

**AL-XORAZMIY NOMIDAGI URGANCH DAVLAT
UNIVERSITETI**

Jismoniy madaniyat fakulteti
5141900 “Jismoniy tarbiya va jismoniy
madaniyat” ta’lim yo’nalishi 4-kurs talabasi
Atajonov Azamat Yuldashevichning

BITIRUV MALAKAVIY ISHI

**Mavzu: «Kasb-xunar kollejlarda turizmni tashkil
qilish va o’tkazish uslubiyati»**

Rahbar: Osmonbekova. N

Bajardi: Atajonov. A

Urganch – 2012 y

BITIRUV MALAKAVIY ISHI LOYIHASI HIMOYASIGA QO`YILGAN

Kafedra yig'ilishining "-----" 2011----- yildagi

№----- bayonnomasi

Kafedra mudiri: ----- p.f.n. F.T.Masharipov
(imzo)

Kotiba -----
(imzo)

Bitiruv malakaviy ishi

loyihasi rahbari: -----
(imzo)

BITIRUV MALAKAVIY ISHI LOYIHASINI BAJARISH G R A F I G I

№	Loyiha bosqichlarining nomlari	Nazorat vaqti	Rahbarning talaba tomonidan bajarilgan ishining ahvoli xaqidagi belgisi. Sana imzo
1	Mavzuni kafedrada tasdiqlash.		
2	Bitiruv malakaviy ish topshirig'ini tuzish.		
3	Maxsus adabiyotlarni o`rganish, loyiha bo`yicha pedagogik, metodik va amaliy materiallarni yig`ish.		
4	Tajriba, kuzatish o`tkazishni aniqlashtirish.		
5	Maktabda va sport tashkilotlarida kuzatish, tajriba ishlari o`tkazish.		
6	Kuzatish, tajriba ishlari ishlatish va tahlil qilish.		
7	Bitiruv malakaviy ishi loyihasining nazariy va amaliy qismlarini tasdiqlash.		
8	Bitiruv malakaviy ishi loyihasi borishi va uning nazariy, amaliy qismlarining muhokamasi.		
9	Rahbar tomonidan tugallangan loyihani ko`rikdan o`tkazish.		
10	Tugallangan ishni rahbar xulosasi va uni himoyaga tavsiya bilan birgalikda kafedraga taqdim qilish.		

Bitiruvchi talaba _____

Bitiruv malakaviy ishi
loyihasi rahbari: _____

Loyiha bosqichlari soni va mazmuni ish mazmuniga asosan belgilanadi.

Mundarija

Kirish -----

I-bob

Adabiyotlar taxlili

- 1.1. Jismoniy tarbiya tizimida turizmning o'рни va ahamiyati.-----
- 1.2. Turizmning tabiiyoviy sog'lomlashtirish va ta'limiy ahamiyati.-----
- 1.3. Turizm turlarining klasifikatsiyasi.-----
- 1.4. Kasb – xunar kollellarida o'lkashunoslik va ijtimoiy foydali ishlar. -----
- 1.5.Mamlakatimizda o'lkashunoslik, tabiyatni muxofaza qilish ishlarini turizm malakalarini egallash orqali amalgam oshirish.-----

II-bob

Tadqiqotning vazifalari uslublari va tashkil etilishi

- 2.1.Tadqiqotning vazifasi -----
- 2.2. Tadqiqotning uslublari -----
- 2.3.Tadqiqotning o'tkazilishi -----

III-bob

Kasb-xunar kollellarida turizmni tashkil qilish va o'tkazish uslubiyati

- 3.1. Kasb-xunar kollellarida turistik ishlarni tashkil qilish. -----
- 3.2. Jismoniy tarbiya jamoalarida turizm sektsiya ishlarining dasturi.-----
- 3.3. Turizm bo'yicha razryadlar va kategoriyalar kiyinchiligi.-----
- 3.4.Sayoxatlarni tashkil qilishda va uni yakunlashda o'qituvchining roli.-----
- 3.4. Tadqiqot natijalari va tavsiyalar -----
- Xulosa -----
- Foydalangan adabiyatlar -----

Kirish

Turizm (sayohat) ijtimoiy-pedagogik jarayon sifatida muhim ahamiyatga ega bo'lgan omillardan biridir.

Hozirgi Markaziy Osiyo mintaqasida yashagan qadimgi ajdodlarimiz ov qilish maqsadida tog' va cho'llarda sayr-sayohatlar qilib, o'z sog'liqlari va ruhiy holatlarni mustahkamlaganlar.

Qadimgi Ipak yo'lining O'zbekiston xududlaridan kesib o'tishi, faqat savdo-tijoratdagina emas, ijtimoiy-madaniy aloqalarni kengaytirish, atrof-muhitni o'rganish, yo'llar va yashash joylarida tozalik, ijtimoiy foydali mehnat qilish va boshqa muhim sohalarda muhim tarixiy hamda ijtimoiy-tarbiyaviy xususiyatlarga egadir. Abu Rayhon Beruniy, al Farobiy, Ibn Sino, Mahmud Qoshg'ariy, Amir Temur, Alisher Navoiy, Zaxriddin Bobur kabi buyuk allomalarning sermahsul ijdlari va mahsullari ko'pincha sayohatlar, maqsadli yurishlarda vujudga kelgan. SHu sababdan ular tabiat va inson hayotining go'zalliklarini o'z asarlari, ilmiy meroslarida bayon etishgan.

O'zbekistonning tabiat manzaralari, o'simlik va hayvonot dunyosi o'ta boy bo'lganligi uchun chor rossiyaning juda ko'p olimlari va harbiy mutaxassisleri yurtimizning tabiiy sharoitlarini chuqur o'rganishgan. SHu sababdan ular turli maqsadlar og'ushida yurtimizni kashf etish va istilo qilishga muvaffaq bo'lishgan. E'tirof etish lozimki, yurtimiz tarixi, xalqimiz madaniyati, tabiatining naqadar go'zalligi, tabiiy boyliklari va boshqa ko'p sohalarda o'rganishga arziydigan ilmiy meroslar qoldirgan.

Turizm o'quvchi yoshlarni sog'lom qilib tarbiyalash va tabiatni o'rganishda eng muhim vosita sifatida xizmat qilib keladi.

Mehnatkash omma va ziyolilarning dam olish kuni, ta'til paytlarida turizmdan sog'lomlashtirish, mehnat qobiliyati va ish unumini oshirishda maqsadli foydalanildi va o'z samaralarini ko'rsatdi.

Mavzuning dolzarbligi: Turizm va uni o'qitish metodikasi fani umumkasbiy fan hisoblanib, jismoniy tarbiya va jismoniy madaniyat yo'nalishi bakalavrini tayyorlashda muhim ahamiyat kasb etib, jismoniy sifatlarni rivojlantirish va tarbiyalash, harakat ko'nikma – malakalarini mustahkamlashda, talabalar orasida turizmni ommalashtirish, turizm natijalarini yaxshilashda hal qiluvchi ahamiyat kasb etadi. Kelgusida jismoniy madaniyat o'qituvchisi bu fan bo'yicha bilim, malaka va ko'nikmalaridan turizmni fan sifatida o'qitish, o'lkashunoslik – sayyohlik ishlarini yo'lga qo'yish, yosh avlodni sog'lomlashtirish, sog'lom turmush tarzini targ'ib qilish, o'quvchi yoshlarning turizm natijalarini yuksaltirish maqsadida foydalanadi.

Xozirgi kunda umumta'lim maktablarida jismoniy tarbiya darslarining samaradodrligini oshirishda turizm sayir sayyoxat qilishning o'ziga xos xususiyatlarini o'rganish zamonaviy uslublardan foydalanish orqali o'quvchi yoshlarni kuchli va barkamol inson qilib tarbiyalash

muxum axamiyatga ega. Jismonan sog'lom inson sog'lom fikrga sog'lom dunyo qarashga ma'naviy etuk bo'la oladi shuning uchun xam mavzu bugungi kunda dolzarbdir.

Ishning maqsad va vazifalari:

- Kasb xunar kollejlarda turizmni tashkil qilish va o'tkazish metodikasini o'rganish.
- Turistik sayyoxatlar yordamida o'quvchilarda ko'nikma va malakalarni shakllantirish.
- Sayyoxatlar orqali o'quvchilarda o'z o'lkasini sevib o'rganish o'z Vatanining chiroyli erlaridan faxrlanish xissini shakllantirish.

Ishning obe'kti va predmeti:

Ko'yilgan maqsad va vazifalarni amalga oshirish uchun ko'ydagicha tadqiqot ob'ekti belgilab olindi. Tadqiqot Yangibozor tuman Pedagogika va sport kollejida olib borildi. Ishni o'rganishda turistik sayyoxatlar tashkil qilindi o'quvchilar qiziqishi ko'zatildi va tahlil qilindi. Kollejida turistik sayoxatlarda ishtoq etuvchi o'quvchilar faoliyati o'rganildi.

Tadqiqot ishining metodologik asoslari

O'zbekiston respublikasi qonun va qarorlarinig amalda bajarilishini ta'minlash. Ta'lim tarbiya jarayonidagi ilg'or pedagogik tajribalar, ilmiy tadqiqot ishlaridagi yutuqlarga amal qilib ishlash ishning metodologiyasini asoslab beradi.

Tadqiqot ishining yangiligi

Kasb xunar kollejlarda turizmni tashkil qilish va o'quvchi yoshlarning qiziqishini oshirish uchun qo'llanilgan sayrlarda tashkil qilingan o'yinlar qanchalik xayotga yaqinligi va o'quvchilar organizmining to'g'ri o'sishiga va bir biriga bo'lgan mexr muxabbat, do'stdona munosobat, jismoniy sifatlarni rivojlantirishga yordam bera olishini aniqlay bilish va qo'llanilgan turistik tadbirlarning jismoniy tarbiya darslarining samaradorligini oshirganligi yangilik bo'lib xisoblanadi.

Tadqiqot ishining asosiy ahamiyati

Xozirgi kunda jismoniy tarbiyaning tarkibiy qismi bo'lgan turizm va uni o'qitish metodikasi faning samaradorligini oshirishga erishish uchun olib borilayotgan uslublar turistik sayrlar va sayyoxatlardagi mashqlarining qulay engil o'quvchilar uchun mosligini o'rganish turizm darslariga tadbir qilish ishning asosini tashkil qiladi.

Ishning xajmi va tarqibiy tuzilishi

Bitiru malakaviy ishi 3 bobdan iborat bo'lib Adabiyotlar tahlili, tadqiqotning vazifalari, uslublari va uni tashkil qilinishi va o'tkazilishi, asosiy qism, tadqiqot natijalari, xulosadan iborat bo'lib xajmi 70 betni tashqil qiladi.

I -bob **Adabiyotlar tahlili**

1.2.Jismoniy tarbiya tizimda turizmning o' rni va axamiyati

Mustaqillikka erishgandan so' ng mamlakatimizda olib borilayotgan isloxlardan jismoniy tarbiya va sportni rivojlantirishga qaratilgan sai harakatlar aholini moddiy va ma'naviy boyligini yuksaltirish. Ularning mexnat qobiliyatini yanada oshirish, turmush madaniyati xamda yashash sharoyitini yanada yaxshilash masalalariga keng o' rin berilgan.

Ohalini ayniksa yoshlarni ma'naviy etuk, barkamol,o' z vatanini sevadigan, jasur, mustaxkam fikrli qilib tarbiyalashda jismoniy tarbiya va sportning o' rni bekiyosdir. Jismoniy tarbiya tizimining asosiy maqsadi yoshlarni xar tamonloma kamol toptirish, insonlarni mexnat qilishga va vatanni ximoya qila oladogan yoshlarni tarbiyalab voyaga etkazishdan iborat. SHuday ekan bu tizim o' z ichiga jismoniy tarbiya vositalari jismoniy mashqlar sport o' yinlari sport turizm kabilarni o' z ichiga oladi. Bular ichida turizm aloxida o' rin tutadi.

