоқ ва одоб ҳақидаги ҳикматли

ҳадислардан намуналар, илмий мақолалар, Интернет маълумотларидан фойдаланилди.

Тажриба-синов жараёнида ўқувчиларнинг соғлом турмуш тарзи кўникмаларини ўзлаштиришга бўлган мотивацияси аниқланиб, уларнинг таълим олишга бўлган муносабати орқали тадқиқ қилинди. Ўқувчилар билиш фаолиятининг сифат таҳлили уларнинг соғлом турмуш тарзи юзасидан керак бўлган билимларни эгаллашга бўлган мотивацияси юқори даражада эканлигини кўрсатди. Олинган натижалар биологияни ўқитишда соғлом турмуш тарзи кўникмаларини таркиб топтириш юзасидан тажрибалар бажаришга ҳамда етарли методик тавсиялар яратишга ёрдам берди. Ўқувчиларда соғлом турмуш тарзи кўникмаларини таркиб топтиришда дастлаб ўқувчининг саломатлигини сақлашга қаратилган витаген ёндашувга асосланган маълумотлар билан таништириб борилди. Саломатлик белгилари, организмнинг физиологик ҳолати, ҳиссий мотивлар ва ахлоқий-ирсий ривожланиш даражасини билган ҳолда саломатликни асраш, рефлексив ва саноген тафаккурни ривожлантирувчи таълим технологиялардан фойдаланишга асосланилди. Мазкур жараёнда биологияни ўқитишда соғлом турмуш тарзи компонентларини мавзуга уйғун равишда таркиб топтириш тизимини шакл, метод ва воситалар асосида яратиш имкониятидан фойдаланилди. Тажриба-синов даврида биология ўқитувчисининг дарсга тайёргарлик босқичларига соғлом турмуш тарзи кўникмаларини таркиб топтириш методлари татбиқ этилди, дарснинг технологик харитаси, дарснинг модели ва дарс ишланма намунаси ишлаб чиқилди; дарсдан ташқари ишлар учун 5–6-синф ботаника ўқув предметида 8 соат, 7-синф зоология ўқув предметида 8 соат, 8-синф одам ва унинг саломатлиги ва 9-синф биология ўқув предметида 12 соатга мўлжалланган “Соғлом турмуш тарзи асослари” номли махсус дастурдан унумли фойдаланилди. Синфдан ташқари машғулотларда “Ёш биологлар” тўгарагининг намунавий иш режасига асосан оммавий тадбир сценарийлари ишлаб чиқилиб, тажриба давомида фойдаланиб борилди. Ўқитиш воситалари сифатида “Соғлом турмуш ва соғлом ҳаёт” номли мультимедиали электрон ресурс воситаси, 8-синф “Одам ва унинг саломатлиги” ўқув предмети юзасидан “Саломатлик дафтари” ҳамда ўқитувчилар учун “Саломатлик” ўқув мажмуаси амалиётда қўлланилди. Ўқувчиларнинг соғлом турмуш тарзи кўникмаларини аниқлашда “My test” дастури асосида кўп жавобли ва мантиқий ностандарт тест топшириқларининг ишлаб чиқилиши ўқувчиларда соғлом турмуш тарзининг шаклланганлик даражасини аниқлаш имконини берди. Биологияни ўқитишда соғлом турмуш тарзи кўникмаларини таркиб топтириш юзасидан кузатилган камчиликлар ҳисобга олиниб, ўқувчилар билимидаги узилишлар босқичма-босқич тузатиб борилди. Ўқувчиларнинг жавоблари қуйидаги мезонлар асосида баҳоланди:

“юқори” – соғлом турмуш тарзи кўникмалари пухта ўзлаштирилган, назарий ва амалий билимларга қатъий амал қилади ҳамда соғлом турмуш тарзи кўникмаларини амалиётга татбиқ эта олади;

“ўрта” – соғлом турмуш тарзи кўникмалари назарий ва амалий билимлар асосида эгалланган, уларни амалиётга татбиқ эта олади;

“қуйи” – соғлом турмуш тарзи кўникмаларини қисман ўзлаштирган, бу борада ўз фикрини тўлиқ ёрита олмайди.

Биологияни ўқитишда соғлом турмуш тарзи кўникмаларини таркиб топтириш юзасидан танланган дидактик материалларни ўқувчиларга ўргатиш усуллари, дарс, дарсдан ташқари ишлар ва синфдан ташқари машғулотларда тажрибалар бажаришнинг дидактик самарадорлиги математик статистика услубидан фойдаланиб текшириб кўрилди (1-жадвал).

1-жадвал

Тажриба-синовда қатнашган ўқувчилар сони ва уларнинг ўзлаштириш кўрсаткичлари

Т/р	Чорак	Тажриба синфи				Назорат синфи			
		Ўқувчилар-нинг умумий сони	Юқори	Ўрта	Паст	Ўқувчилар-нинг умумий сони	Юқори	Ўрта	Паст
Тошкент шаҳридаги 112-, 222-, 241-, 275-умумий ўрта таълим мактаблари									
1.	I	248	91	127	30	233	70	85	78
2.	II	248	89	134	25	234	69	86	79
3.	III	244	83	137	24	234	71	82	81
4.	IV	245	92	136	17	235	68	85	82
Фарғона вилояти Қўқон шаҳридаги 17-, 22-, 35-, 40-умумий ўрта таълим мактаблари									
1.	I	245	87	134	24	242	62	94	86
2.	II	245	89	131	25	238	65	91	82
3.	III	244	90	132	22	242	63	92	87
4.	IV	244	91	129	24	240	55	94	91
Жиззах вилоятидаги 3-, 22-умумий ўрта таълим мактаблари									
1.	I	248	92	132	24	239	60	94	85
2.	II	248	89	137	22	239	67	99	73
3.	III	247	88	139	20	241	67	105	69
4.	IV	246	87	140	19	239	63	97	79
Умумий ўртача		246	89	134	23	238	65	92	81

Олинган сонли маълумотлар Стьюдент-Фишер мезони асосида математик-статистик таҳлил қилинди. Юқоридаги жадвалдан биз математик-статистик таҳлил учун ўртача умумий баллни олдик. Назорат ва тажриба гуруҳла-

рининг тажриба якунидаги умумий кўрсаткичлари қуйидагича (2-жадвал):

2-жадвал

Тажриба ва назорат гуруҳларининг умумий кўрсаткичлари

Гуруҳлар	Ўқувчилар сони	Жавоблар		
		Юқори	Ўрта	Паст
Тажриба гуруҳи	246	89	134	23
Назорат гуруҳи	238	65	92	81

Тажриба ва назорат гуруҳидаги баҳолаш натижаларини мос равишда 1- ва 2-танланмалар деб оламиз (3-жадвал).

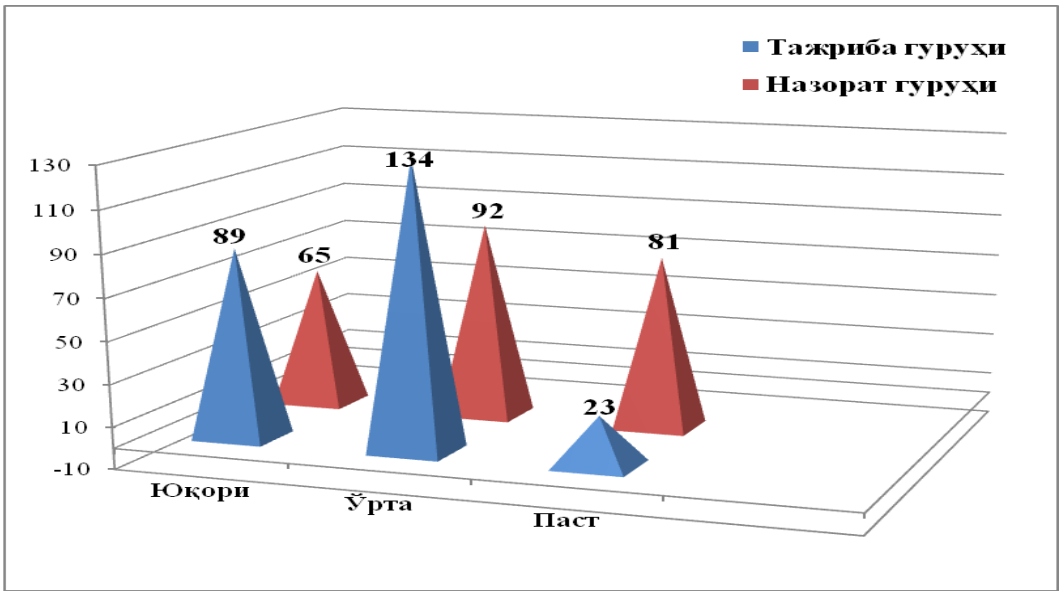
3-жадвал

Тажриба ва назорат гуруҳидаги баҳолаш натижалари

1-танланма					
Тажриба гуруҳи	X_i	Юқори	Ўрта	Паст	Умумий ўртача сони
	n_i	89	134	23	n=246
2-танланма					
Назорат гуруҳи	Y_j	Юқори	Ўрта	Паст	Умумий ўртача сони
	m_j	65	92	81	m=238

Олинган натижалардан ўқитиш самарадорлигини баҳолаш мезони бирдан катталиги *($К_{усб}$=1,01>1)* ва билиш даражасини баҳолаш мезони нолдан катталигини *($К_{бдб}$=0,46>0)* кўриш мумкин.

Олинган сонли маълумотлар Стьюдент-Фишер мезони асосида математик-статистик таҳлил қилинди. Тажриба-синов ишларидан олинган натижалардан ўқитиш самарадорлигини баҳолаш мезони 11,2% га ошганлигини кўриш мумкин. Ўтказилган педагогик тажрибадан олинган натижаларнинг умумий статистик таҳлили диаграммаси 2-расмда тасвирланган.



2-расм. Педагогик тажрибадан олинган натижаларнинг умумий статистик таҳлили диаграммаси

Юқоридаги статистик таҳлиллар натижалари тажриба гуруҳи ўқувчиларининг соғлом турмуш тарзи юзасидан билим даражаси кўрсаткичлари назорат гуруҳи ўқувчиларникидан юқори эканлигини кўрсатади. Тажриба гуруҳларидаги ўқувчиларга биологияни ўқитишда соғлом турмуш тарзи кўникмаларини таркиб топтириш методикасидан фойдаланиш самарали натижа бериши тажриба-синов ишлари натижалари орқали ўз ифодасини топди.

ХУЛОСА

1. Биология таълими жараёнида соғлом турмуш тарзи кўникмаларини таркиб топтириш муҳим педагогик муаммо сирасига киради. Ушбу муаммони ҳал этиш ва биологик тушунчалар мазмунида соғлом турмуш тарзи кўникмаларини таркиб топтириш тизимининг ишлаб чиқилиши баркамол авлодни тарбиялашга замин тайёрлайди.

2. Тадқиқот ривожида соғлом турмуш тарзи мазмуни биологик тушунчаларга асосланиб таърифланди. Ўқувчиларда соғлом турмуш тарзини шакллантириш самарадорлигини ошириш омиллари ҳақидаги маълумотлар саралаб олинди ва биология предмети мазмунида таркиб топтириш имкониятлари аниқланди.

3. Биологияни ўқитишда ўқувчиларда соғлом турмуш тарзи кўникмаларини таркиб топтириш ва ривожлантиришнинг гигиеник, экологик, эстетик, меҳнат, жисмоний, жинсий, маънавий-ахлоқий, ватанпарварлик каби тарбиявий турларига таянилди.

4. Тадқиқот ривожида голографик ёндашувга асосланиб, ўқувчиларда соғлом турмуш тарзи кўникмаларини таркиб топтиришнинг аксиологик, функционал, адаптив, когнитив босқичлари аниқланди.

5. Биологияни ўқитишда соғлом турмуш тарзи кўникмаларини таркиб топтиришнинг мазмуни билимлар, фаолият усуллари ва таълим-тарбия узвийлиги этиб белгиланди. Шу билан бирга репродуктив (маъруза, назарий семинар, ҳикоя, давра суҳбати, баён қилиш) методлардан мустаҳкамловчи ва умумлаштирувчи дарсларда, фаол методлар (таҳлилий, қиёсий, мантиқий, мустақил ишлаш, муаммоли изланиш) ва амалий методлар (лаборатория дарслари ва амалий машғулот)дан биологияни ўқитишда фойдаланиш жараённинг ижобий натижаси сифатида белгиланди.

6. Тадқиқот натижалари асосида ишлаб чиқилган биологияни ўқитишда соғлом турмуш тарзи кўникмаларини таркиб топтиришнинг методик тизими ўқитишнинг дидактик функциялари (соғлом турмуш тарзига оид билимларни янгилаш, тўлдириш, тиклаш, коррекциялаш, уларга амал қилиш, саломатлик кўрсаткичларини аниқлаш, саломатликни асраш юзасидан йўл харитасини шакллантириш), ўқитиш шакллари ва методлари ҳамда витаген, рефлексив, саломатликни сақлаш ва саноген тафаккурни ривожлантирувчи таълим

технологияларини аниқлаш имконини берди. Шу асосда биологияни ўқитиш шаклларида соғлом турмуш тарзи кўникмаларини таркиб топтириш методикаси, дарс машғулотининг технологик модели ва харитаси ишлаб чиқилди.

7. Биологиядан ўқитувчилар учун “Саломатлик” ўқув мажмуаси ва ўқувчилар учун “Саломатлик дафтари” яратилиб, амалиётга жорий этилди.

8. Ўқувчиларда соғлом турмуш тарзи кўникмаларини таркиб топтириш юзасидан тажрибалар бажариш динамикасини ўрганиш шуни кўрсатдики, танланган ўқитиш методикалари ва ёндашувлар натижасида ўсиш 11,2 % ни ташкил этди.

Бу билан диссертация мақсадининг тўғри қўйилганлиги, унда қўлланилган метод ва усулларнинг юқори натижага эга эканлиги, ўқувчиларда соғлом турмуш тарзи кўникмаларини таркиб топтириш тизими бўлганлиги далилланди. Тадқиқот якунида қўлга киритилган илмий хулосалар асосида қуйидаги таклиф ва мулоҳазалар билдирилди:

ўқувчиларни ўз саломатлигини асраш, саломатлиги ва ҳаётининг давомийлигига таҳдид солувчи омилларни билиш, тажавузкор кучлар ва омилларга қарши курашиш йўлларидан хабардор қилиш;

дарсдан ташқари ишлар ва синфдан ташқари машғулотларда дидактик материаллар ва “Соғлом турмуш − соғлом ҳаёт” мавзусида мультимедиали электрон ресурсдан унумли фойдаланиш;

биология дарсларида инновацион таълим муҳитини яратиш орқали “саломатлик дақиқаси”ни ташкиллаштириш, ўқитишнинг барча шаклларида Саломатлик таълими технологияларидан фойдаланиб бориш, ўқувчиларда биологик тушунчалар мазмунини пухта ўзлаштириш ҳамда турмуш тарзини витаген омиллари асосида ташкил этиш кўникмаларини ривожлантириб бориш;

мазкур жараёнда соғлом турмуш тарзини таркиб топтиришга оид ўқув топшириқларини хилма-хиллаштириш, яьни кўп жавобли ностандарт тест топшириқларини тайёрлаш ва улардан унумли фойдаланиш, ўқувчининг дарсдаги фаоллигини ошириш, фан юзасидан олган билимларини мустаҳкамлаш, таҳлил, синтез, қиёслаш, умумлаштириш ва хулоса ясаш кабиларни бажариш орқали соғлом турмуш тарзи кўникмаларини таркиб топтириш;

таълим муассасаларида ўқувчи-ёшларнинг соғлигини сақлаш ва мустаҳкамлаш учун зарур чора-тадбирларни кўриш, тиббий-гигиеник маданиятини ошириш, уларнинг жисмоний тарбия ва спорт борасидаги фаолиятларини кучайтириш йўлида ташкилий-услубий ёндашувларни такомиллаштириб бориш тавсия этилади;

биологиядан дарсдан ташқари ишлар ва синфдан ташқари ташкил этиладиган маънавий-маърифий тадбирлар, мавзули кечалар, учрашувлар давомида ўқувчи шахсини баркамолликка йўналтириш асосий мақсад қилиб белги-

ланиши, мазкур жараёнда маънавият дурдоналари, ҳадислар, ҳикматли сўзлар ва ҳикояларга эътибор қаратилиши, миллий қадриятлар, урф-одатлар ва анъаналаримиз замирида саноген тафаккурнинг ривожлантириб борилиши муҳим аҳамият касб этади.

НАУЧНЫЙ СОВЕТ DSc.28.12.2017.Ped.01.09 ПО ПРИСУЖДЕНИЮ УЧЕНЫХ СТЕПЕНЕЙ ПРИ НАЦИОНАЛЬНОМ УНИВЕРСИТЕТЕ УЗБЕКИСТАНА, ТАШКЕНТСКОМ ХИМИКО-ТЕХНОЛОГИЧЕСКОМ ИНСТИТУТЕ, ТАШКЕНТСКОМ ГОСУДАРСТВЕННОМ ПЕДАГОГИЧЕСКОМ УНИВЕРСИТЕТЕ

УЗБЕКСКИЙ НАУЧНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ ИНСТИТУТ ПЕДАГОГИЧЕСКИХ НАУК

ИСАБАЕВА МАШХУРА МУХИДДИНОВНА

СИСТЕМА ФОРМИРОВАНИЯ НАВЫКОВ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ У УЧАЩИХСЯ ПРИ ОБУЧЕНИИ БИОЛОГИИ (НА ПРИМЕРЕ 5–9-Х КЛАССОВ)

13.00.02 – Теория и методика образования и воспитания (биология)

АВТОРЕФЕРАТ ДИССЕРТАЦИИ ДОКТОРА ФИЛОСОФИИ (PhD) ПО ПЕДАГОГИЧЕСКИМ НАУКАМ

ТАШКЕНТ – 2020

Тема диссертации доктора философии (PhD) по педагогическим наукам зарегистрирована в Высшей аттестационной комиссии при Кабинете Министров Республики Узбекистан за № B2017.3.PhD/Ped248.

Диссертация выполнена в Узбекском научно-исследовательском институте педагогических наук.

Автореферат диссертации на трех языках (узбекском, русском, английском (резюме)) размещен на веб-странице Научного совета по адресу www.nuu.uz и на Информационно-образовательном портале «ZiyoNet» по адресу www.ziyonet.uz.

Научный руководитель:	**Талипова Жамила Олимжоновна,** доктор педагогических наук, доцент
Официальные оппоненты:	**Шарипова Диляра Жуманиязовна,** доктор педагогических наук, профессор
	Абдуллаева Шахзода Абдуллаевна, доктор педагогических наук, профессор
Ведущая организация:	**Гулистанский государственный университет**

Защита диссертации состоится «___» _____ 2020 года в ____ часов на заседании Научного совета DSc.28.12.2017.Ped.01.09 при Национальном университете Узбекистана, Ташкентском химико-технологическом институте, Ташкентском государственном педагогическом университете. (Адрес: 100185, г. Ташкент, Алмазарский район, ул. Университетская, дом 4. Тел: (+998) 71-246-67–35; факс: (+998) 71-246-02-24; e-mail: nauka@nuu.uz).