Fan texnika taraqqiyoti tobora rivojlangan sari insoniyatning turmush madaniyati, xo'jalik ijtimoiy va siyosiy xayotida ham tub o' zgarishlar sodir bo' lmoqda. Insonlarning turmush va madaniyati tobora yaxshilanib borishi natijasida faol dam olish sport bilan shug'ullanish, bo' sh vaqtdan tug' ri foydalanish kabi sog' lomlashtirish masalalariga extiyoj oshmoqda. Anashunday extiyojlardan biri turizm bilan shug'ullanishdir.

O'zbekiston mustaqilliqqa erishgandan so' ng xamma sohalari kabi jismoniy tarbiya va sport turizm sohalarini yanada rivojlantirishga bugungi kunda katta e' tibor qaratilgan.

Turizm fanining maqsadi: aholini ayniqsa o' quvchi yoshlarni o' z o' lkasini sevib o' rganishlarida, jamoaviy ruxda tarbiyalanishlarida, jismonan baquvvat, sog' lom bo' lishlarida turizmning o' rni bekiyosdir.

Turizm faninig vazifalari:

O'zbekistonda turizmning tashkil qilinishi va xozirgi kundagi istiqbollarni o' rganish

Sog' lom avlod tarbiyasi va jismoniy madaniyat tizimida ommoviy turizmning o' rni.

Xalqaro turizm va uning axamiyati. Axoli o' rtasida sayoxatni tashkil qilish va o' tkazish.

Maktabgacha bolalar muassasalarida va umumta' lim maktablarida sayoxatlarning shakllari va vazifalari. Piyoda yurish sayohatini tashkil qilish va o' tkazish usullari.

Sayohatlarda sog' lom turmush tarzini shakllantirish. Topografik tayyorgarlik sayohatlarda o' lkashunoslik va ilmiy qidiruv ishlari va xakozalarni o' rganish asosiy vazifalardan biridir.

Turizm o' z mazmuniga ko' ra ko' p qirrali formaga ega bo' lib, u tarbiya vositalarinig barcha soxalari bilan uzviy aloqadardir. Turizm insonning ilk bolalik davridan boshlab uni o' ziga jalb qiladi. CHunki ata-onalar o' z bolalarini chaqoloqlik davridayoq sof xavodan to' yib nafas olish issiq sovuqqa o' rgatish, keyinchalik esa past baland joylardan o' tish, tabiyat

xodisalari bilan tanishtirish uchun sayirga olib chiqadilar. Bolalar bog'chalarida xamda barcha tarbiya vositalari bilan birga sayoxat sayr qilish kabi formalari keng qo'llaniladi. Bolalarga ayniqsa tabiyat manzaralarini faqat rasmda ko'rsatib yoki uni chizdiribgina qolmay, balki ularni turli ekskursiyalar, sayoxatlar uyushtiriladi.

Turizm so'zi latincha bo'lib u aylana bo'ylab hararakat qilish, aylanish degan ma'noni bildiradi. Keng ma'noda buni kishilarning xayotda harakatda bo'lishishlarini tushunish mumkin. SHuningdek turizm "tur" (belgi) o'rnatish, ya'ni tog' odirlar, uzoq masofalarga sayoxat qilish, so'ngi manzilga belgi qo'yish yoki cho'qqiga chiqqanlikni bildirish uchun biron-bir belgi (yozuv, haykal va hakazo) qoldirish kabilarni bildiradi.

Turizm – sayohat dam olish o'lkani o'rganish organizmni har tamonlama chiniktirish demakdir. Turizm «Biron maqsad yo'lida harakat qilish» (o'rganish, izlanish va h.k.) kabi ijtimoiy-madaniy va tarbiyaviy jarayonlarni bildiradi. Uning asl mazmuni esa atrof-muhitlar, tarixly va madaniy obidalarga sayr qilish, dam olish, o'tmish hamda davr mo'jizalarini o'rganishga qaratilgan. o'z-o'zidan malumki, mazkur harakatlar, tadbirlarni amalda bajarish uchun har bir inson faol harakat qilishi, ya'ni yurish, yugurish, yuk ko'tarish, to'siqlardan o'tish kabi tabiiy jismoniy harakatlar qilishni taqozo etadi. Bu esa, eng avvalo, jismoniy rivojlanishi, yuqori darajada faol harakat qilishni ta'miniyadi.

Demak, hozirgi davr iborasi bilan aytilsa; turizm sayr (ekskursiya) - sayohat (turizm) yo'l bilan tarixiy shaharlar, sanoat markazlari, ravnaq topayotgan madaniy hayotimizni ko'rish, tomosha qilish, maqsadli ravishda u yoki bu voqealarni o'rganish, shu asosda dam olish, hordiq chiqarishni bildiradi.

1.2. Turizmning tarbiyaviy sog'lomlashtirish va ta'limiy ahamiyati.

Tarbiya - yosh avlodni muayyan maqsad yo'lida har tamonlama o'stirish, uning ongini hulq atvorini tarkib toptirish jarayonidir. Turizm insonlarni komil inson qilib tarbiyalashda muhim ahamiyatga egadir.

Turizm jismoniy tarbiyaning ajralmas qismi sifatida sog'lomlashtirish va umum tarbiyani amalga oshirish vazifalarini bajaradi. Bu esa shaxsni har tamonlama kamolga etkazish vositalaridan biridir. Turizm aqliy tarbiya taraqqiyotiga bevosita ta'sir etadi, yoshlarning geografiya, biologiya, tarix, geologiya, iqtisod, adabiyot va boshqa fanlar bo'yicha olgan bilim hamda malakalarini yanada boyitadi. Tarixiy obidalar bilan tanishish insonlarda o'lgan yaratuvchilik mehnatlarini o'z ko'zlari bilan ko'rish yoshlarni fikrlash doiralarini bilim va malakalarinigina oshirib qolmasdan ularda Vatanga muxabbat jamoa uyushqoqlik ruxini his qilish va tuyg'ularini ham tarbiyalaydi.

YOshlarni mehnat shon –shuxrati muzeylariga turli sayohatlar uyushtirish g'oyaviy- siyosiy, axloqiy, jismoniy tarbiyaning yagona birligini tashkil etadi. Bunda insonlarning haqiqiy

axloqiy tamonlari jamoiy uyushqoqlik madaniyatini birinchi o'ringa ko'yish shakllanadi.

Bunday sayohatlar jarayonida axloqiy irodaviy sifatlar sof vijdoniylik. Uyushqoqlik, jasurlik burchini xis qilish, o'zaro yordam va o'rtoqlik xis tuyg'ulari sinovdan o'tadi va chiniqadi.

O'quv yurtlari va ishlab chiqarish mehnat jarayonlarida xarakter ishonch tushunchalari umumiy ma'noda shakllansa, turistik sayohatlar jarayonida ular amalda sinaladi.

Turistik faoliyatlar jarayonida mehnat malakasi ham shakllanadi. Sayoxatchilar butun sayohat davomida yuk ko'tarish turli tusiqlardan o'tish, kechalari tunash uchun joy tayyorlash, ovqat pishirish uchun o'tin to'plash dam olib va tunab o'tgan joylarni tartibga keltirish oyoq kiyimlarni doimo yaxshi saqlash va boshqa juda ko'p zarur hayotiy yumushlarni bajarishlariga tug'ri keladi. Bu jarayonlar esa har bir insondan ayniqsa yoshlardan mehnatsevarlik, uyushqoqlik kabi fazilatlarini talab etadi.

O'zbekiston sharoitida turistik yurishlar ekskursiyalar davomida qishloq mehnatkashlariga zarur yordam ko'rsatish ham mo'ljallangan. Bunda ular turli mavzularda maruza va suxbatlar o'tkazish, badiiy havaskorlarning kontsert nomerlari ayrim sport turlari bo'yicha o'rtoqlik uchrashuvlari o'tkazish kabilarni rejalashtiradilar. Ba'zan mavsumiy ko'p kunlik yurishlarda fermer xujaligi mehnatkashlariga yordam berish kerak bo'ladi.

O'zbekiston mustaqilligi juda ko'p sohalarda turli xil islohatlarni o'tkazishni taqozo qilmoqda. Ta'lim, sog'liqni saqlash, moddiy-texnik ta'minot va aholi o'rtasida o'zini-o'zi boshqarish nodavlat tashkilotlari faoliyatida yangi yo'nalishlar yuz bermoqda.

O'quvchi-yoshlar va aholining barcha tabaqalari faoliyatida milliy qadriyatlarni o'rganish, tarixiy voqeliklarni tahlil qilish, yangi islohotlar yo'lida ularga davr talablari asosida munosabatda bo'lishni taqozo etmoqda.

O'zbekistonga xorijiy mamlakatlardan mutaxassislarining tashrif buyurishi, qo'shma korxonalarini tashkil etilishi, tarixiy shaharlarga sayrlarni (ekskursiya) tashkil qilinishi yangi tus olmoqda. SHu tufayli Respublika Prezidenti va hukumati tomonidan yurtimizda turizmni rivojlantirishga doir jiddiy tadbirlar o'tkazilmoqda. Buni O'zRVMning "O'zbekistonda turizm sohasi uchun kadrlar tayyorlash tizimini takomillashtirish chora-tadbirlari to'g'risida"gi qarori (1999 yil 2 iyul) va O'zbekiston Respublikasining "Turizm to'g'risida"gi qonuni (1999 yil 20 avgust) misolida ko'rishning o'zi kifoyadir.

Ta'kidlash lozimki, mazkur qaror va qonunning sosiy maqsadi sayr (ekskursiya) va sayohatlarni yurtimizda tashkil qilish, xorijiy sayyohlarga madaniy xizmatlarni yaxshilash, tarixiy va zamonaviy shaharlarga o'quvchi-yoshlar hamda mehnatkashlarning sayohatlarini o'tkazishning yangi usullari hamda tartiblarini o'rnatish ko'zda tutilgan.

SHunday bo'lsada, o'quvchi yoshlar, talabalar va aholining barcha qatlamlari uchun ommaviy sog'lomlashtiruvchi piyoda yurish, toqqa chiqish va boshqa turlar bo'yicha tadbirlar

o'tkazish o'z mohiyatini yo'qotgan emas.

“Alpomish” va “Barchinoy” maxsus testlari talabalari hamda sinov me'yorlari tarkibiga 6 yoshdan 60 yoshgacha bo'lgan kishilarga sayohatlarda ishtirok etish turining kiritilishi bunga dalolatdir.

Demak, sayohat turlarini tanlash, ularni o'quvchi-yoshlar va mehnatkashlarning qiziqishi, ishtiyoqi hamda ehtiyojlari bo'yicha tashkil etish bugunning o'ta muhim muammolaridan biri hisoblanadi. Ularni davr talablari, shart-sharoitlarni hisobga olgan holda uyushtirishda jismoniy tarbiya va sport mutaxassislarini turizmning nazariy asoslari va amaliyoti bilan qurollashtirish zaruriyati tug'iladi. O'quv yurtlari sport uyushmalari, mehnat jamoalarida ommaviy sayohatlarni tashkil etish uchun turizm bo'yicha mutaxassis kadrlar, jamoatchi faollarni tayyorlash ishlarini yo'lga qo'yish lozimdir

Turizm sayohat demakdir. Unda dam olish, xordiq chiqarish, jismonan chiniqish, o'lkani o'rganish, ijtimoiy-foydali mehnat qilish, tabiatni mu-hofaza qilish (ekologiya), ilmiy tadqiqotlar olib borish kabi keng qamrov-li ijtimoiy-tarbiyaviy hamda madaniy jarayonlar mujassamlashadi. Ularni amalga oshirishda tashkiliy va boshqaruv faoliyatlar muhim ahamiyat kasb etadi. Ta'kidlash lozimki, sayohatning bu yo'nalishidagi mazmunlari jahon-dagi ko'p mamlakatlarda maqsadli qo'llanilib kelinmoqda. SHu sababdan tu-rizmning o'ziga xos tarixiy rivojlanishi mamlakatlarning ijtimoiy- iqtisodiy, madaniy va siyosiy faoliyatlari bilan bevosita bog'liq bo'ladi.

1.3. Turizm turlarining klassifikatsiyasi.

O' yo'nalishi, xarakteri va faoliyat xususiyatlariga ko'ra turizm sayr qilish (ekskursiya, sayohat qilish) va poxod (piyoda yurish) formalariga ajraladi.

Sayr qilish- keng ommaga qulay bo'lgan piyoda yurish, chang'ida, velesiped, qayiq va boshqa vositalar yordamida sog'liqni yaxshilash, organizmni chiniqtirish maqsadida nyushtiriladigan qisqa muddatli ommobop turizm formasidir. Turizmning bu formasida keksa-yu yosh ishtiq etishi mumkin.

Ekskursiya – jamoa bo'lib biron ob'ektga (muzey, stadion, qurilish, o'rmon va xakoza) ilmiy qidiruv yoki o'quv maqsadida, umumiy madaniy rivojlanish uchun o'tkaziladigan tadbirdir. Bunday tadbir aholi yashab, o'qib turgan joylarga yoki boshqa shaxarlarga ham borganda uyushtirilishi mumkin. Turizmning bu formasi asosan katta yoshdagi bog'cha bolalari, maktab o'quvchilari, o'rta maxsus va oliy o'quv yutrlarining talabalari orasida keng tarqalgan madaniy ta'limiy tarbiyoviy ahamiyatga moliq tadbirlar.

Poxodlar (yurishlar)- tashkiliy ravishda gurix-gurix bo'lib piyoda, velosiped, chang'i, qayiq va shu kabi vositalar yordamida jismoniy chiniqish, o'lkani o'rganish ijtimoiy foydali

mehnat qilish maqsadida uyushtiriladi.

Turizmning turlari amalda tobora artib bormoqda. Jismoniy tarbiya nuqtai nazaridan olib qaralganda, ularni tayyorgarlik haqiqiy turistik va ommaviy agitatsiya yurishlariga ajratish mumkin.

Tayyorgarlik poxodlari (yurishlari). Yurish harakatlari va organizmni katta va uzoq muddatli yurishlarga haqiqiy turistik yurishlarga tayyorlash, ularda ishtok etishga hozirlashda asosiy xizmat vazifalarini o'taydi. Tayyorgarlik yurishlari jarayonida sayr qilish, ekskursiya elementlarini kiritish zarur. Bu bosqichning asosiy mazmunida turistik qoidalar, yurish turmush sharoiti, yurish texnikasi, maxsus turistik faoliyatlar, yo'lni avvaldan o'rganish, ko'atish, dam olish joylarni tanlash va uni tayyorlash, kechki dam olish va tunashni uyushtirish, gulxon yoqish va shu kabi sohalarni o'rganish yotadi. CHidamlilik, kuchlilik, tezlik va boshqa jismoniy sifatlarni ham tayyorlash murakkab yurishlarda ishtrok etishni ta'minlaydi.

Sport poho dlari – asosan sportga ta'luqlidir. Bunday hollarda murakab yurishlarning kiyinchilik darajalari, masofaning uzunligi, tabiiy to'suqlarning kiyinchilik normalari, aholi yashaydigan punktlarga etib borish tartiblari, sinov yurishlar soni va boshqa shartlar qoyilgan bo'ladi.

Tashviqot va targ'ibot poxodlari -yirik ijtimoiy-siyosiy yoki sport anjumanlariga bag'ishlangan bo'lib, uning maqsadi jamoatchilik va ommani turizmga jalb etishdan iboratdir. Bunday hollarda jamoalardagi ilgor tajribalar almashinadi, turistik harakatdagi yangi voqealar, natijalar joriy etiladi, faol turistlar turli yoshllar bilan rag'batlantiriladi.

Badiiy xavaskorlik jamoalarining konsert chiqishlari. Sport turlari bo'yicha o'rtoqlik uchrashuvlari, turistik texnika va boshqa vositalarni bilish yuzasidan musobaqalar uyushtirilishi tashviqot va targ'ibot jonli, qiziqarli bo'lishini ta'minlaydi.

Ekspeditsiya - turistik sayohat bo'lib, u biron ob'ektni (geografik, geologik, o'lkashunoslik, tarixiy va boshqalar) o'rganish maqsadida uyushtiriladi. Bunday sayohat jarayonlarida faol harakat, ya'ni piyoda yurish, velosiped va boshqalarda yurish, shuningdek passiv harakat yo'li bilan (transportda) masofani o'tish mumkin. Territorial belgi jihatdan turistik sayohatlar, poxodlar mahalliy va uzoq xarakteri jihatidan esa rejali va havaskorlik turlariga egadir. Rejali poxodlar avvaldan belgilangan va faqat maxsus ishlangan marshrutlar orqaligina uyushtiriladi. Bunday hollarda turistlar maxsus jihozlar, oziq-ovqat va instruktorlar bilan ta'minlanadi.

Havaskorlik sayohatlari -jismoniy tarbiya jamoalari kengashlari, sport klublari, turistlar klubi, madaniyat klublari, turistlar lagerlari, bazalari, bolalar turistik stantsiyalari, maktablar va alohida turistlar guruxlari tomonidan uyushtiriladi. Bunda turistlar mustaqil ravishda o'z marshrutlarini tuzadilar, poxod jarayonida o'z-o'zlariga xizmat qiladilar. Kerakli turistik

jihozlar, oziq-ovqat va boshqa vositalarni o'zlari xarid qilishlari yoki prokatga olishlari lozim bo'ladi. Sayohatning bu xususiyati ommaviy ravishda bir kunlik va bir necha kunlik poxodlar o'tkazish uchun eng qulay bo'lib, u ko'pincha o'quv muassasalarida ko'proq taraqqiy qiladn. SHuni qayd qilish lozimki, kasaba uyushma tashkilotlari, sport klublari, haftada ikki kun dam olish kunlaridan unumli foydalanib, yirik korxonalar, ijodiy xodimlar jamoalari shahar atrofi joylariga poxod uyushtirish formasidan keng foydalanmoqda.

Hatto Toshkent, Samarqand, Farg'ona, Navoiy va boshqa bir qator shaharlardagi ishlab chiqarish, mehnat kollektivlari tog'li zonalarda dam olish uylari, profilaktoriyalar tashkil qilib, yil davomida mehnatkashlarning hordiq chiqarishi va sayohat qilishi uchun ma'lum qulayliklar yaratib berilgan. Sayohatlar harakat usullariga qarab piyoda yurish, tog', suv, velosiped, avtomobil', mototsikl va aralash turlariga bo'linadi.

Havaskorlik sayohatlarining o'sib borishi bir kunlik va ko'p kunlik poxodlar o'tkazishni taqozo etmoqda. SHunga ko'ra ko'p kunlik sayohatlar I,II,III,IV,V qiyinchilik kategoriyalariga (darajalariga) bo'linadi. Qiyinchilik darajalari poxodlarning masofasi, to'siqlarning xususiyati va soni, har bir turning mazmuniga qarab belgilanadi.

1.4. Kasb xunar kollejlari o'lkashunoslik va ijtimoiy foydali ishlar.

Ta'lim-tarbiyaning muhim vositalaridan biri bo'lgan turizmni yanada rivojlantirish masalalari kundan-kunga katta ahamiyat kasb etmoqda. O'quv muassasalaridagi yosh o'quvchilarining jismoniy va nazariy tayyorgarligi, turistik sayohat formasi va mazmuni katta kishilar turizmidan tubdan farq qiladi. SHu sababdan ham maktab o'quvchilarning turizmini professional pedagogik turizm deb ayta olamiz. O'zbekiston Maorif vazirliklari ayniqsa yosh va o'smir o'quvchilarining turizm va ekskursiyalariga alohida e'tibor berib kelmoqda. Gumanitar va tabiatshunoslik turkumidagi fanlar bo'yicha yangi o'quv rejalari va dasturlariga o'tishning tugallanishi munosabati bilan o'qitishda o'lkashunoslik ishlarining ahamiyati tobora ortmoqda. O'qituvchilar poxod va ekskursiyalarda jonajon o'lka tabiati bilangina emas, balki uning tarixi bilan ham tanishmoqdalar. Sayohatlarda to'plangan materiallar maktab muzeylari, fan kabinetlarining mulki bo'lib qolmoqda. O'qituvchilar tarix, geografiya, biologiya, adabiyot, fizika va boshqa darslarda o'lkashunoslik materiallaridan foydalanib, o'quv materiallarining puxta o'zlashtirilishiga erishayotirlar.

Bu jarayonlar O'zbekistondagi ko'pgina umumta'lim maktablari, akademik litsey, kollejlari va oliy o'quv yurtlarida ham alohida ahamiyat kasb etmoqda. Keyingi yillarda respublikada yuqori sinf o'quvchilari uchun turistik lagerlarning soni birmuncha ko'paydi. Turistik bazalar soni ham ancha ortdi.

Turistik sayohatlarning barcha turlarida ham o'lkashunoslik ishlarini olib borish ko'zda

tutiladi. Bu ishning mazmuni va hajmi sayohat o'tayotgan tuman yoki joyning sharoitiga, shuningdek, avvaldan qo'yilgan vazifalarga bog'liqdir. SHu sababli o'lkashunoslik ishlarining asosiy ob'ekti ishlab chiqarish korxonalarini, ishlab chiqarish vositalari, hozirgi zamon ishlab chiqarish texnikalari, tog', o'rmonlar, turli yodgorliklar va boshqalar hisoblanadi.

Odatda o'z o'lkasini o'rganish birinchi vazifa qilib qo'yiladi. Bu qo'pincha uzoq davom etadigan sayohatlarda amalga oshiriladi yoki shu joyning o'ziga bir necha bor sayoxatlar tashkil qilishga to'g'ri keladi.

Turistlarning o'lkashunoslik ishlari muhim ahamiyatga egadir. Biron tuman yoki joyning kompleks ravishda yozish, geografik, tabiiy tuzilishlarini chizish, tabiati, hayvonat va o'simlik dunyosini aks ettirish ayrim paytlarda mustaqil ilmiy ishlar olib borishni taqozo qiladi. Tabiiy va iqtisodiy geografiya, pleontologiya, o'lka tarixi va boshqa o'lkashunoslik materiallarini ilk o'rganish natijalari ko'p hollarda ular ilmiy tadqiqot institutlarining muhim ob'ektiga aylanishiga sababchi bo'ladi.

Marshrutni tanlash o'quvchilarning kelajakda yana sayohat qilish havasini orttiradi. SHu sababdan sayohatga tayyorlanishda o'sha joyning butun tarixi va hozirgi sharoitini avvaldan chuqur hamda izchil o'rganish lozim. Ma'lum adabiyotlar, ilmiy maqolalar orqali o'sha joydagi muzey, tarixiy yodgorliklar va muhim ahamiyatga ega bo'lgan ishlab chiqarish korxonalarini, madaniyat o'choqlari va diqqatga sazovor joylarini bilish lozim. Daryo va ko'llarning sohillarida qadimgi suv izlari, tog' jinslari, turli topilmalarni kuzatish mumkin.