С диссертацией можно ознакомиться в Информационно-ресурсном центре Национального университета Узбекистана (зарегистрирована за № __). Адрес: 100185, г. Ташкент, Алмазарский район, ул. Университетская, дом 4. Тел: (+998) 71-246-67-71; факс: (+998) 71-246-02-24.

Автореферат диссертации разослан «___» _____2020 года.

(реестр протокола рассылки № __ от «___» _____2020 года).

М.М.Арипов
председатель Научного совета по присуждению
ученых степеней, д. ф-м. н., профессор

Д.М.Махмудова
ученый секретарь Научного совета по присуждению
ученых степеней, д. ф. п. н. (PhD), доцент

М.Тухтасинов
преседатель научного семинара при Научном совете
по присуждению ученых степеней, д. ф-м. н., профессор

ВВЕДЕНИЕ (аннотация диссертации доктора философии (PhD))

Актуальность и востребованность темы диссертации. В развитых странах мира основным стратегическим направлением учебно-воспитательного процесса и ключевым фактором, обеспечивающим устойчивое развитие, является обеспечение здоровья и благополучия молодого поколения и формирование у молодежи навыков здорового образа жизни. В Концепции образования Всемирного форума по проблемам образования, принятой Организацией Объединенных Наций до 2030 года, образование определено в качестве «главной движущей силой развития, ведущей к достижению целей в области устойчивого развития»[1].

В современном мире проводятся научные исследования с целью изучения социально-биологических и педагогических и психологических основ повышения качества образования и формирования здорового образа жизни у учащихся. Научные подходы к развитию здорового образа жизни, а также организации образовательного процесса на основе инновационных технологий и активных методов и инструментов способствуют развитию саногенного мышления учащихся.

В нашей республике созданы большие возможности для реформирования системы общего среднего образования на основе инновационных педагогических подходов, усиления учебно-методического обеспечения по формированию и развитию навыков здорового образа жизни. Концепция развития системы государственного образования до 2030 года устанавливает такие приоритеты, как «разработка дидактических материалов и мультимедийных продуктов нового поколения, предназначенных для углубленного изучения биологии, духовного воспитания учащихся, популяризации среди учащихся общеобразовательных школ принципов здорового питания»[2]. Исходя из этих целей, важно определить содержание концептуальных основ здорового образа жизни, развитие витагенного и саногенного мышления учащихся, обучая их самозащите от аддиктивного поведения и самоанализу собственной жизнедеятельности, разработать методологические системы, основанные на инновационных технологиях.

Во исполнение Указа Президента Республики Узбекистан № ПФ-4947 от 7 февраля 2017 года «О стратегии действий по дальнейшему развитию Республики Узбекистан» разработаны учебные программы на основе компетентностного подхода в соответствии с утвержденными государственными стандартами. Постановление Кабинета Министров Республики Узбекистан № 187 от 6 апреля 2017 года «Об утверждении государственных образовательных стандартов общего среднего, среднего специального, профессионального образования» обусловило необходимость создания определенной системы

---

[1] Incheon Declaration Education 2030: Towards inclusive and equitable quality education and lifelong learning for all. / http://uis.unesco.org/sites/default/files/

[2] Указ Президента Республики Узбекистан №УП-5712 от 29 апреля 2019 года «Об утверждении Концепции развития системы народного образования Республики Узбекистан до 2030 года» // База законодательства Республики Узбекистан: http://lex.uz/docs/4312785.

формирования у учащихся навыков здорового образа жизни во всех формах при обучении биологии.

Соответствие исследования приоритетным направлениям развития науки и технологий республики. Данное исследование выполнено в рамках приоритетного направления развития науки и технологий республики – I. «Духовно-нравственное и культурное развитие демократического и правового общества, формирование инновационной экономики».

Степень изученности проблемы. Ученые нашей республики Ф.Ю.Абдурахимова, М.Ахмедова, А.Т.Ғофуров, О.Р.Жамолдинова, А.Е.Исимова, Т.У.Исмоилов, М.О.Инамова, Ш.Б.Иргашев, О.Мусурмонова, М.Махмудова, У.И.Махкамов, И.Д.Мажжонов, С.Нишонова, Н.Ш.Ниёзова, К.Д.Ризқулова, К.Содиқов, Г.У.Салихова, С.Т.Турсунов, Г.Ж.Туленова, М.Р.Тиловов, Т.М.Усмонхўжаева, Т.М.Уматқулов, Н.У. Ўринбоев, Ф.Холдибекова, Д.Р.Холиқов, Х.О.Шайхова, Ғ.Б.Шоумаров, Д.Ж. Шарипова исследовали вопросы формирования духовной культуры молодежи в общеобразовательных школах и семье, подготовки молодежи к семейной жизни на основе здорового образа жизни, эколого-гигиенического воспитания учащихся.

Ученые стран содружества Н.П.Абаскалова, Ю.К.Бабанский, Л.Н.Башмакова, И.И.Брехман, П.Л.Дрибинский, С.А.Дружилов, М.П.Дорошкевич, А.Е.Завьялов, А.Д.Карабашева, С.А.Лядова, И.Я.Лернер, А.И.Мартыненко, Е.В.Миронова, Е.А.Меньш, М.А.Нашкевич, А.А.Ошкина, И.Б.Страхова, Б.М. Шапиро раскрыли валеологические понятия, сущность гигиенического и полового воспитания в организации здорового образа жизни, исследовали особенности организации личной гигиены девочек и мальчиков подросткового возраста.

Зарубежные ученые R.Bunton, G.Macdonald, K.Tones, S.Tilford, S.Garman, A.Scriven пропагандировали педагогику защиты здоровья человека через организацию здорового образа жизни, изучили социально биологические и психолого-педагогические основы обеспечения здоровья и благополучия молодежи, формирование культуры здоровой жизни подростков;

Изучение и анализ научных исследований, проводимых в нашей стране и за рубежом, и литературы по проблеме исследования показали, что в странах мира выполнен целый ряд работ по формированию здорового образа жизни учащихся. Однако вопросы формирования у учащихся навыков здорового образа жизни при обучении биологии в общеобразовательных средних школах на основе национальной идеи и связанные с ними вопросы модернизации содержания обучения, формирования системы средств, методов и форм обучения и внедрения их в практику ещё не нашли своего решения. Тщательный анализ сути проведенных в этой области исследований показывает, существование необходимости в разработке методологической базы для обучения учащихся навыкам здорового образа жизни в преподавании биологии.

Связь диссертационного исследования с планом научно-исследовательских работ института, где выполнена диссертация. Диссертационное исследование проводилось в рамках исследовательского проекта Научно-исследовательского института педагогических наук Узбекистана ПЗ-2014-0910185149 «Образовательные технологии, направленные на формирование компетенций учащихся в системе общего среднего образования».

Целью исследования является совершенствование системы формирования навыков здорового образа жизни у учащихся в преподавании биологии.

Задачи исследования:

уточнение содержания концептуальных основ формирования навыков здорового образа жизни на основе закономерностей и принципов обучения методики преподавания биологии;

совершенствование методической системы формирования навыков здорового образа жизни на уроках биологии, внеурочных и внеклассных занятиях;

разработка системы дидактических заданий для определения уровня сформированности здорового образа жизни учащихся на основе компетентностного подхода;

совершенствование методики формирования у учащихся навыков здорового образа жизни на основе инновационных технологий.

Объектом исследования является процесс преподавания биологии в средних общеобразовательных школах, в экспериментах исследования приняли участие 741 учащиеся школ Ташкентской, Ферганской и Джизакской областей.

Предмет исследования – содержание, форма, методы и средства формирования навыков здорового образа жизни при обучении биологии.

Методы исследования. В процессе исследования использованы методы сравнительно-критического изучения философской, социологической, психологической, педагогической литературы по проблеме исследования, учебно-нормативной документации в исследуемой области; социально-педагогические методы (наблюдение, беседа, анкетирование, опрос); педагогический эксперимент; мониторинг; математико-статистический анализ результата.

Научная новизна исследования состоит в следующем:

определены концептуальные основы формирования навыков здорового образа жизни у учащихся на основе закономерностей и принциов обучения (научность, наглядность, непрерывность учебно-воспитательного процесса, сознательность, индивидуализация обучения, гуманизация) методики преподавания биологии;

усовершенствована методическая система процесса формирования навыков здорового образа жизни у учащихся на уроках, внеурочных и внеклассных занятиях на основе использования активных методов (аналитический, сравнительный, логический, самостоятельная работа, проблемное искание) и инструментариев (дидактические раздаточные материалы, учебно-

методические пособия, мультимедийныы средства);

определен уровень владения навыками здорового образа жизни у учащихся на основе использования нестандартных тестовых заданий (репродуктивные, продуктивные, адаптивные и креативные);

усовершенствованы дидактичекие функции (воспроизведение знаний, обновление содержания знаний, коррекция знаний, следование знаниям, предсказывание) формирования навыков здорового образа жизни у учащихся на основе технологий образования, развивающих витагенное, рефлексивное, здравоохранительное и саногенное мышление.

Практические результаты исследования определяются следующими показателями:

с применением информационно-педагогических технологий в процессе обучения биологии разработано и внедрено в практику мультимедийное электронное ресурсное средство «Здоровый образ жизни – здоровая жизнь»;

разработаны рекомендации по проведению уроков биологии, внеклассных занятий и внеклассных мероприятий, направленные на развитие у учащихся навыков здорового образа жизни;

разработаны программа «Здоровый образ жизни» для внеклассной работы, примерный план работы кружка «Юный биолог», методический комплекс «Здоровье», рабочая тетрадь для учащихся «Здоровье».