Tog'li joylarda turli rangdagi va qatlamdagi toshlar, ohaklar (jinslar), qorning saqlanish sabablari, muzlarning joylanishi, qaysi hayvonlar yoki parrandalar mavjudligi, ularning sonini aniqlashlari lozim bo'ladi. Turistlar tog' va daryo, ko'l sohillaridagi g'orlar, toshdagi yozuvlar, turli qoldiqlar tarixini o'rganishni ham vazifa qilib oladi, mehnat maydonida zabardast kishilarning ish usuli, olinayotgan mo'l hosil sirlarini aniqlash o'quvchilarda mehnat qilish havasini o'yg'otadi.

Ijtimoiy foydali ishlar, ya'ni bahor paytlarida ko'chat o'tkazish, gullar ekish, ekinlarni begona o'tlardan tozalash, pilla qurtlari uchun barglar uzish, yozda pichan to'plash, ho'l mevalarni terish, sabzavotlarni yigishtirish hamda boshqa ko'pgina ishlarda faol qatnashish turistlarning muqaddas burchlaridan hisoblanadi. Sayohat davomida tabiatni muhofaza qilish, ayniqsa, daraxtlarni sindirishga yo'l quymaslik, yong'inga qarshi tadbirlar uyushtirish hamda ekinzorlarni mollardan saqlash sohasidagi ishlar ham turistlar uchun muhim burch hisoblanadi.

O'rta Osiyo respublikalarida aholining anchagina qismi tog' va tog' yonbag'irlarida yashaydi. Ular turli xo'jalik ishlari bilan band bo'ladilar. Bunday joylarda turistlar hukumatimizning chiqargan qarorlarini amalga oshirish yuzasidan tushuntirish ishlari olib borishlari, suhbat, konsertlar, jismoniy tarbiya va sport mavzularida ma'ruza va maqola uyushtirishlari, sport

chiqishlari tashkil qilishlari lozim. Jismoniy tarbiya, sport va turizmni xalqning kundalik turmushiga keng singdirish yo'llarini topish kerak.

Tevarak-atrofnı kuzatib borish, turli tarixiy manbalarnı o'rganish, xalq xo'jaligi qurılıshlarini ko'rish sayohatchilarning bilim doiralarini tobora kengaytiradi. Turistlar sayohat oldidan ilmiy tadqiqot institutlari, muzeylar, tashkilotlardan maxsus topshiriq olib, ularni puxta bajarishlari odat tusiga aylanib bormoqda. Ayniqsa, tabiatni muhofaza qilish, ko'chatlar o'tqazish, ko'kalamzorlashtirish, qishloq xo'jalik mehnatkashlariga yordam berish ishlari yaxshi samaralar bermoqda. O'zbekistonning Zarafshon va Farg'ona vodiylarida, Surxondaryo va Xorazm vohalaridagi juda ko'p maktablarda dam olish kuni uyushtiriladigan turistik poxodlar paxtakorlar, sabzavotkorlar, bogbonlarga yordam berishga qaratilgandır.

O'zbekiston maktablari va boshqa o'quv muassasalari talabalarining sayohatlari asosan bahorgi ta'tilda Samarqand, Buxoro, Xiva shaharlarining tarixiy yodgorliklari bilan tanishish, Toshkent, Navoiy, Qarshi, Yangi-Yul, Guliston shaharlarini sayr qilishga mo'ljallanib, ular poezdlar, avtobuslar va samolyotlarda uyushtiriladi. Bunday joylarga turli sayohatlar uyushtirish o'lkashunoslik ishlarini jonlantirish hamda ijtimoiy foydali ishlarni keng avj oldirish imkonini beradi.

1.5. Mamlakatimizda o'lkashunoslik, tabiatni muxofaza qilish ishlarini turizm malakalarini egallash orqali amalga oshirish

Tabiat-xalq boyligidir, deb bejiz aytilmagan. Tabiat insonlarga xom ashyo, yoqilg'i, suv, havo, non inom etadi. Qanchadan - qancha tabiiy boyliklar er qat'ida yotibdi. Ularni avaylab asrash va ulardan unumli foydalanish har bir inosonning muqaddas burchidir.

Turistlar sayohat paytlarida asosan o'rmon, ko'l, tog', daryo sohillari, ya'ni tabiatan go'zal joylarda bo'lishadi. SHu sababli bunday joylarda ozodalik, umumiy tartibga qat'iy rioya qilinishi kerak. Turistlar, ayniqsa o'quvchi va o'smir yoshlar turistik sayohatlar jarayonida ona-Vatan boyligi, bo'lgan tabiatni asrashda, uni yanada go'zallashtirish, boyitish ishlarida tabiatni muxofaza qiluvchi tashkilotlarga yoqindan yordam berishlari kerak.

Ijtimoiy foydali ishlar, ya'ni bahor paytlarida ko'chat o'tkazish, gullar ekish, ekinlarni begona o'tlardan tozalash, pilla qurtlari uchun barglar uzish, yozda pichan to'plash, ko'l mevalarni terish, sabzavotlarni yig'ishtirish, hamda boshqa ko'pgina ishlarda faol qatnashish turistlarning muqaddas burchlaridan hisoblanadi.

Sayohat davomida tabiatni muxofaza qilish, ayniqsa, daraxtlarni sindirishga yo'l qo'ymaslik, yong'inga qarshi tadbirlar uyushtirish hamda ekinzonlarni mollardan saqlash sohasidagi ishlar ham turistlar uchun muxim burch hisoblanadi. YOsh turistlarda tabiatga muxabbat uyg'otish va ularni tabiatni muhofaza etishga jalb qilish uchun quyidagi tadbirlarni amalga oshirish lozim:

1. Maktab, akademik litsey, kollejlarda daraxtzor, o'rmon, bog'larni muhofaza qilish guruxlarini tashkil qilish va ularga aniq chegaralar berish.
2. Jamoa va shirkat ho'jaliklarida o'quvchi yoshlar ishtirokida tabiatni muhofaza qilish guruxlarini tuzish.
3. Tuman markazi va katta poselkalarda yoshlardan o'lkani o'rganish va uni muxofaza qilish to'garaklarini vujudga keltirish va ularga to'la sharoit yaratib berish.
4. SHaharlardagi oliy o'quv yurtlari, o'quv muassasalarida tabiatni muhofaza qilish jamiyatlarini tuzish, ularni seksiyalarga bo'lib bu seksiyalarga yosh turistlarni ko'proq jalb qilish.
5. Yirik turistlar klubi, seksiyalari hamda turistlar bazalarida tabiatni muhofaza qilish maxsus

otryadlari (guruxlari) tashkil qilib, barcha tashkilotlardagi guruh va otryadlarga amaliy hamda metodik yordam berishni tashkil qilish.

6. YOzgi dam olish lagerlari, sog'lomlashtirish sport lagerlari, dam olish uylari va zonalarida tabiatni qo'riqlash, uni obodonlashtirish sohasida otryadlar tashkil qilish.

7. Pedagogika universitetlari, jismoniy tarbiya institutlari, kollej jismoniy tarbiya bo'limlarida hamda bolalar va o'smirlar muassasalarida tabiatni muhofaza qilishda maxsus guruxlarini tuzib, ularning seminar va anjumanlarini o'tkazish.

8. Turistik sayohatlar jarayonida guruxlarda tabiat muhofazasi to'g'risida suhbat tashkil qilish, kechalari navbatchilikni uyushtirishga odatlanish.

9. O'quv muassasalarida tabiatni muhofaza qilish to'g'risida mashg'ulotlar o'tkazishga erishish.

Ana shunday tadbirlar muntazam ravishda amalga oshirib borilsa, o'rmon, daraxtzorlar, hayvonot dunyosini zararlanishdan asrash, ularni yanada ko'paytrish mumkin bo'ladi. Turizmni har qanday shaklini va dam olish yozgi sog'lomlashtirish lagerlarini tashkil qilish uchun mamlakatimizning eng xushmanzara joylarida turistik ishlar olib boriladi va lagerlar ochiladi. Bunda o'lkashunoslik ishlarini olib borish uchun baza xizmatini o'taydi. Yildan yilga kengayib borayotgan lagerlar tarmoqlari o'quv muassasasi o'kuvchi - yoshlarning katta qismi uchun shu joylarda ham olish imkonini beradi.

Turistik poxodlar o'quvchilar uchun dam olishning eng sevimli turigina bo'lib qolmay, shu bilan birga yoshlarni demokratik ruhda tarbiyalashning umumiy tizimida alohida o'rin tutadi. Bunday turistlarni Vatanimizda yashovchi halqlarning hayoti va madaniyati, mamlakatimizning tabiiy boyliklari, tarixiy yodgorliklari bilan tanishtiradi. Sayohatlar yoshlarda mexnat faoliyati va mamlakat mudofaasi uchun ayniqsa kerakli fazilatlarni: jamoatchilik, o'zaro yordamlashish, intizomlilik, iroda, sabot-matonat, mardlik, chidamlilik, ijtimoiy mulkni ehtiyot qilish kabi xislatlarni shakllantiradi va rivojlantiradi.

O'kuvchilar poxodlarda qatnashib, turli sharoitlarda tunash joyini tashkil qilishni, ovqat tayyorlashni, joyni aniqlay olishni, xilma-xil tabiiy to'siqlardan o'tishni, gerbariy to'plash va kolleksiya yig'ishni, tarixiy materiallar to'plash va umumlashtirishni o'rganadilar, o'quv muassasasida olgan bilimlarini kengaytiradilar.

O'lkashunoslik yosh turistlar ishini o'tkazishning taxminiy rejasi

Kichik sinfdagi o'quvchilar uchun.

1. Xilma-xil tabiat xodisalarini kuzatish, jamoa va shirkat xo'jaligidagi kishilarning mexnat faoliyati bilan tanishish, tabiatshunoslik darslarida foydalanish uchun o'simliklar va ayda jonivorlarni to'plash maqsadida daryo (kanal), ko'l bo'ylariga, dalaga, tog' etaklariga ekskursiyaga borish.

Ekskursiya vaqtida o'lkashunoslik ishlari uchun quyidagi inventar': yozish va rasm solish uchun blokonotlar, gerbariy solinadigan papkalar va xashorotlar solinadigan idishlar, zoologik chelak, tasha, sanchqich kerak bo'ladi.

2. 6-8 kilometr masofaga tunalmaydigan bir kunlik poxod.

Poxod mavzulari: Dam olish lager atrofiga uya qo'ygan foydali parrandalarni o'rganish, «Jarliklar va ularni o'rganish» va hakoza.

Turizm malakalarini eggalash «Kompas yordamida joyni aniqlash», «Bir kunlik poxodga asbob - anjomlar tayyorlash», «Rukzakka buyum joylash», «Fulxan yoqish qoidalari», «Ovqat tayyorlash», «Har xil joylarda yurish», «Yo'l belgilarini bilish, kattalar yordamida».

II- bob

Tadqiqotning vazifalari uslublari va tashkil etilishi

2.1. Tadqiqotning vazifalari

- Jismoniy tarbiya tizimda turizmning o'rnini va ahamiyatini o'rganish
- Turizmning tarbiyaviy sog'lomlashtirish va ta'limiy ahamiyatini o'rganish.
- Turizm turlarining klassifikatsiyasi haqida ma'lumotga ega bo'lish.
- Kasb-xunar kollejlarda o'lkashunoslik va ijtimoiy foydali ishlarni o'rganish .
- Mamlakatimizda o'lkashunoslik, tabiatni muxofaza qilish ishlarini turizm malakalarini egallash.

2.2. Tadqiqotning uslublari

- adabiyotlar manbalariga ko'ra o'rganish va qiyosiy tahlil qilish
- pedagogik ko'zatuvi va tajribalar o'tkazish
- o'quvchilar qiziqishini ko'zatishtirish va tahlil qilish
- surov anketalar orqali o'rganish

2.3. Tadqiqotning tashkil qilinishi va o'tkazilishi

Tadqiqot uch bosqichda tashqil qilinadi.