Достоверность результатов исследования определяется применением подходов, методов и теоретических сведений, полученных из официальных источников, опубликованностью основных положений и результатов исследования в сборниках материалов республиканских и международных научно-практических конференций, в научных статьях республиканских и зарубежных журналов, анализом результатов педагогического эксперимента и подтерждением его эффективности математико-статистическими методами, внедрением выводов и рекомендаций по методике проведения уроков биологии в учебно-методические пособия, утверждением полученных результатов компетентными организациями.

Научное и практическое значение исследования. Научное значение исследования состоит в том, что определена методическая система формирования у учащихся навыков здорового образа жизни в процессе обучения биологии, выявлены дидактические функции процесса формирования навыков здорового образа жизни, внедрены витагенные, рефлексивные, здоровьесберегающие технологии и технологии по развитию саногенного мышления.

Практическое значение исследования определяется возможностью использования учителями общеобразовательных школ, исследователями и бакалаврами предложенной системы формирования у учащихся навыков здорового образа жизни при обучении биологии, авторской программы, методического пособия, образовательных технологий, методического комплекса, рабочей тетради «Здоровье», программой внеклассных работ и электронных ресурсных средств.

Внедрение результатов исследования. На основе результатов исследования, проведенных по системе формирования навыков здорового образа жизни у учащихся в ходе обучения биологии:

концептуальные основы формирования навыков здорового образа жизни, закономерности и принципы методики преподавания и рекомендации по использованию активных методов и инструментариев для уроков биологии, внеклассных занятий и внеклассных мероприятий внедрены в учебные программы на основе компетентностного подхода в соответствии с утвержденными государственными стандартами (Справка Республиканского образовательного центра 01/11-01/6-2628 от 16 декабря 2019 года). В результате система формирования навыков здорового образа жизни способствовала развитию аналитического, сравнительного, логического, а также витагенного и саногенного мышления у учащихся;

предложения по определению уровня владения навыками здорового образа жизни с применением нестандартных тестовых заданий использованы в разработке методического пособия «Методика формирования навыков здорового образа жизни в преподавании биологии» (2012 г.) (Справка Министерства народного образования № 01-02/2-2-198 от 20 июня 2018 года). Данное методическое обеспечение служит практико-методической основой для целесообразной организации процесса формирования навыков здорового образа жизни на занятиях, проводимых учителями биологии;

предложения о дидактичеких функциях формирования навыков здорового образа жизни у учащихся на основе технологий образования, развивающих витагенное, рефлексивное, здоровьсберегающее и саногенное мышление, внедрены в практику в рамках фундаментального проекта по теме «Социально-педагогические технологии воспитания учащихся, склонных к преступности и правонарушениям среди несовершеннолетних» ФЗ-2016-0910202206 (Справка Министерства народного образования № 01-02/2-2-198 от 20 июня 2018 года), послужили практико-методической основой для выполнения задач по повышению эффективности процесса усвоения учащимися навыков здорового образа жизни, а также целесообразной организации учителями биологии занятий, касающихся данной проблемы.

Апробация результатов исследования. Результаты данного исследования обсуждены на 2 международных (страны СНГ) и 10 республиканских научно-практических конференциях.

Публикация результатов исследования. Опубликовано 24 научных и методических работ, в том числе 2 учебных пособия. Из них 12 статей были опубликованы в научных изданиях рекомендованных Высшей аттестационной комиссией Республики Узбекистан для публикации основных научных результатов диссертаций, в том числе 9 в республиканских и 3 в зарубежных журналах.

Структура и объем диссертации. Диссертационная работа состоит из введения, трех глав, заключения и рекомендаций, списка использованной литературы и приложений. Текст диссертации составляет 134 страниц.

ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ ДИССЕРТАЦИИ

В введении обоснованы актуальность и востребованность темы диссертации, проанализировано и обобщено теоретическое и практическое состояние проблемы, прокомментированы зарубежные научные исследования и степень изученности проблемы, определены цель и задачи, объект и предмет исследования, показано его соответствие важнейшим направлениям развития науки и технологий, приведены сведения о научной новизне, достоверности результатов, теоретическом и практическом значении, внедрении результатов исследования, опубликованности работ и структуре работы.

В первой главе диссертации «**Теоретические основы формирования навыков здорового образа жизни в процессе обучения биологии**» с научных позиций проанализировано формирование навыков здорового образа жизни в процессе обучения биологии в качестве важной педагогической проблемы, освещены концептуальные основы формирования здорового образа жизни, основанные на законах и принципах обучения, и логическая структура процесса.

Поддержание межнациональной гармонии через интеграцию национальных и общечеловеческих ценностей и идей национальной идеологии в умы и сердца учащихся через концептуальные основы формирования здорового образа жизни требует необходимость развивать иммунитет на факторы, угрожающих их выживанию, самозащиты от аддиктивного поведения

Реализация концептуальных идей формирования у учащихся здорового образа жизни осуществлена на основе голографического подхода. Голографический подход предполагает широкое предоставление учащимся информации в учебно-воспитательном процессе, доведение до учащихся учебных материалов, повышающих их жизненный опыт с точки зрения единства теории и практики, современный уровень подготовки к решению проблемных ситуаций, встречающихся в повседневной жизни. Голографический подход объединяет в себе три фактора (направления) при изложении изучаемой темы.

1. Витагенный фактор (основанный на жизненном опыте) − учитель определяет дидактические цели изучения новой темы и содержание методического обеспечения процесса обучения с позиций связи учебного материала с жизнью.

2. Дидактический фактор − учитель обеспечивает преемственность и взаимосвязь содержания, учебных средств и методов в доведении витагенной информации.

3. Конструктивный фактор направлен на использование дополнительных источников и интеграцию научных дисциплин с целью обогащения навыков здорового образа жизни и витагенного опыта (педагогика, психология, возрастная физиология и гигиена, валеология, биология).

В голографическом подходе большое значение имеет целостное представление о личности ученика, его возрастных особенностях, способности усвоения информации, что позволяет более полно овладевать навыками здорового образа жизни в контексте обогащения витагенной информацией. Формирование навыков здорового образа жизни на основе идей национальной идеологии и в соответствии с национальными ценностями и учетом их преобразования в жизненный (витагенный) опыт осуществляется в 4 этапа.

Когнитивный этап – учащиеся пассивно усваивают витагенные сведения о здоровом образе жизни. На этом этапе у них не бывает четких представлений о том, с какой целью использовать в будущем полученную информацию, которая усваивается на репродуктивном уровне. Содержание заданий, данных на репродуктивном уровне, не связывается со способностью учащихся к запоминанию сведений.

Адаптивный этап – на основе усвоенных сведений учащиеся стараются адаптироваться к среде, предупредить проявление навыков, противоречащих здоровому образу жизни. Анализ жизненных процессов при выполнении заданий для самостоятельной работы, применение синтеза, сравнения, ранее усвоенных знаний, обобщения и умения делать выводы создают условия для продуктивной деятельности.

Функциональный этап – в процессе изучения сведений и информации о здоровом образе жизни учащиеся стремятся найти ответы на вопросы: Для чего мне нужна эта информация? Что я знаю об этом? Какие сведения есть об этом в литературе? Выполнение подобных учебных заданий требует от учащихся частичного исследования, применения усвоенных ранее знаний, умений и навыков в новых ситуациях, анализа жизненных процессов, синтезирования, сравнения, обобщения путем творческого мышления.

Аксиологический этап – в результате применения усвоенных учащимися сведений о здоровом образе жизни в проблемных неожиданных ситуациях учащиеся усваивают личные ценности на основе жизненного опыта; в данном процессе от них требуется путём творческого мышления применять умения, навыки и творческий подход к решению проблемных задач в незнакомых ситуациях, выполнять умственные (анализ, синтез, сравнение, обобщение, заключение) и логические (индукция, дедукция, выделение главной проблемы) операции для положительного решения учебных проблем.

Эти витагенные этапы диктуют необходимость целенаправленного использования принципов преподавания биологии. Следует отметить, что принципы обучения требовали систематической организации методов, инструментов и форм для формирования навыков здорового образа жизни во всех формах преподавания биологии.

В исследовании установлено, что для определения дидактических основ формирования и развития навыков здорового образа жизни в учебно-воспитательном процессе по биологии большое значение имеют гигиеническое воспитание, экологическое, эстетическое, трудовое, физическое, половое, духовно-

нравственное, патриотическое воспитание и воспитание в духе национальной идеи.

На основе голографического подхода прокомментированы показатели, критерии здоровья человека, факторы и понятия, необходимые для здоровья. В качестве компонентов формирования здорового образа жизни выступают формирование привычек и навыков здорового образа жизни с раннего возраста; разъяснение явлений и факторов окружающей среды, положительно или отрицательно влияющих на здоровье человека; показ преимуществ жизни в безопасной и удобной среде; формирование знаний о тяжелых последствиях вредных привычек (курение, употребление наркотиков, пристрастие к спиртным напиткам) и необходимости воздержания от них; разъяснение пользы правильного и здорового питания (организация питания с учетом физиологических особенностей и потребностей организма, баланс органических компонентов в стуктуре питания, нормы и режим приёма минеральных веществ); двигательная активность (организация физически активной жизни с учетом возрастных, психологических и эргономических показателей, выполнение специальных физических упражнений); соблюдение гигиенических требований в индивидуальном порядке и в общественных местах (соблюдение личных и общих гигиенических требований, сохранение и укрепление здоровья, оказание первой помощи в чрезвычайных ситуациях). Способность учащихся адаптироваться к факторам здорового образа жизни является основой для сознательной защиты от вредных факторов и обеспечения биологического здоровья. Этот процесс требует следующей интерпретации здорового образа жизни в биологическом образовании:

Здоровый образ жизни – это комплекс факторов, которые положительно воздействуют на анатомические, морфологические, физиологические процессы, происходящие в организме с момента эмбрионального развития организма, продолжающиеся по мере взросления человека и являющиеся основой для умственного, духовного и физического развития личности, организации на сознательном уровне сохранения собственного здоровья и здоровья окружающих, создания условий для здоровой жизни.

С биологической точки зрения целесообразно использовать следующие технологии формирования у учащихся здорового образа жизни.

1. Витагенные технологии направлены на решение учебных задач через наблюдение за проявлением усвоенных знаний, умений и навыков в повседневной жизни и практической деятельности личности и активизацию жизненного опыта. Формирование навыков здорового образа жизни на основе голографического подхода с широким охватом витагенных сведений создаёт возможность для учащихся увидеть и выбрать витагенную информацию по разным направлениям и свободно размышлять над ней.

2. Рефлексивные технологии направлены на самоанализ, самооценку, «познание своего внутреннего мира». В процессе усвоения навыков здорового образа жизни учащиеся на самостоятельном уровне представляют своё здоровье, свои чувства, оценивают свою деятельность. Учащиеся осмысли-

вают основные идеи учебных проблем, используют усвоенные прежде знания для их решения, применения в новых, неожиданных ситуациях.

3. Образовательные технологии здоровья – «Минута здоровья», выполнение физических упражнений в течение короткого времени, обучение выполнению практических работ на внеклассных занятиях в «Уголке здоровья» (оказание первой помощи при костных переломах, повреждении кожи и др.) – способствуют развитию навыков здорового образа жизни. В данном процессе целесообразно использовать учебники, учебные пособия, научные статьи, журналы о здоровье, мультимедийные программы и другую информацию по теме здоровьесбережения.

4. Технологии формирования саногенного мышления помогают в организации культурно-просветительских мероприятий по распространению здорового образа жизни среди учащихся, проведению оздоровительных спортивных мероприятий, при участии в которых учащиеся обогащают на сознательном уровне свои знания и навыки здорового образа жизни, учатся сохранять своё здоровье и здоровье других.

Данные технологии взаимосвязаны одна с другой, следовательно в процессе обучения необходимо использовать все их формы.

Во второй главе диссертации **«Методические основы формирования навыков здорового образа жизни у учащихся в процессе обучения биологии»** усовершенствована методическая система процесса формирования навыков здорового образа жизни у учащихся на уроках, внеурочных и внеклассных занятиях на основе использования активных методов (аналитический, сравнительный, логический, самостоятельная работа, проблемное искание) и инструментариев (дидактические раздаточные материалы, учебно-методические пособия, мультимедийные средства);

Определены дидактические функции биологии в развитии здорового образа жизни (актуализация знаний, обновление знаний, коррекция знаний, реализация знаний, представление знаний) и реализующие их инновационные образовательные технологии (витагенная, рефлексивная, здоровьесберегающая). Целью исследования было определить типы и виды уроков, установить цели урока, и дополнить их материалами о здоровом образе жизни. Усовершенствована методическая система формирования и развития навыков здорового образа жизни в контексте педагогической деятельности учителя (рисунок 1).

Согласно данной методике, процесс формирования здорового образа жизни у учащихся осуществлялся на основе витагенных, конструктивных и дидактических факторов голографического подхода:

выбраны содержание, формы, методы и средства формирования навыков здорового образа жизни в преподавании биологии;

учебные цели таксономии Блума имеют первостепенное значение в формировании у учащихся ключевых, предметных компетенций здорового образа жизни, посредством обучения здоровому образу жизни через учебные цели: знать, понимать, применять, анализировать, обобщать и синтезировать;

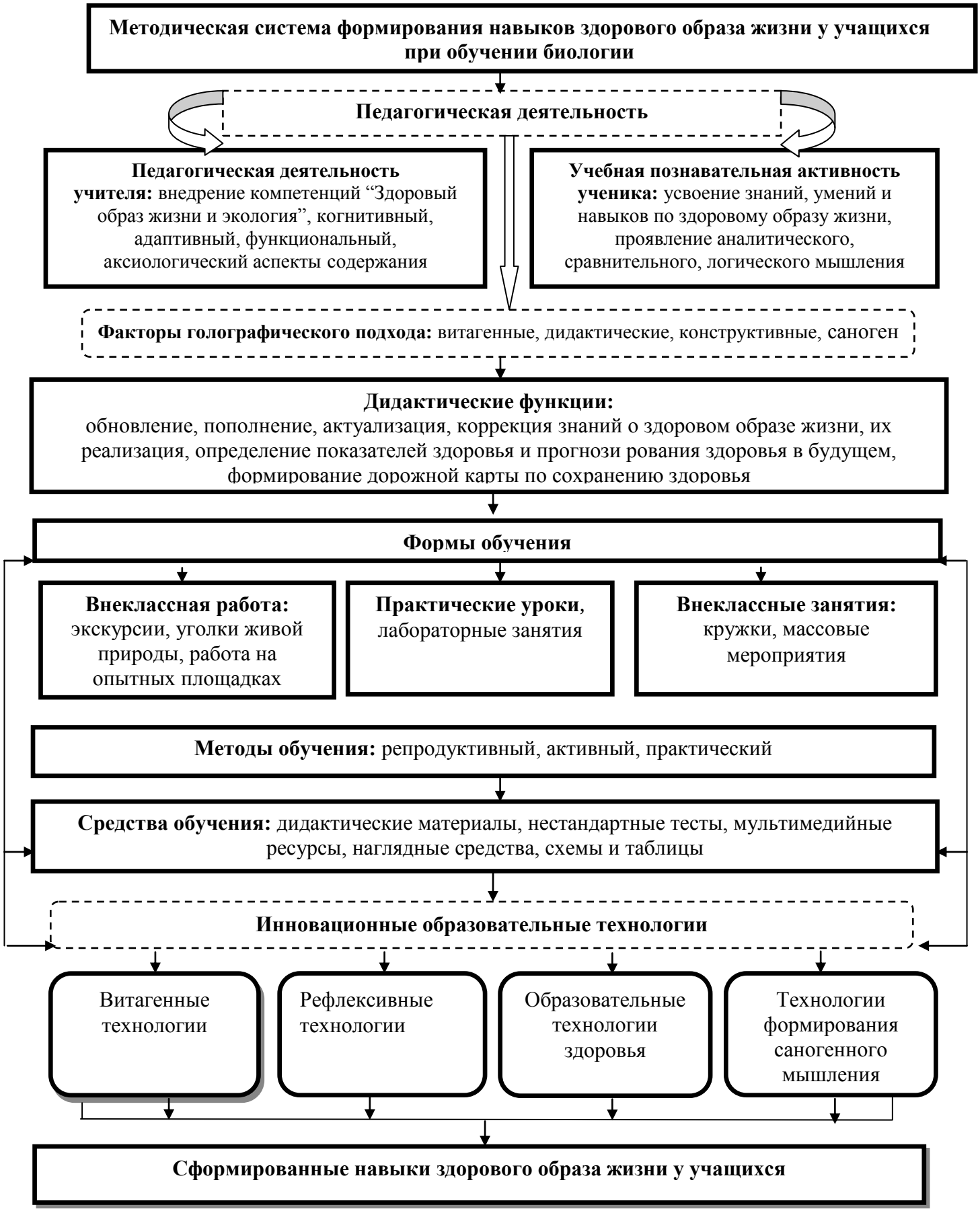


Рис. 1. Методическая система формирования навыков здорового образа жизни у учащихся при изучении биологии

для повышения эффективности уроков и процесса формирования у учащихся навыков здорового образа жизни использованы таблицы, схемы, активные методы (аналитическая, сравнительная, логическая, самостоятельная работа, проблемное исследование), витагенные, рефлексивные, здоровьесберегающие технологии и технологии по развитию саногенного мышления;

для закрепления теоретических знаний о здоровом образе жизни разработаны нестандартные тесты, дидактические раздаточные материалы;

для улучшения здоровья учащихся, для развития эмоциональной мотивации, для повышения уровня физического и нравственного развития на уроках биологии былы организованы «минуты здоровья», использование рабочей тетради «Здоровье», что способствовало формированию навыков здорового образа жизни. Разработаны планы уроков на основе инновационных технологий, разработана технологическая карта и модуль урока по предмету «Человек и здоровье».

В ходе исследования были определены возможности развития навыков здорового образа жизни в контексте биологического образования, согласно целям и задачам, изложенные в компетенции здорового образа жизни и экологических компетенций. В содержании обучения отражены типы учебных заданий, типы нестандартных тестовых заданий, и их уровни сложности, используемые для контроля, на разных этапах формирования биологических компетенций.

Для внеклассных мероприятий была разработана специальная рабочая программа «Основы здорового образа жизни», для 5-9- классов, основанная на витагенных и валеологических знаниях, разработан рабочий план кружковых занятий по биологии, в которых охвачено содержание развития витагенных и саногенных навыков.

Разработка учебного комплекса «Здоровье» и рабочей тетради для учащихся 8-го класса «Здоровье», мультимедийного электронного ресурса «Здоровый образ жизни и здоровая жизнь», основанные на компетенции здорового образа жизни и экологических компетенций, изложенных в государственных стандартах, послужило основой для повышения эффективности развития навыков здорового образа жизни на основе знаний о защите учащихся от аддиктивного поведения и витагенных знаний.