Birinchi bosqichda adabiyotlar o'rganib chiqiladi va taxlil qilinadi.

Iqinchi bosqichda YAngibozor pedagogika va sport kollejida o'quvchi yoshlar bilan turistik sayyoxat tashkil qilish orqali o'quvchi yoshlar jismoniy tayyorgarligi o'rganiladi.

Uchunchi bosqichda turistik sayrlardagi o'yin mashqlari ko'proq qo'llanildi va o'quvchilar nazorat qilib borildi.

Tadqiqot YAngibozor pedagogika va sport kolejda darsdan tashqari turizm sayyoxat darslarida olib borildi xamda taxlil qilindi.

III-bob

Kasb xunar kollejlarda turizmni tashkil qilish va o'tkazish metodikasi

3.1. Kollej bosqichlarida turistik ishlarni tashkil qilish.

Turistik sayohatlar o'quvchilarning eng sevimli mashg'ulotlaridan hisoblanadi. Turistik sayohatlar tunganmas zavq manbaidir. Gulxan atrofida suhbat qurish, o'yin tashkil qilish, daryo sohillarida sayr etish, tunash, tog' ortlaridan quyoshning mo'ralab chiqishi va botishini kuzatish o'quvchilarga zavq-shavq bag'ishlaydi. SHuningdek, mehnat ilg'orlari, Ulug' Vatan urushi qatnashchilari, ko'pni ko'rgan keksalar bilan miriqib suhbatlashishning o'ziga xos zavqi bo'ladi. Tarixiy yodgorlik va muzeylarni tomosha qilish dunyoqarash va bilimlarni oshiradi.

Turistik sayohatlar o'quvchi uchun jismoniy chiniqish, estetik va siyosiy tarbiya maktabi hisoblanadi. Bu, demak, ona-Vatan bilan tanishish, kishilar bilan suhbatda bo'lish, qahramonlar bilan uchrashish muhim ahamiyat kasb etadi.

O'quvchilar bilan suhbat uyushtirish uchun avvalo bolalar turistik ekskursion stantsiyalar, turistik klublar yoki turistik bazalar bilan aloqada bo'lish kerak.

Turistik sayohatlarni tashkil qilish va uyushtirishda sinf rahbarlari katta yordamchi hisoblanadi. Buning uchun ularga turizmning tashkiliy formalari va vazifalarini qunt bilan o'rgatish lozim.

O'quvchilarni yig'ib, kichik gurux tashkil qilish, bunda asosan faollarga tayanish, dam olish kuni sayohatini tashkil qilish kerak. Buni ko'rgan 3-4 va 5-6 sinf o'quvchilari ham asta-sekin sayohatga qiziq boshlaydi. O'quvchilar soni - sayohatda ko'pchilikni tashkil qiladigan bo'lsa, unda o'quvchilarni zvenolarga bo'lish kerak bo'ladi. Bu metodlar o'quvchilarni ma'lum joylarga yig'ish, barcha ishlarni tartibli, rejali olib borishga imkon yaratadi.

Kichik yoshdagi o'quvchilar (10-11 yosh) 5-8 km masofadagi sayohatlarda qatnashadi. Gulxan yoqish, ovqat pishirish, joylarni chamalash, mo'ljallab topish, turistik estafetalarda qatnashish bir kunlik turistik sayohatlarda bajariladi.

O'rta yoshdagi o'quvchilar (11-12 yosh) bir kunlik va ikki kunlik sayohatlarda qatnashishi lozim. Bunga dam olishni tashkil qilish, tunash, azimut bo'ylab yurish. Joylarni, quyosh, yulduzlar va mahalliy buyumlar bo'yicha mo'ljallab topish, tomonlarni belgilash hamda ovqat pishirish kabi turistik malakalar hosil qilinadi. Bu yoshdagi o'quvchilar o'z sayohatlari davomida iste'mol qilish mumkin bo'lgan yovvoyi mevalar, o'simliklar va dorivor o'tlarni tanlashlari lozim. Sayohat jarayonida tog' va qo'riqxonalaridagi hayvonlarni, qushlarni, zaharli

ilonlar chaqqanda birinchi tibbiy yordami ko'rsatishni bilish ham talab qilinadi.

Katta yoshdagi o'quvchilar (13-15 yosh) turizm va o'lkashunoslik ishlarida faol qatnashib, ko'p kunlik turistik sayohatlarga chiqadilar. Bunda o'z o'lkasini o'rganish, maktab muzeyiga materiallar yig'ish jismoniy chiniqish, turistik malakalarni mustahkamlash asosiy maqsad qilib qo'yiladi.

Bu yoshdagi o'quvchilar turistik sayohatlarini tashkil qilishda, shuningdek, turistik slyotlar, turli musobaqalarda ham qatnashadilar.

O'quvchi - yoshlar jamoalarida turizmni tashkil qilish, turistik to'garaklar va sektsiya ishlari.

Ko'pgina o'quv muassasa jamoalarida barcha sport turlari kabi turizm bo'yicha ham to'garaklar, sektsiyalar tashkil qilingan. O'lkani o'rganish, turli kolleksiyalar to'plash bo'yicha maxsus xonalar tashkil qilingan.

Mamlakatimizda turistik harakatning boshlang'ich asosi ana shu to'garaklardir. O'quvchi-yoshlar bilan turizm bo'yicha to'garak tashqil qilish formasi boshqa sport turlari kabi avvalo, o'quvchilar bilan turizm to'g'risida suhbat o'tkazish, ular bilan kichik sayohat uyushtirish, turizm to'g'risida o'quvchilar yig'ilishi, devoriy gazetalarda targ'ibot ishlarini tashkil qilishdan boshlanadi. Natijada qisqa vaqt ichida poxodlarga qiziquvchilar soni ko'payadi.

SHu tariqa to'garakka asos solinadi. O'tkaziladigan sayohatlar rejasi tuziladi. Tematik rejalar geografiya, tarix, ona tili, adabiyot o'qituvchilar hamkorligida tuziladi. Bu ishlarga asosan jismoniy tarbiya o'qituvchilari rahbarlik qiladi. To'garak jurnali tashkil qilinib, undagi barcha talablar bajarib boriladi. Turistik to'garaklar o'z maktab atrofi, tuman miqyosida turli sayohatlar uyushtiradi. Tajriba va malaka orttirilgach, to'garaklar o'z sektsiyasini tashkil qilishi mumkin. Sektsiyaning ish formasi to'garaklardagidek bo'ladi. Lekin, bunda mashg'ulotlarning mazmuni, formasi, talablari - shug'ullanuvchilar uchun kengroq, to'laroqdir. Sektsiya dam olish kunlari, ta'til paytlarida bir kunlik va ko'p kunlik turistik poxodlar tashkil qiladi. Umumta'lim maktablardagi turistik to'garak va sektsiyalar ko'ngilli turizmning asosi hisoblanadi.

YOzgi sog'lomlashtirish lagerlari

YOzgi dam olish va lagerlaridagi mashg'ulotlarni turistik poxod va sayohatlarsiz tasavvur qilib bo'lmaydi. YOzgi dam olishning asosini sport mashg'ulotlari, turistik sayohatlar, slyotlar va boshqa tadbirlar tashkil qiladi.

SHu sababli sog'lomlashtirish lagerlarida bir kunlik va ko'p kunlik turistik sayohatlar qilish rejalashtiriladi. Sog'lomlashtirish lagerlaridagi sog'lig'ining zaifligi tufayli poxodlardan ozod qilingan o'quvchilar esa kichik sayohatlar bilan chegaralanadilar. Barcha dam oluvchilarga o'lkashunoslik, tog' va piyoda yurish turizmi, turizmning texnik turlari va qoidalari to'grisida tushuncha beriladi.

Turizm ishlarining dastur va rejalari.

Maktablarda, o'quv muassasalarida tashkil qilingan turizm seksiyalarining dastur va rejalari har bir jamoa imkoniyatiga qarab tuziladi. Turizm seksiyasi reja asosida o'tkazilgan mashg'ulotlar, mashqlar va turistik poxodlar turistlar va havaskor o'quvchi-turistlarning ishlariga ijobiy ta'sir etadi. Maktab o'quvchilarining O'zbekiston sharoitidagi turistik poxodlarni tashkil qilishning taxminiy dasturlari va rejalari quyidagicha tuzish mumkin:

Turistik tashkilotchilar va turistlarni tayyorlash o'quv rejai

	Nomi			xonada	ochiq xavo
1.	O'zbekiston ommaviy turizmi	2	2	-	-
2.	Jismoniy tarbiya jamoadagi turizm seksiyalarini tashkil qilish va uning mazmuni	9	4	2	3
3.	O'lkamizning turistik imkoniyatlari	4	4	-	-
4.	Turistlarning ijtimoiy foydali ishlari. Tabiatni muxofaza qilish.	1	1	-	-
5.	Dam olish kunlari turistik poxodlarni tashkil qilish	18	3	2	13
6.	Turistlar topografiyasi	9	2	2	5
7.	Turistlar gigienasi. Poxodlarda nazorat, o'z-o'zini nazorat qilish va birinchi meditsina yordami (shifokorlarga)	6	2	2	2
8.	Turistlarni jismoniy tayyorlash	1			1
	Jami:	50	18	8	24

3.2. Jismoniy tarbiya jamoalaridagi turizm seksiya ishlarining dasturi.

1. O'zbekiston ommaviy turizmi, O'zbekiston demokratik tarbiyaning muhim vositalaridan biri. O'zbekiston jismoniy tarbiya tizimida turizmning o'rni. O'zbekiston Respublikasida turizmni tashkil qilish. Kasaba uyushmasini turizmni rivojlantirish-dagi roli. Mamlakatda turizmni rivojlantirish sohasidagi qarorlari. O'zbekiston territoriyasida havaskorlik turistik

sayohatlarini tashkil qilish qoidalari. Yo'llanma bo'yicha sayohatlar. Turizmning turlari va uning xususiyatlari. Turizmning klassifikatsion me'yorlari.

2. Turizm seksiyalarini tashkil qilish va uning mazmuni. Havaskorlik jismoniy tarbiya jamolarida Kengash ommaviy turizmning asosidir. Ommaviy turizmni rivojlantirishida turizm seksiyalarining roli. Seksiyaning vazifalari, uni tashkil qilish va mazmuni. Seksiyani tashkil qilishda jamoat tashkilotlarining roli. Tashkiliy yig'ilishlar. Komissiyalar, seksiyalar, ularning funksiyalari. Seksiya ishlarining mazmuni: dam olish kuni turistik poxodlari, sayohatlari, ekskursiyalarini tashkil qilish, ko'p kunlik sayohatlar, slyotlar, turistik musobaqalar uyushtirish, seksiya a'zolarining malakasini oshirish, turizmni targ'ib qilish, faollarni tayyorlash, mahalliy jamoat tashkilotlarininng tadbirlarida qatnashish. Seksiyaning tarbiyaviy ishlari, uning forma va mazmunlari. Turizmning tarbiyaviy ta'siri haqida tushuncha. Faollarning roli va ularning tarbiyadagi namunalari.

Seksiyaning ish rejalari (yillik, kvartal-chorak.

Oylik), ularning taxminiy forma mazmuni. Moliyaviy ta'minot va uning asoslari. Pullarni sarflash smetasi (rejasi), mablag'lardan unumli foydalanish. Seksiyaning moddiy bazasini tayyorlash. Turistik sog'lomlashtirish lagerlarini tashkil qilish. Turistlar klubi, turistlar seksiyalari va boshqa jamoalar bilan aloqada bo'lish. O'talidagi ishlar. Ishlarni hisobga olib borish. Sletlarni tashkil qilish va seksiya ishlarining rejasini tuzish.