В третьей главе диссертации **«Методика организации экспериментальных работ по развитию у учащихся навыков здорового образа жизни»** освещены содержание и методика экспериментальных работ в направлении формирования у учащихся навыков здорового образа жизни.

Цель экспериментальной работы заключалась в том, чтобы обеспечить положительное решение исследуемой проблемы, разработать содержание практической деятельности, направленной на формирование у учащихся навыков здорового образа жизни при изучении биологии в общеобразовательных средних школах. Для организации эффективных практических экспериментальных работ на основе проведенного научного исследования и создан-

ных методических пособий и рекомендаций в области методики обучения биологии была разработана программа эксперимента, определены педагогические условия на экспериментальных площадках, уточнены критерии определения уровня сформированности исследуемых навыков, обеспечен математико-статистический анализ результатов экперимента. Экспериментальные работы проводились в 3 этапа.

1. На первом этапе (2012–2014 гг.) были выполнены обоснование, диагностика и анализ состояния проблемы (определены объекты педагогической диагностики, цели, задачи и научная гипотеза эксперимента, разработана программа проведения эксперимента).

2. Формирующий этап (2014–2016 гг.) включал в себя последовательное проведение констатирующих, формирующих и контрольных работ в отобранных для эксперимента группах.

3. На установочном этапе (2016–2018 гг.) разработан алгоритм результатов экспериментальных работ.

В эксперименте участвовало 1459 учеников, из них 741 в экспериментальных группах, 718 в контрольных группах. В процессе экспериментальных работ учителя биологии совместно с экспертами провели опрос (анкетные опросники, беседа, наблюдения); анализ уроков, внеурочных и внеклассных занятий, осуществляли контроль знаний, умений, навыков, личных мыслей учащихся по вопросам, касающимся здорового образа жизни. Полученные результаты выявили неполноту и недостаточную эффективность использования методов, приемов и средств на уроках биологии, внеклассных занятиях, при самостоятельной работе для формирования знаний и навыков здорового образа жизни. Поэтому на подготовительном этапе были теоретически обоснованы и сформированы цель и задачи эксперимента, методические подходы и ведущие идеи, рабочая гипотеза. При подготовке учителей-экспериментаторов был организован 5-дневный семинар-тренинг по специальной программе, в процессе которого использовались наглядные пособия, слайды по теме, цветные проекционные изображения, киноролики, осуждающие наркоманию и пьянство, раздаточные материалы, образцы хадисов и поучений этического и нравственного характера, научные статьи, Интернет-информация.

В ходе исследования определялся уровень подготовки учащихся к усвоению навыков здорового образа жизни через мотивацию, отношение к получению знаний по данному направлению. Анализ качества познавательной деятельности показал высокий уровень мотивации к овладению знаниями о необходимости здорового образ жизни. Получению положительных результатов формирования навыков здорового образа жизни при обучении биологии и выполнению задач эксперимента способствовали разработанные методические рекомендации. Формирование навыков здорового образа жизни основывается прежде всего на соблюдении гигиенических правил, использовании данных о показателях здоровья, физиологическом состоянии организма, об уровне развития эмоциональной и нравственно-ментальной сферы

и на эффективном применении здоровьесберегающих технологий. В данном процессе целесообразно использовать определенные методы, формы и средства в соответствии с содержанием компонентов системы здорового образа жизни. В исследовании разработан алгоритм подготовки учителя биологии: к урокам (определение этапов урока, составление технологической карты, разработка модели и примерного сценария урока), представлена программа внеурочных работ для 5–6-х классов по ботанике (8 часов), для 7-го класса по зоологии (8 часов), для 8-го класса по предмету «Человек и его здоровье» и для 9-го класса по биологии (12 часов), общее название программы «Здоровый образ жизни». В ходе эксперимента были использованы разработанные автором примерный план работы кружка «Юный биолог», сценарии массовых мероприятий, мультимедийный электронный ресурс «Здоровый образ жизни и здоровая жизнь», рабочая тетрадь «Здоровье» для 8-го класса, учебный комплекс «Здоровье» для учителей; программа «My test» для выявления навыков здорового образа жизни у учащихся, содержащая множественные ответы на тесты и логические нестандартные тестовые задания. Имеющиеся недостатки в процессе обучения биологии, направленном на формирование у учащихся навыков здорового образа жизни, приняты во внимание, и на этой основе скорректированы последующие действия. Выполнение экспериментальных работ осуществлялось поэтапно.

Таблица 1

Учащиеся, участвующие в эксперименте, и показатели усвоения

№	Четверть	Экспериментальные классы				Контрольные классы			
		Общее количество учащихся	Высокий	Средний	Низкий	Общее количество учащихся	Высокий	Средний	Низкий
г. Ташкент, общеобразовательные средние школы № 112, 222, 241, 275									
1.	I	248	91	127	30	233	70	85	78
2.	II	248	89	134	25	234	69	86	79
3.	III	244	83	137	24	234	71	82	81
4.	IV	245	92	136	17	235	68	85	82
Ферганская область, г. Коканд, общеобразовательные средние школы № 17, 22, 35, 40									
1.	I	245	87	134	24	242	62	94	86
2.	II	245	89	131	25	238	65	91	82
3.	III	244	90	132	22	242	63	92	87
4.	IV	244	91	129	24	240	55	94	91
Джизакская область, общеобразовательные школы № 3, 22									
1.	I	248	92	132	24	239	60	94	85
2.	II	248	89	137	22	239	67	99	73
3.	III	247	88	139	20	241	67	105	69
4.	IV	246	87	140	19	239	63	97	79

Общее среднее	246	89	134	23	238	65	92	81

Ответы учащихся оценивались на основе критериев:

высокий уровень – полное усвоение навыков здорового образа жизни, применение теоретических и практических знаний в жизненных ситуациях, навыков здорового образа жизни на практике;

средний уровень – неполное усвоение теоретических и практических знаний здорового образа жизни, применение определенных навыков на практике;

низкий уровень – выборочное усвоение навыков здорового образа жизни, неумение выразить свои мысли и отношение к данной проблеме.

Дидактическая эффективность эксперимента по формированию у учащихся навыков здорового образа жизни при обучении биологии на основе дидактических материалов и использования отобранных методов на уроках, внеурочных и внеклассных занятия была проверена с помощью методов математической статистики (табл. 1).

Нами проведен анализ полученных данных на основе критерия Стьюдента–Фишера. Из приведенной выше таблицы мы взяли общий средний балл для математико-статистического анализа. Общие итоговые показатели представлены в табл. 2.

Таблица 2

Общий средний балл для математико-статистического анализа

Группа	Количество учащихся	Ответ		
		высокий	средний	низкий
Экспериментальная группа	246	89	134	23
Контрольная группа	238	65	92	81

По результатом оценки экспериментальных и контрольных групп взяли выборки 1 и 2 (табл. 3).

Таблица 3

Результаты оценки экспериментальных и контрольных групп

Выборка 1					
Экспериментальная группа	X_i	Высокий	Средний	Низкий	Общее среднее
	n_i	89	134	23	n=246
Выборка 2					
Контрольная группа	Y_j	Высокий	Средний	Низкий	Общее среднее
	m_j	65	92	81	m=238

Из полученных результатов видно, что критерий оценки эффективности обучения больше единицы ($К_{усб}$=1,01>1), критерий оценки уровня знаний больше ноля ($К_{бдб}$=0,46>0). Результаты эксперимента показывают повышение критерия оценивания эффективности обучения на 11,2 %. Диаграмма общего статистического анализа результатов, полученных в педагогическом зксперименте, показана на рис. 2.

Из этого следует, что уровень знаний учащихся контрольных групп о здоровом образе жизни выше уровня знаний учащихся контрольных групп. Результаты экспериментальных работ подтвердили эффективность использования методики формирования навыков здорового образа жизни у учащихся экспериментальных групп при обучении биологии.

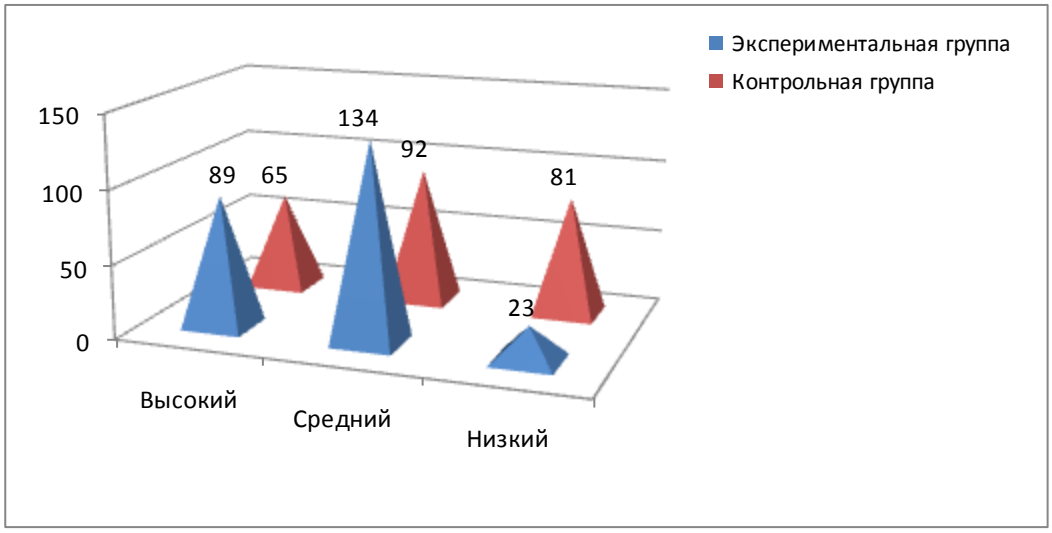


Рис. 2. Диаграмма общего статистического анализа педагогического эксперимента

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

1. Формирование навыков здорового образа жизни в биологическом образовании является важной педагогической проблемой. Решение этой проблемы и развитие здорового образа жизни в контексте биологических концепций послужат основой для воспитания всесторонне развитого поколения.

2. При разработке исследования здоровый образ жизни определялся на основе биологических понятий. Была проанализирована информация о факторах, повышающих, эффективность развития навыков здорового образа жизни учащихся и определены возможности развития навыков здорового образа в содержании предмета биологии.

3. В преподавании биологии формирование и развитие здорового образа жизни учащихся опирается на гигиеническое, экологическое, эстетическое, трудовое, физическое, сексуальное, духовное, нравственное и патриотическое воспитание.

4. В ходе исследования были выявлены аксиологические, функциональные, адаптивные и когнитивные этапы формирования здорового образа жизни у учащихся на основе голографического подхода.

5. Содержание навыков здорового образа жизни в преподавании биологии определют знания, умения, навыки, взаимосвязь образования и воспитания. Использование репродуктивных методов (лекция, теоретический семинар, сюжет, круглый стол), активных методов (аналитические, сравнительные, логические, самостоятельные работы, проблемные

исследования) и практических методов (лабораторные занятия и практические занятия) на укрепляющих и обобщающих уроках, определяют положительный результат процесса обучения.

6. Методологическая система формирования навыков здорового образа жизни в преподавании биологии, основанная на результатах исследований, разработанные дидактические функции процесса формирования навыков здорового образа жизни в преподавании биологии на основе результатов исследований (актуализация знаний, обновление знаний, коррекция знаний, реализация знаний, представление знаний, разработка дорожной карты здоровья, разработка дорожной карты здоровья) и методы позволили выявить образовательные технологии, способствующие развитию витагенного, рефлексивного, здоровьесберегающего и саногенного мышления.

7. Созданы и внедрены в практику учебный комплекс «Здоровье» и рабочая тетрадь для учащихся «Здоровье».

8. Результаты эксперимента, по формированию навыков здорового образа жизни в результате правильного выбора методики и подходов, показали рост показателей на 11,2%.

Доказано, что цель диссертации поставлена правильно, использованные методы формирования здорового образа жизни являются высокоэффективными. На основании выводов, сделанных в конце исследования, были сделаны следующие комментарии и предложения:

повысить осведомленность учащихся о факторах, угрожающих их здоровью, жизни, а также о способах борьбы с агрессивными силами и факторами;

эффективно использовать дидактические материалы и мультимедийный электронный ресурс «Здоровый образ жизни – здоровая жизнь» во внеурочных и внеклассных мероприятиях;

создавать на уроках биологии инновационную образовательную среду путем организации «Минуток здоровья», применения всех форм «Образовательных технологий здоровья» для глубокого усвоения учащимися содержания биологических понятий, осмысления факторов здорового образа жизни, что является основой развития у учащихся навыков здорового образа жизни;

использовать в процессе формирования навыков здорового образа жизни разнообразные учебные задания, нестандартные тесты с многовариантными ответами, способствующие повышению познавательной активности учащихся, рациональному распределению учебного времени, закреплению знаний по предмету, развитию умений формировать выводы на основе анализа, синтеза, сравнения и обобщения информации о здоровом образе жизни;

рекомендуется улучшить организационные и методологические подходы в образовательных учреждениях, принять необходимые меры для защиты и укрепления здоровья учащихся, повысить их медицинскую и гигиеническую культуру и расширить их деятельность в области физического воспитания и спорта;

при организации внеурочных и внеклассных духовно-просветительских мероприятий, тематических вечеров, встреч, направленных на гармоничное развитие личности учащихся, необходимо опираться на духовное наследие узбекского народа, национальные традиции, хадисы, поучения, устное народное творчество, связанное с формированием здорового образа жизни, которые помогают сформировать здоровое мышление, творческие идеи, идейный иммунитет и воспитать гармонично развитую личность, достойного гражданина своей страны.

SCIENTIFIC COUNCIL No.DSc.28.12.2017.Ped.01.09 ON AWARD OF SCIENTIFIC DEGREES AT THE NATIONAL UNIVERSITY OF UZBEKISTAN, TASHKENT CHEMICAL-TECHNOLOGICAL INSTITUTE AND TASHKENT STATE PEDAGOGICAL UNIVERSITY

UZBEK RESEARCH INSTITUTE OF PEDAGOGICAL SCIENCES

ISABAEVA MASHKHURA MUKHIDDINOVNA

A SYSTEM OF FORMATION OF PUPILS' HEALTHY LIFESTYLE SKILLS IN TEACHING BIOLOGY (ON THE EXAMPLE OF GRADES 5–9)

13.00.02 – The theory and methodology of teaching and upbringing (biology)

DISSERTATION ABSTRACT OF THE DOCTOR OF PHILOSOPHY (PhD) ON PEDAGOGICAL SCIENCES

TASHKENT – 2020

The theme of the doctoral (PhD) dissertation was registered by the Supreme Attestation Commission of the Cabinet of Ministers of the Republic of Uzbekistan under No.B2017.3.PhD/Ped248.

The doctoral (PhD) dissertation was carried out at the Uzbek Research Institute of Pedagogical Sciences.

The abstract of the doctoral (PhD) dissertation was posted in three (Uzbek, Russian, English (resume)) languages on the website of the Scientific Council at www.nuu.uz and on the website of "ZiyoNet" Information and Educational Portal at www.ziyonet.uz.

Scientific supervisor:	**Tolipova Jamila Olimjonovna** Doctor of Pedagogical Sciences, Associate Professor
Official opponents:	**Sharipova Dilyara Jumaniyazovna** Doctor of Pedagogical Sciences, Professor
	Abdullaeva Shakhzoda Abdullaevna Doctor of Pedagogical Sciences, Professor
Leading organization:	**Gulistan State University**

The defence of the dissertation will be held on "___" _____2020, at____ at the meeting of the Scientific Council No.DSc.28.12.2017.Ped.01.09 of the National University of Uzbekistan, Tashkent Chemical-Technological Institute and Tashkent State Pedagogical University (Address: 4 University str., Almazar district, 100174, Tashkent city. Tel.: (+998) 71-246-67-35; fax: (+998) 71-246-02-24; e-mail: nauka@nuu.uz).

The dissertation can be looked through in the Information Resource Centre of the National University of Uzbekistan (registered under No.___). Address: 4 University str., Almazar district, 100174, Tashkent city. Tel.: (+998) 71-246-67-71; fax: (+998) 71-246-02-24.

The abstract of the dissertation was distributed on "___" _____2020.

(Registry record No.___ dated "___" _____2020.)

M.M. Aripov
Chairman of the Scientific Council on Award of Scientific Degrees, Doctor of Physical and Mathematical Sciences, Professor

D.M. Makhmudova
Scientific Secretary of the Scientific Council on Award of Scientific Degrees, PhD in Pedagogical Sciences

M. Tukhtasinov
Chairman of the Scientific Seminar of the Scientific Council on Award of Scientific Degrees, Doctor of Physical and Mathematical Sciences, Professor

INTRODUCTION (abstract of the doctoral (PhD) dissertation)

The aim of the research is to improve the system of formation of pupils' healthy lifestyle skills in teaching biology.

The tasks of the research are:

defining the content of the conceptual basis for the formation of healthy lifestyle skills based on the teaching regularities and principles of biology teaching methodology;

improving the methodological system for the formation of healthy lifestyle skills in biology lessons, extracurricular work and out-of-class activities;

developing a system of didactic tasks to determine the level of formation of pupils' healthy lifestyle skills based on competence-based approach;

improving the methodology of formation of pupils' healthy lifestyle skills based on innovative technologies.

The object of the study was the process of teaching biology in secondary schools, which involved in the experiments 741 students from Tashkent city, Fergana and Jizzakh regions.

Scientific novelty of the research consists of the following:

The conceptual bases for the formation of pupils' healthy lifestyle skills have been defined on the basis of the regularities and principles (scientificity, visuality, continuity of education, consciousness, differentiation, individualization and humanization of education) of biology teaching methodology;

The methodological system for the formation of healthy lifestyle skills has been improved through active methods (analytical, comparative, logical, independent work, problem-based research) and tools (didactic handouts, educational and methodological aids, multimedia resources) of teaching in biology lessons, extracurricular work and out-of-class activities;

The level of pupils' acquisition of healthy lifestyle skills has been determined using non-standard (reproductive, productive, adaptive and creative) test tasks;

The didactic functions (knowledge recovery, knowledge renewal, knowledge correction, using knowledge, prediction) of formation of pupils' healthy lifestyle skills have been improved through educational technologies that promote vitagenic, reflexive, healthcare and sanogenic thinking.