3. O'lkaning turistik imkoniyatlari. O'lkaning tabiiy - geografik hamda iqtisodiy xarakteris-tikasi: obhavo, rel'efi, o'simlik va hayvonat dunyosi, foydali qazilmalari, ishlab chiqarish korxonalari, qishloq xo'jaligi va transport aloqalarining rivojlanishi.

Ekskursiya ob'ektlari: tarixiy, arxitektura va boshqa yodgorlik joylar, muzeylar, ilg'or tashkilotlar. Dam olish kuni poxodining marshruti haqida tavsiyalar. Turizm bo'yicha yo'l boshlovchi. Boshqa adabiyotlar. O'lka haqida asosiy adabiyotlar.

4. Turistlarning ijtimoiy-foydali ishlari. Tabiatni muhofaza qilish. O'lkashunoslik sohasidagi vazifalarni bajarish, aholi o'rtasida otaliqdagi ishlarni bajarish, targ'ibot va boshqalarni ijro etish. Tabiatni muhofaza qilish to'g'risida qonun. Xashoratkunandalar bilan kurashish.

5. Dam olish kuni turistik poxodlarni tashkil qilish va uni o'tkazish. Poxod oldidan ko'rgazmalar olish, konsul'tatsiya qilish. Guruxni tuzish va ularning aniq vazifalarini belgilash. Marshrutni ishlab chiqish, uning yo'nalishi, sxemasini chizish va grafisini tuzish, moliyaviy xarajatlar smetasi. Gurux va shaxsiy jihozlar. Oziq-ovqatlar. Poxod qatnashchilariga yuklarni taqsimlash. Rukzakni taxlash. Yo'l hujjatlarini rasmiylashtirish. Poxod qatnashchilarining yig'ilish joyini belgilash. Marshrutdagi yurish tartiblari, boshlovchi va saf ohirida yuruvchining vazifalari. Kunlik rejim. Dam olishlarni tashkil qilish; joy tanlash; lagerni tashkil qilish rejasi; palatkalarni o'rnatish; ishlarni taqsimlash.

Gulxan yoqish va uning ishlatilishi, gulxanda ovqat pishirish. Kiyimlarni quritish. Dam olishni tugallash va atroflarni to'la yig'ishtirish. Tozalash. Tabiiy to'siqlardan o'tish tartiblari. Dam olish kuni poxodlarida xavfsizlikni ta'minlash. Oddiy tugunlar va ularni ishlatish tartibi. Dam olish kuni poxodi rahbarning vazifalari.

6. Turistlar topografiyasi. Turistlar uchun topografiyaning ahamiyati. Dam olish kuni poxodlarida ishlatiladigan kartalar. Joylarning rejasi, sxemasi. Masshtablar (sanoq va chiziq). Asosiy shartli belgilar. Kartalarni o'qish va sxemalarni tuzish. Kompas. Maxaliy magnit og'ishlari. Joylarni karta, kompas va mahalliy predmetlar orqali chamalash. Mahalliy sharoitlardagi predmetlarga qarab ufqni belgilash, soatlar, tungi yorug'lar, osmon yoritgichlari bilan ufqni belgilash. Azimut bo'ylab yurish.

7. Turistlar gigienasi. Poxodlarda nazorat. O'z-o'zini nazorat qilish va birinchi tibbiy yordami. Turistlarning shaxsiy gigienasi. Muntazam meditsina ko'rigining ahamiyati. Poxodda o'z-o'zini nazorat qilish, qishki sharoitlarda nazorat qilishning xususiyatlari. Terlash, qo'yosh va issiqlikdan saqlanish hamda sovuq urishning oldini olish. Poxodlarda birinchi tibbiy yordami ko'rsatish: kuygan, teri ustlari zararlangan, qon ketish, bo'g'inlarning zararlanishi, chiqishi, sinishi, qo'yosh nuri va sovuq urishi, zaharlangan paytlar. Bog'lashlar. Sun'iy nafas oldirish. Kasallanganlarni jo'natish. Dam olish kuni poxodlari dorilar qutichasining tarkibi.

8. Turistlarni jismoniy tayyorlash. Jismoniy tayyorgarlikning ahamiyati va uni muqammallashtirish yo'llari. Ertalabki gimnastika, dam olish kuni poxodlarida jismoniy tayyorgarlik, organizmni chiniqtirish. Tavsiya qilinadigan jismoniy mashqlar. Sport turlari bo'yicha mashg'ulot o'tkazish. Turistik seksiyalarda o'tkaziladigan mashg'ulotlarda jamoatchi turistik tashkilotchilar tayyorlashda yuqoridagi ko'rsatilgan dastur materiallaridan foydalanish kifoya qiladi. Turizm seksiyalarini tashkil qilish va undagi tashkiliy ishlar formasini quyidagicha tuzish mumkin.

Jismoniy tarbiya jamoalaridagi turizm seksiyalarining ish rejasi.

№	Qilinadigan ishlar nomi	Bajarilish muddati	Bajaruvchi shaxs
	1. Tashkiliy ishlar		
1.	Turizm bo'yicha seksiya tuzish	10 IX - gacha	J/tarbiya o'qituvchisi
2.	Turistik jihozlarni olish va ta'mirlash	15 IX - gacha	- // -
3.	Turistlarning umumiy yig'ilishini o'tkazish va faollarini saylash	17 IX	J/tabriya jamoasi JT kengashi

4.	Turistlar xonasini (muzeyini) tashkil qilish	yil davomida	Sektsiya a'zolari
5.	Turistik poxodlar rejasi va marshrutlar-ini tuzish	20 IX - gacha	-//-
6.	Sektsiya ishlarini hisobga olib boradigan jurnal va boshqa zarur hujjatlarni tuzish	tizimi ravishda	-//-
7.	Turistlarning yig'ilishini o'tkazish	har oyda bir marta	-//-
2.Ommaviy sog'lomlashtirish ishlari			
1.	Dam olish kunlari, ta'til paytlarida bir kunlik va ko'p kunlik turistik poxodlar uyushtirish	har oyda bir marta	-//-
2.	Tuman (shahar), viloyatda turistik musobaqalar va slyotlarda qatnashish	kalendar' reja bo'yicha	Sektsiya a'zolari
3.	Turistlarni jamoat turistik tashkilotchilar tayyorlash seminarlariga jalb qilish	-//-	-//-
4.	Nishondorlarni tayyorlash	tizimli ravishda	-//-
5.	Turizm bo'yicha yoshlarning III, II, I va kattalar-ning III, II razryad normalariga turistlar tayyorlash	-//-	-//-
6.	Turizmni targ'ibot qilish	-//-	-//-
7.	Turizm bo'yicha kichik instruktorlar tayyorlash	-//-	-//-
8.	Turizm bo'yicha kechalar tashkil qilish		-//-
9.	Qilingan ishlar yuzasidan hisobot tuzish	Iyul	-//-

3.3. Turizm bo'yicha razryadlar va kategoriyalar kiyinchiligi

Sport klassifikatsiyasida turizm mustakil sport turi xisoblanadi va boshqa sport turlaridagi razryadlar bunda ham mavjud. Bular quyidagilardan iborat:

Razryad nomlarini kayta bajarish muddati ikki yilga belgilanadi va bunda bir kategoriya yuqori normativni bajarish talab etiladi. Turistik sayohatlar va ekskursiyalarni tashkil qilish qoidalaridagi talablarni bajargan turistlarga razryad beriladi. Sayohatlar marshrut kvalifikatsiya komissiyasi tomonidan tasdiqlangan holda uyushtirilgan va belgilangan talablar to'la bajarilgandagina xakikiy xisoblanadi Buning uchun:

- 1 kategoriya kiyinchilikdagi sayohatlar hakida yozma xisobot;
- 2 va 3 kategoriya kiyinchiliklardagi sayohatlar hakida yozma xisobot;
- 4 va 5 kategoriya kiyinchilikdagi poxod uchun rahbar to'la yozma xisobot topshiriladi.

Tegishli marshrut kvalifikatsiya komissiyasi tomonidan tasdiqlangach, yuqori organlarga tavsiya etiladi hamda turizm va ekuskursiyalar Markaziy jamoa tomonidan tasdiqlanadi.

4 - 5 kategoriyali poxodlarning bir yilda ikki marta o'tkazilishi maqsadga muvofiqdir.

Turizm bo'yicha sport ustasi va sport ustasiga nomzod unvonini olish uchun instruktorlik normasini ham bajarish lozim. SHuni aytish kerakki 1 va 2 darajali qiyinchilikdagi turistik

poxodlardan yuqorisi quyi jamoalar uchun bir muncha qiyinchiliklar tug'dirishi muqarrar. CHunki maxsus jismoniy va texnik tayyorgarlik, tegishli jihozlar bilan ta'minlash har bir jamoaga ham to'g'ri kelavermaydi. YUqori darajali qiyinchilikdagi poxodlarni tashkil qilish va o'tkazishda asosan respublika miqyosidagi terma komandalari, markaziy sektsiya a'zolarigina katnashishi imkonini beradi. SHu sababdan biz o'quv muassasalari, mexnat jamoalarida ommaviy turizm ishlarini uyushtirishga doir bo'lgan soatlargagina to'xtalamiz.

Jamoalarda turistik sayohatlarni mazmunli va ko'ngildagidek o'tkazish uchun quyidagilarga amal qilish lozim;

1. Turizm bo'yicha sektsiya tuzish va mashg'ulotlarni reja asosida tashkil qilish.
2. Topografik elementlarni to'la o'rganish: kundalik rejim qoidalarini turistlarga singdirish.
3. Turistik jihozlar bilan mashq qilish va jismonan chiniqish.
4. Marshrutni aniq belgilash va uni chuqur o'rganish, yo'l rejasini tuzish, bu ishga ma'suldor kishilarning vazifalarini aniqlash
5. Tegishli yo'l harajatlari, turistik jihozlarni avvaldan tayyorlash.
6. Poxod va ekskursiyalar davomidagi asosiy talablar bilan turistlarni to'la tanishtirish va unga qat'iy amal qilishni o'rgatish
7. O'zaro xurmat, maxaliy kishilar mexnatini ulug'lash, etika talablariga to'la amal qilish.
8. Belgilangan joylarda mexnat qilish, tarixiy voqealar yoki dalillarni (faqat) aniqlashda shoshma-shasharlikka yo'l qo'ymaslik.
9. Sayohat davomida barcha qatnashchilar ruxini ko'tarish, faollik ko'rsatganlarini o'z vaqtida rag'batlantirish, xisobotlarni poxod va ekskursiya jarayonlarida tuzish, barcha ishlarni qayd etib borish
10. Sayohat uchun zarur bo'lgan vositalarni doimo birga olib yurish, ularni extiyot qilish.
11. Sayohat davomida muzika asboblari, radio, magniotofon, fotoapparat, durbin, to'p va boshqa narsalarning bo'lishiga erishishi zarur.