Implementation of the research results. Based on the obtained research results on the system of formation of pupils' healthy lifestyle skills in teaching biology:

the proposals and recommendations on the conceptual bases for the formation of pupils' healthy lifestyle skills, the regularities and principles of methodology teaching and the use of active methods and tools in biology lessons, extracurricular work and out-of-class activities were incorporated into the content of State Education Standards of secondary school education, which was approved by the Resolution No.187 of the Cabinet of Ministers as of 6 April 2017 "On approval of the state education standards of general secondary, secondary special and vocational education" (Certificate No.01/11-01/6-2628 of the Republican Education Centre as of 16 December 2019). As a result, the system of formation of

healthy lifestyle skills has helped develop pupils' analytical, comparative, logical, vitagenic and sanogenic thinking;

the proposals on non-standard test tasks to determine the level of pupils' acquisition of healthy lifestyle skill were used in developing the methodological guide entitled "Methodology of formation of healthy lifestyle skills in teaching biology" (2012) (Certificate No.01-02/2-2-198 of the Ministry of Public Education as of 20 June 2018). This methodological support has provided a practical and methodological framework for biology teachers to form healthy lifestyle skills during training sessions;

the proposals on the didactic functions of formation of pupils' healthy lifestyle skills, and educational technologies that promote vitagenic, reflexive, healthcare and sanogenic thinking were implemented within the framework of the fundamental project FZ-2016-0910202206 entitled "Socio-pedagogical technologies for the education of pupils who are prone to juvenile crime and delinquency" (Certificate No.01-02/2-2-198 of the Ministry of Public Education as of 20 June 2018). As a result, it has become a practical and methodological basis for biology teachers to improve the effectiveness of the process of pupils' acquisition of healthy lifestyle skills and organize problem-based training sessions.

Publication of the research results. On the theme of the dissertation a total of 24 scientific and methodological works, including 2 methodological guides were published. Of these, 12 articles were published in scientific journals recommended by the Supreme Attestation Commission of the Republic of Uzbekistan for publishing the main scientific results of doctoral dissertations, including 9 articles in republican, 3 articles in foreign journals.

The structure and volume of the dissertation. The dissertation was presented on 134 pages consisting of an introduction, three chapters, conclusions and recommendations, a list of used literature and appendixes.

ЭЪЛОН ҚИЛИНГАН ИШЛАР РЎЙХАТИ
СПИСОК ОПУБЛИКОВАННЫХ РАБОТ
LIST OF PUBLISHED WORKS

I бўлим (Часть I; Part I)

1. Isabaeva M.M. Problems of Healthy Lifestyle in Extracurricular Activities // Eastern European Scientific Journal.– Germany, 2016. – №6. – pp. 183–189. (13.00.00; №1).

2. Исабаева М.М. Ўқувчиларда соғлом турмуш тарзи кўникмаларини шакллантиришда биология фанининг аҳамияти // “Халқ таълими” журнали. – Тошкент, 2014. – № 5. – Б. 16–18. (13.00.00; №17).

3. Исабаева М.М. Биология дарсларида соғлом турмуш тарзини таркиб топтириш йўллари // “Халқ таълими” журнали. – Тошкент, 2016. – №4. – Б. 35–39. (13.00.00; №17).

4. Исабаева М.М. Инновацион таълим муҳитида соғлом турмуш тарзи кўникмаларини таркиб топтириш технологияси // “Замонавий таълим” журнали. – Тошкент, 2016. – №4. – Б. 46–51. (13.00.00; №8).

5. Исабаева М.М. Биология фанини ўқитишда соғлом турмуш тарзи кўникмаларини таркиб топтиришнинг педагогик асослари // “Ўзбекистон Миллий университети хабарлари” журнали. – Тошкент, 2018. – №1. – Б. 121–123. (13.00.00; №6).

6. Исабаева М.М. Теоретические основы формирования навыков здорового образа жизни у учащихся / Международная научно-практическая конференция “Современные инновации в эпоху глобализации: теория, методология, практика”. – Москва, 2016. – № 9 (11). – С. 33–36.

7. Исабаева М.М. Базовые компоненты здорового образа жизни / Humanization of education and upbrining in the education system: theory and practice. Materials of VIII international scientific conference on March 20-21, Prague, 2019. – С. 5–7.

8. Исабаева М.М. Ўқувчиларда соғлом турмуш тарзи кўникмаларини шакллантириш жараёнини такомиллаштиришнинг педагогик шарт-шароитлари / “Биология фанининг долзарб муаммолари ва уни ўқитишда инновацион технологиялар” республика илмий-амалий конференция материаллари. – Тошкент: Низомий номидаги ТДПУ, 2017. – Б. 28–31.

9. Исабаева М.М. Вояга етмаган ёшлар орасида соғлом турмуш тарзи кўникмаларини шакллантириш функциялари. Вояга етмаганлар ўртасида жиноятчилик ва ҳуқуқбузарликларни бартараф этишнинг ижтимоий-педагогик ва ҳуқуқий асослари / Республика илмий-амалий анжуман материаллари. – Тошкент: ЎзПФИТИ, 2019. – Б. 35–37.

II бўлим (Часть II; Part II)

10. Исабаева М.М. “Одам ва унинг саломатлиги” дарсларида соғлом турмуш тарзи кўникмаларини таркиб топтириш йўллари // “Халқ таълими” журнали. – Тошкент, 2008. – №5. – Б. 69–74. (13.00.00; №3).

11. Исабаева М.М. Синфдан ташқари машғулотларда соғлом турмуш тарзи кўникмаларини таркиб топириш йўллари // “Халқ таълими” журнали. – Тошкент, 2008. – №6. – Б. 115–117. (13.00.00; №3).

12. Исабаева М.М. Биологияни ўқитишда соғлом турмуш тарзи кўникмаларини шакллантириш методикаси. Услубий қўлланма. - Тошкент: Фан ва технология, 2012. – 72 б.

13. Исабаева М.М. Одам ва унинг саломатлиги ўқув фанидан саломатлик дафтари. Услубий қўлланма. – Тошкент: Тафаккур, 2012. – 84 б.

14. Исабаева М.М. Наркомания – общий враг человечества // “Молодой учёный”. Ежемесячный научный журнал. – Россия, 2012. – С. 265–267.

15. Isabaeva M.M. Formation of healthy lifestyle of learners on basis of national values // The Advanced Science Journal. ISSUE8-2014 / United States. – pp. 74–78.

16. Исабаева М.М. Ўқувчиларда соғлом турмуш тарзи кўникмаларини таркиб топтиришда ностандарт тест топшириқларидан фойдаланиш / “Аниқ ва табиий фанларни ўқитиш соҳасидаги янгича ёндашувлар” республика илмий-амалий конференцияси материаллари. – Тошкент: ЎзПФИТИ, 2016. – Б. 34–36.

17. Исабаева М.М. Биология дарсларида “саломатлик дақиқаси”ни ташкил этиш // “Таълим самарадорлигини оширишнинг назарий ва амалий асослари” республика олий ўқув юртлариаро илмий-услубий мақолалар тўплами. – Тошкент, 2016. – №1. – Б. 262–265.

18. Исабаева М.М. Синфдан ташқари машғулотларда соғлом турмуш тарзини таркиб топтириш масалалари // “Таълим технологиялари” республика олий ўқув юртлариаро илмий-услубий мақолалар тўплами. – ҚДПИ, 2016. – №2. – Б. 154–156.

19. Исабаева М.М. Синфдан ташқари машғулотларда гиёҳвандликнинг олдини олиш имкониятлари / “Вояга етмаганлар орасида жиноятчилик ва ҳуқуқбузарликка мойил ўқувчиларни аниқлаш ва бартараф этиш: муаммолар ва ечимлар” республика илмий-амалий анжумани материаллари. – Тошкент: ЎзПФИТИ, 2017. – Б. 81–82.

20. Исабаева М.М. Ўқувчиларда соғлом турмуш тарзи кўникмаларини таркиб топтиришнинг назарий асослари / Moscow State Institute. Modrov Humanitarian Institute. Namangan Engineering-Bulding Institute. National University of Uzbekistan. Fergana State University. Education in the process of globalization: problems and tasks. Collection of materials of international scientific conference. Vol. I. – Москва, 2017. – В. 156–158.

21. Исабаева М.М. Биология фан тўгаракларида “Саломатлик” иш дафтарини юритиш бўйича тавсия // “Аниқ ва табиий фанлар методикаси” илмий-педагогик журнали. – Тошкент, 2017. – №7. – Б. 30–32.

22. Исабаева М.М. Вояга етмаганлар орасида соғлом турмуш тарзи кўникмаларини таркиб топтириш муҳим педагогик муаммо сифатида / “Вояга етмаганларни ҳуқуқий ҳимоя қилишнинг моддий-процессуал масалалари” республика илмий-амалий анжумани материаллари. – Тошкент: ЎзПФИТИ, 2018. – Б. 141–143.

23. Исабаева М.М. Ҳуқуқбузарликка мойил ўқувчиларда инновацион таълим технологиялари орқали соғлом турмуш тарзи кўникмаларини ривожлантириш // “Мураббий маҳорати” илмий-методик журнали. – Тошкент, 2019. – №1. – Б. 16–18.

24. Исабаева М.М. Вояга етмаганларда соғлом турмуш тарзи кўникмаларини таркиб топтиришнинг дидактик тамойиллари / “Барқарор ривожланишда узлуксиз таълим: муаммо ва ечимлар” халқаро илмий-амалий анжумани илмий ишлар тўплами. Тошкент вилояти ЧДПИ. – Чирчиқ ш. 21–24 май, I-том. – 2019. – Б. 323–324.

Автореферат «Тил ва адабиёт таълими» журнали таҳририятида таҳрирдан ўтказилиб, ўзбек, рус ва инглиз тилларидаги матнлар ўзаро мувофиқлаштирилди.

Бичими 60x84 $^{1}/_{16}$. Рақамли босма усули. Times гарнитураси.
Шартли босма табоғи: 3. Адади 100 нусха. Буюртма № 105.

Гувохнома № 10-3719
“Тошкент кимё технология институти” босмахонасида чоп этилган.
Босмахона манзили: 100011, Тошкент ш., Навоий кўчаси, 32-уй.