Turizm bo'yicha razryadlar va kategoriyalar qiyinchiligi

Unvonlar va razryadlar	Jinsi	Savohatlarning qiyinchilik kategoriyalari										
		I		II		III		IV		V		Barcha sayohatlar uchun
		Qatnashch	rahbarlik	Qatnashch	Rahbarlik	Qatnashch	Rahbarlik	Qatnashch	Rahbarlik	Qatnashch	Rahbarlik	
Sport ustasi	Erlar	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	
	Ayol-lar	1	1	1	1	1	1	1	2	1	-	10
Sport ustaiigiga nomzod	Erlar	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	9
	Ayol-lar	1	1	1	1	1	1	1	1	-	-	8
I	Erlar va ayol-lar	1	1	1	1	1	1	1	-	-	-	7

II		1	I	1	I	1	-	-	-	-	-	5
III		1	1	-	-	-	-	-	-	-	-	2
I yoshlar		1	-	1	-	-	-	-	-	-	-	2
II yoshiar		1	-	-	-	-	-	-	-	-	-	1
III yoshlar		-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-

Ko'rsatkichlar	Qiyinchilik kategoriyalari				
	I	II	III	IV	V
Sayohatlarning muddati (kun hisobida shundan kam bo'lmasligi lozim)	6	8	10	13	13
Sayohat masofasining oralig'i, km:					
Piyoda	150	180	210	230	250
CHang'i	150	180	210	260	310
Tog'	130	130	150	180	180
Suv (sol va eshkak eshib)	150	200	250	275	300
Velosiped	250	350	450	750	1100
Avtomobil	1500	3000	4000	5000	6500
Mototsikl	1000	2000	2500	3200	4000
Moped	500	1000	1500		

Eslatma: agar sayohatlar aralash bo'lganda masofa va qiyinchilik kategoriyalari turizm va ekskursiyalar markaziy sovetining tasdiqlagan ko'rsatmasi asosida alohida hisoblanadi va qiyinchilik kategoriyalariga qarab past yoki baland bitta norma qo'yiladi.

Instruktorlar seksiya ishlariga rahbarlik qilish, turistik poxodlarni uyushtirish, poxodlarning mazmunli o'tishini ta'minlash, musobaqa va slyotlarni tashkil qilish uchun universal bilim va tashkilotchilik mahoratiga ega bo'lmoqlari kerak.

Keyingi yillarda turistik ishlarni tashkil qilishda turli ixtisoslar paydo bo'lmoqda: turistik ishlar tashkilotchisi, turistik jamoa rahbari (seksiya, sayohat, dam olish kunidagi poxodlar), konsultantlar (marshrut kvalifikatsiya komissiyasi), turistik musobaqa hakamlari.

Turistik tashkilotchilar jismoniy madaniyat jamoalarida turizm bo'yicha seksiyalar tashkil etish, ularga rahbarlik qilish (komissiya, gruppalar), dam olish kunlari poxodlarini boshqarish va turizmni targ'ib qilishda faol ishtirok etadilar.

Jamoatchi konsultantlar turistlar, faollarga maslahatlar beradilar, sayohat joylarini tanlash marshrutlarni belgilashda ularga yordamlashadilar, xilma-xil ko'rsatmalar beradilar. Ular marshrut kvalifikatsiya komissiyasi tarkibida bo'ladilar.

3.4. Sayohatlarni tashkil qilishda va uni yakunlashda o'qituvchining roli.

Maktablarda, akademik litsey, kasb-xunar kollejlarda institut, universitetlarda turistik harakatlarni yaxshi yo'lga qo'yish, uni rivojlantirishda pedagogik jamoaning roli benixoya kattadir. O'quvchilar bilan bilim berish faoliyatidan tashqari, hozirgi kunda mashg'ulotdan taqshari faoliyati, kasb tanlash, sport va sayohatlar bilan shug'ullanishiga yaqindan yordam berishadi. O'quvchilarni turizm va o'lkashunoslik tugaraklariga jalb qilish, sayohatlar

uyushtirish va uni o'tkazishda geografiya, botanika, tarix hamda jismoniy tarbiya o'qituvchilari birinchi navbatda katta faollik ko'rsatadilar.

Sayohatlar davomida o'qituvchining ham o'quvchilarning ham kayfiyati doimo yaxshi bulavermaydi. Ba'zan turli baxslar tortishuvlar, ranjishlar, hatto arazlashlar yuzaga keladi. Bu holatning oldini olish uchun sayohat rahbari aybdorlarni topadi, ularni koyiydi, ko'pchilik oldida tanbex boradi. Natijada umum maqsad yo'lida turistlar jamoasi o'z axilligini to'la tiklaydi. Sayohat ko'ngilli o'tadi.

Sayohatda rahbarlik kilishda quyidagicha talab va vazifalar quyiladi hamda xukuklar beriladi:

1. Guruhni tashkil qilish va uning to'la javobgarligini olish.
2. Tog' turizmi sayohatiga rahbarlik qilish uchun (yuqori kategoriyali III - IV) sayohatlarda ishtirok etgan yoki rahbarlik qilgan yuqori malakali kishi bo'lish.
3. Sayohat rahbarlarining xukuklari:
 - a) sayohat tartibini buzganlarga chora ko'rish, guruhdan chetlatish;
 - b) zarur bo'lganda marshrut yo'llarini o'zgartirish;
 - v) sharoit talab qilinganda o'z guruhini tajribaliroq instruktor yoki mutaxassisga topshirish;

Rahbar quyidagilarni bajarishga majburdir:

- a) turistlarni munosib darajada sayohatga tayyorlash;
 - b) sayohat marshrutlari, ijtimoiy - foydali ishlar, qidiruv va o'lkani o'rganish rejalar bilan tanishtirish;
 - v) karta yoki sxema tuzish, yo'ldagi xavfsizlikni ta'minlash;
 - g) yo'ldagi tusiqlarni o'rganish, zarur bo'lsa, extiyotdan boshqa yo'llarni tanlash va belgilash;
 - d) gidrometeriologik o'zgarishlar bilan tanishtirish;
 - e) tegishli jihozlarni avvaldan tayyorlash, yo'l xarajatlari, oziq-ovqatni xisoblash, yig'ish;
 - j) marshrut daftarchasini tutish va marshrut kvalifikatsiyasi komissiyaga (MKK) topshirish;
 - z) yo'lda ob-havo, geologiya, o'rmon ho'jaligi va boshqa idoralardan ruhsatnoma, tegishli maslaxatlar olishi;
 - i) guruhning tartib va intizomini muntazam nazorat qilib borish;
 - y) yo'llarda tashkil qilingan xavfsizlikni saqlash va qutqarish nazorati idoralaridan ko'rikdan o'tkazish;
 - k) marshrut daftarchasini ma'lum joylarda belgilash;
 - l) sayohat davomida o'tilgan va qutqarish nazorati punktlariga habar berib borish;
 - m) shikastlanganlarni tezlikda tegishli joylarga etkazish) baxsiz xodisa yuz berganda tezlik bilan habar berish;
 - o) xavfga uchragan boshqa guruh yoki maxalliy aholiga yordam ko'rsatish;
- sayohat tamom bo'lgach, tegishli idora va tashkilotlarga habar berish;

5. MKK ruhsatisiz guruh kishilarini o'zgartirish yoki qo'shish qat'iy man qilinadi.

6. Sayohat rahbari o'tgan marshrut qilingan ishlar yuzasidan yozma xisobot tuzadi.

Ana shunday muxim burchlarni faqat eng tajribali turist va o'qituvchigina bajara oladi. SHuning uchun o'qituvchi sayohatni o'tkazishda asosiy kuch xisoblanadi.

Sayohat rahbari butun poxod uchun yozma xisobot tuzadi. Unda o'tilgan marshrutlar, qilingan asosiy ishlar ko'rsatiladi. Marshrut varaqasi hamda fotosuratlar xisobga ilova yoki devoriy gazeta qilinadi

Jaroxatlanganda birinchi tibbiy yordam ko'rsatish tadbirlari.

Avvalgi mavzularda qayd qilinganidek, sayohatlar jarayonida o'quvchilar kasallanishi, yiqilib shikastlanishi mumkin. Bunday hollarda turistlarga birinchi tibbiy yordami ko'rsatish tartib va koidalarini bilishlari, uni amalda qo'llashlar talab etiladi, bu erda birinchi tibbiy yordamiga taalluqli bo'lgan ayrim holatlargagina to'xtalamiz. Turistlarning extiyotsizligi natijasida gulxanda, ovqat pishirishda kuyishi mumkin. Bunday hodisalar bo'lmasligi uchun sayohatda saylangan navbatchilar (oshpazlar, choy qaynatuvchilar va haqazo) doimo to'la kiyingan, qo'llarida maxsus moslamalar bo'lishi shart. Umuman, kuyganda uni tez o'chirish chorasini ko'rish kerak. Buning uchun kiyimlarni tezda echish, suvga botirish tuproq yoki qum bilan ishqalash zarur. Biron joyingizni kuydirib olganda usha joyni 10-15 daqiqa sovuq suvga solib turish tavsiya etiladi. Undan keyin dokani namlab spirt yoki margantsovka surtib bog'lab qo'yish kerak. 1-2 chi darajali kuyishlarda terini sul'fidin emul'siyasi bilan moylash, kishloq yoki aholi turar joylariga kelganda shifokorga murojat qilish kerak.

Tunash paytlarida o'tkir uchli (bolta, pichoq, qoziq, tosh va boshqalar) narsalarga urilish va undan yaralanishlar yuz beradi. Bunday hollarda yaralangan joyni yuvish, yod surtish va uning ustiga streptotsid kukunini sepib yara ustini plastr' bilan yopishtirib kuyish mumkin.

Yaralanish natijasida qon tuxtovsiz ketgan taqdirda qon tomirini (arteriya) mahkam bosish kerak. Qon otilib chikishi susaymagan paytlarda yaraning yuqoriroq qismidan qattiq bog'lash zarur bo'ladi. YAralangan joy jgut bilan bog'langan holda 1-2 soat turishi mumkin. Qon tuxtamagan holda 3-4 daqiqa bushatib, keyin yana kattik bog'lash kerak. Oshkozon zaxarlanganda uni yuvish, ya'ni bir necha stakan iliq suvga soda solish, to qayt qilib tashlamaguncha davom ettirish, bu holni bir necha marta takrorlash kerak. So'ng parhezga qattiq rioya qilish zarur. Qo'p yo'l yurish, og'ir yuk va yiqilishlar natijasida organizm tilinishi, tirmalanishi va qavarishi mumkin. Bu hollar ko'proq oyoq, elka va bellarda bo'ladi. Bunday hollarda tez uning oldini olish va bolalar kremi surkash kifoya.

Yiqilishlar natijasida oyoq va qo'lning eti ezilishi, shillinishi mumkin. Bunday hollarda zararlangan joyga yod qo'yib surtish, sovuq suv yoki (muz) bilan kompress qilish kerak. Undan keyin qattiqrog bog'lab qo'yish tavsiya etiladi. Bo'g'inlarning cho'zilishi va ezilishi qattiq og'riq

bilan seziladi. Keyin u joy shishishi, qimirlatgandan qattiq og'rihi mumkin. Bunday hollarda sovuq suvga botirilgan bint (material bilan bosib turish, keyinroq elastik bint yoki uning o'rnini bosadigan biror narsa bilan bog'lab qo'yish kerak.

Tirsak, elka tizza va oyoq bo'g'inlaridan suyaklarning chiqishi, qattiq og'riq turib, harakat qilish mumkin bo'lmay qoladi. Bunday paytlarda bo'g'inlarini o'z joyiga solish uchun qo'l oyoqni ushlab tortish, sekinlik bilan joylashtirish talab qilinadi. Bo'ginlar joyiga tushgach, shina bilan bog'lab qo'yish kerak. Qo'l, oyoq suyaklari singanda ham xuddi chiqkandagidek qilib shinalar bilan qushib bog'lash, og'riqni qoldiradigan dori berish va tezda shifokorga yuborish shart.

Ayrim hollarda bo'g'inlarning chiqishi, suyaqlarning sinishi yoki qattiq urilish natijasida turistlar xushdan ketishi, esankirashi mumkin. Bunday hollarda bemor yotqazilishi, bosh oyoqqa nisbatan pastroq qo'yilishi lozim. Kiyim tugmalari echilishi kerak. Bemor hushiga kelgach, achchiroq choy, kofe va yurakka malham bo'ladigan dori berish lozim

Qishqi poxod yoki yozgi poxodlarning muzlik zonalarida qo'l, oyoq, quloq yoki yuzni sovuq urishi mumkin. Bunday hollarda ishqalash, tez harakat qildirish, turli gimnastika mashqlarni bajartirish, yurish holatini yo'qotganda esa o'qalash (massaj qilish) biron material (odeyal, ko'rpa va hokazo) bilan o'rab dumalatish, bu ham foyda bermaganda spirt bilan artish kerak bo'ladi. Issiq choy ichirish, bir necha bo'lak glukoza tablekatsini S vitamin bilan qo'shib ichirish ancha foyda beradi. Sovuq urgan joyda pufakchalar paydo bo'lsa, penitsilin mazi yoki sintomitsin emul'siyasi, surkab, bog'lanadi. Bemorga tetraksiklin ichirish, agar ahvoli og'irlashsa, analgin, amidopirin, kofein ichirish va bemorni tibbiy punktiga etkazish lozim.

Quyosh nuri urmasligi uchun avvalo tegishli kiyimlarni, ko'zoynakni olib yurish va o'z vaqtida ishlatish kifoya. Qorin och bo'lganda, shuningdek, issiq ob-havoga o'rganmagan turistlar yarim yalong'och yoki yalong'och bo'lib yurish, issiqda toblanib yotish mumkin emas. Quyosh vannasini faqat asta-sekinlik bilan qabul qilish kerak.

Qorning yarqirashi, aks nurdan qo'z tez zararlanadi. SHuning uchun qorli zonalarda doimo bir nuqtaga qarash qo'z oynaksiz yurish man etiladi. Bunday hollarda zararlangan ko'z borniy kislota aralashmasining kam miqdorli, sodalar, margantsovka, kaliyning oqkizg'ish holatiga kelgan suyuqligi hamda choy bilan yuviladi, turist bir necha kun yurishdan ozod qilinadi.

YOvvoyi mevalarni yuvmasdan eyish, har bir gul va daraxtlarni ushlab, hidlash yaramaydi. Qo'ziqorin, zamburug' va boshqa eyiladigan narsalar solingan idishlarni ham yuvish kerak.

Tog' va cho'l zonalarida quturgan yovvoyi cho'chqa yoki bo'rilar duch kelishi mumkin. Ular odamga xujum qiladigan bo'lsa, qulog'ini qisib irillab orqaga tisariladi.

Bunday hollarda turistlar juft holda bo'lishi, qo'llarida tayoq va qurollarini tayyorlab turishi kerak.

Tog'liq va cho'llar zonasida zaharli ilonlar, xavfi bo'ladi. Ilonni ko'rganda unga tegmaslik, o'ldirmaslik kerak. Buning sababi shundan iboratki, avvalo zaharli ilonlar meditsina uchun kerakdir. Keyingi paytlarda zaxarli ilonlarni ko'paytirish tadbirlari ko'rilmogda.

Turistlar ehtiyotsizlik natijasida o'tlar, shohlar, butalar orasida yotgan ilonni ko'rmasligi va uni bosib o'tib ketishlari mumkin. SHu sababli qahr - g'azabi to'lgan ilonlar albatta chaqishga intildi. O'ch oladi. Dam olish yoki o'tirish joyida to'satdan ilonga ko'z tushsa, u qochmasa, bunday hollarda cho'p yoki tayoq yordami bilan uni olib uzoqroqqa eltib tashlash kerak. Agar ilon chaqkanligi tezda sezilsa, birinchi navbatda o'sha joyni so'rib tashlash kerak. Qon aralash zaharni og'izdan tezda tuflab tashlash lozim. Agar og'izda yara izi bo'lsa, boshqa kishi so'rishi kerak. CHaqkan joyning yuqoriroq joyidan mahkam qisib, shina qo'yib bog'lash kerak va zudlik bilan shifokorga murojat qilish lozim. Birinchi yordam ko'rsatilishida bemorga suyuq va issiqroq ichimlik, ovqat egizish tavsiya etiladi. CHunki zahar suyuliklarga aralashib, o'z kuchini kamaytiradi. Siydik va oshqozon yo'llari orqali zahar chiqib ketishi mumkin. Tajribaga ko'ra, ilon chaqqan joyni ortiqcha qisib bog'lash (ayniqsa jgut bilan) mumkin emas. CHunki zahar qon tomirlari bilan emas, balki limfa suyuqliklari orqali tarqaladi. SHuningdek, chaqqan joyni kuydirish yoki kesib tashlash ham kutgandagidek natija bermaydi. CHunki kuydirilgan ilon chaqqan joy yaralanishi, yiringlab ketishi natijasida tezda og'ir ahvolga tushib qolishi mumkin. CHaqkan joyni kesib tashlash esa juda xavfli. Qonni to'xtata olmaslik natijasida bemor og'ir sharoitga tushib qolishi mumkin. Zahar qonni suyultirishini yodda saqlash kerak.

3.5. Tadqiqat natijalari va tavsiyalar

O'zRVMning jismoniy tarbiya, sport va turizmni rivojlantirishga qaratilgan maxsus qarorlarida (1999 y) o'quvchi-yoshlarning sayohatlarini ommaviy ravishda tashkil qilish masalalari muhim o'rin egallaydi. O'lkashunoslik, turistik ishlarni yaxshilash, bu bilan o'quvchilarning yaxshi hordiq chiqarish, sog'lig'ini mustahkamlash, fan olamini chuqur o'rganish, bilim, saviya va o'zlashtirishni shu yo'l bilan mustahkamlash yo'llarini ko'rsatib bermoqda.

SHularni nazarda tutib, har bir o'quv yurtida o'lkashunoslik va turistik sektsiyalarni jonlashtirish, ish faoliyatini kuchaytirish, tegishli jihoz va imkoniyatlar bilan ta'minlash, maxsus muzeylar (burchak) tashkil qilish davri keldi.

YAna shuni e'tiborga olish kerakki, o'lkashunoslik va turistik muzeylar birinchi navbatda geografiya, tarix, biologiya, jismoniy tarbiya o'qituv-chilari hamkorligida tuzilishi lozim. Muzeyda faqat o'lkashunoslikka oid materiallarga emas, balki quyidagi turistik materiallar ham mavjud bo'lishi lozim:

- a) asosiy turistik jihozlarning (chodir, rukzak, arqonlar, idish-to-voqlar, turistik kiyimlar, binokl) namunalari;
- b) turizmga doir adabiyotlar, plakatlar, targ'ibot vositalari;
- v) ko'p kunlik sayohatlarda ishlatiladigan turistik jihozlar hamda oziq-ovqatlarning turlari, me'yorlari, «dorilar» qutichasidagi dorivorlar, turistik normalar ro'yxati;
- g) jarohatlanganda birinchi yordam ko'rsatish tadbirlari, shakllari va ularning vositalari;
- e) arqon bilan ishlash, uning tugunlari;
- yo) turistlar hayoti, musobaqalari, turistik texnikalar aks ettirilgan fotomontaj, plakatlar va fotoalbomlar;
- j) sayohatlar, mashg'ulotlar davomida yozib olingan magnit lentalar, sayohat xotiralari yozilgan daftarlar, gazeta, jurnal materiallari;
- z) sayohatni aks ettiruvchi hujjatli filmlar, video tasvirlar;
- i) faol turistlar, fahriy turistlar, jamoatchi instruktorlar va tu-man, shahar hamda viloyat chempionlarining fotosuratlar, ularning erish-gan yutuqlari, biografiyalari.

O'quv muassasasida turistik muzeyning mazmunini ilg'or tajribalar asosida boyitish, kengaytirish lozim.

Xulosa

Xulosa tariqasida aytish lozimki, turistik texnika bo'yicha musobaqa-lar va boshqa tadbirlarni tarixiy shaharlarga o'tkazilgan sayr (ekskursiya) jarayonlarida ham o'tkazish maqsadga muvofiqdir, ya'ni shahar atrofidagi mavjud bo'lgan turistik bazalar yoki oromgohlarda (lager) 1-2 kun dam olish, atrof-muhit bilan tanishish, jismoniy chiniqish tadbirlarini ham rejalashtirish lozim. Sayohatchilarning istak-xohishlariga nisbatan (yoshlar) jamoalarni tuzish, oddiy estafetalar o'tkazish, balandliklarga tez chiqib-tushish, chodir o'rnatish, ovqat pishirish kabi turlarni ko'proq o'tkazish lozim.

O'quv muassasasida turistik muzeyning mazmunini ilg'or tajribalar asosida boyitish, kengaytirish lozim.

Xullas, mamlakatimizda turizm kishilarining ijtimoiy va ishlab chiqarish faoliyatidagi eng muhim jarayonlaridan biriga aylanib bormoqda. Eng kichik yoshdagi bolalar, barcha tipdagi o'quv yurtlarining talabalari, ish-chi, xizmatchi, injener, ziyoli va barcha jabhadagi kishilar ham bunday tad-birga bajonidil qo'shilmogdalar.

Turizm tadbirlarini amalga oshirish, unga ommani jalb etishda kasa-ba uyushmasi, kamolot, sport tashkilotlari, o'quv yurtlari, ishlab chiqarish mehnat jamoalarining rahbarlari, turar-joylardagi jamoatchi faollarni, ota-onalar, turistlar propaganda va tushuntirish ishlarini o'tkazishlari, turistik poxodlar, slyotlar uyushtirishlari zarur bo'ladi. Bu faoliyatlarni tashkil qilish va o'tkazish shakllarini talabalar nazariy va amaliy turistik mashg'ulotlar hamda poxodlar jarayonida to'la o'zlashtirib olishlari, mustahkam malaka va bilimga ega bo'lib olishlari kerak.

Foydalangan adabiyotlar

1. O'zRning Konstitutsiyasi, T., 1992 y
2. O'zRning "Jismoniy tarbiya va sport to'g'risida"gi qonuni, T. 2000
3. O'zRning "Turizm to'g'risida"gi qonuni, T., 1999 y
4. O'zRVMning "O'zbekistonda jismoniy tarbiya va sportni yanada ri-vojlantirish chora-tadbirlari to'g'risida"gi qarori, 1999 y
5. O'zRVMning turizmni rivojlantirish va shu sohada kadrlar tayyor-lash bilan bog'liq qarorlari, 1999 y
6. Karimov I.A., O'zbekiston-kelajagi buyuk davlat, T., 1992 y
7. Karimov I.A., Bizdan ozod va obod vatan qolsin, T.1994 y
8. Karimov I.A., O'zbekiston XXI asrga intilmoqda, T., 1999 y
9. Karimov I.A., Inson baxt uchun tug'iladi, T., 2002 y
10. Abdumalikov R., Sayohat sahifalari, ommabop kitob, T., "YOsh gvar-diya" 1971 y
11. Abdumalikov R., Turizm, o'quv qo'l., T., "O'qituvchi", 1978 y
12. Abdumalikov R., Xoldarov T, Turizm, o'quv qo'l, T, "O'qituvchi" 1988
13. Abdumalikov R.,Xoldarov T, Daurenov E.YU.Turizm dasturi, T 1997
14. Margunov B.P., Turizm, uch.pos.,M., "Prosveshenie" , 1978. y
15. Turistskie poxodi vixodnogo dnya, M., "FiS", 1984 y
16. Podgotovka obshestvennix turisticheskix kadrov, M.,1982 y
17. Turizm v shkole, M., "FiS", 1983 y
18. SHalkov YU.A., Zdorove turista, M., "FiS", 1987 y
19. Xusanbaev B.M., Tulaganov L.A., Razina V,G., Dorogami Velikogo shelkovogo puti, T., 1995 y
20. Kolbintsev A.V., V gorax CHimgana, T., "O'zbekiston", 1984 y
21. Ratsek V., Puteshestvie po Ferganskoy doline, T., 1978 y
22. Jismoniy tarbiya va sport mavzusidagi Respublika va Xalqaro ilmiy anjumanlarning to'plamlari, 1991-2006 yy.
23. "Fan sportga" ilmiy-nazariy jurnal, №1, 1988 y