

SOG‘LOM AVLODNI TARBIYALASHNING STRUKTURAVIY ELEMENTLARI VA MEXANIZMLARI

Nilufar Niyozova,

Toshkent davlat tibbiyot universiteti dotsenti, f.f.n.

Toshkent, O‘zbekiston

DOI: <https://doi.org/10.5281/zenodo.18742177>

Annotatsiya. Ushbu maqolada globallashuv jarayonlarida sog‘lom avlod tarbiyasiga ehtiyojning ortishi, tarbiyaning ayrim asosiy strukturaviy elementlari va mexanizmlari mazmuni berilgan bo‘lib, unga xos ijtimoiy-tibbiy, pedagogik va psixologik jihatlarning namoyon bo‘lishi bayon etilgan.

Kalit so‘zlar: sog‘lom avlod, yoshlar, taraqqiyot, globallashuv, jahon, tarbiya, sog‘lom hayot, tahdid, element, mexanizm.

Abstract. This article examines the growing need to nurture a healthy generation in the context of globalization. It explores some of the key structural elements and mechanisms of this education, and describes the specific socio-medical, pedagogical, and psychological aspects.

Keywords: healthy generation, youth, development, globalization, peace, education, healthy lifestyle, threat, element, mechanism.

Аннотация. В статье рассматривается рост потребности в воспитании здорового поколения в процессе глобализации, раскрывается содержание некоторых основных структурных элементов и механизмов воспитания, а также описываются проявления специфических для него социально-медицинских, педагогических и психологических аспектов.

Ключевые слова: здоровое поколение, молодёжь, развитие, глобализация, мир, образование, здоровый образ жизни, угроза, элемент, механизм.

Kirish. Hozirgi globallashuv davrida jamiyat istiqboli sog‘lom avlod tarbiyasi bilan uzviy bog‘liqdir. Shuningdek, sog‘lom avlod tarbiyasi inson kapitalini rivojlantiruvchi muhim mezon hisoblanadi va davrtalab ilmiy tadqiqot mavzusidir. Zero, har qanday tarixiy davrda sog‘lom avlod tarbiyasi davlatlar siyosatining ustuvor yo‘nalishi bo‘lib, ularning insonparvarlik mohiyatini namoyon qilgan. Shu nuqtai nazardan sog‘lom avlod tarbiyasi, uning strukturaviy elementlari, ta‘minlash mexanizmlarini ko‘rsatish ilmiy muammosining dolzarbligi:

Birinchidan, mustaqillik yillarida sog‘lom avlod tarbiyasida muhim o‘zgarishlar amalga oshmoqda. Umuman bunga doimiy e‘tiborni yuksaltirish davlat siyosati darajasiga ko‘tarilganligi xususan, tarbiya fenomenini ijtimoiy-falsafiy, tibbiy, pedagogik nuqtai nazardan o‘rganishga bo‘lgan ehtiyoj oshib bormoqda.

Ikkinchidan, yoshlarga munosib hayot sharoitini yaratib berish ularning sog‘lom avlod tarzida namoyon bo‘lishi bilan bevosita bog‘liq bo‘lganligidan, uni rivojlantirishning dolzarb muammolarini o‘rganish, tahlil qilish va yechimini topish muhim amaliy ahamiyatga ega.

Uchinchidan, hozirgi davr kashfiyotlarning gumanistik mazmuni sog‘lom avlod tarbiyasini mustahkamlash, “Tarbiya va ta‘limni bir-biridan alohida ajratib bo‘lmaydi, bu ikki jarayon o‘zaro uyg‘un, uzluksiz asosda tashkil etilgandagina, odobli, yuksak

ma'naviyatli, shu bilan birga, bilimdon, zukko, ruhan va jismonan sog'lom, keng dunyoqarash, tafakkur va zamonaviy kasb-hunar egasi bo'lgan vatanparvar yoshlarni yetishtirib beradi"[1] va buni o'rganishni davr talab qilmoqda.

To'rtinchidan, sog'lom avlod tarbiyasining mexanizmini aniqlash, rivojlantirish usullarini, strukturaviy elementlarini yoritish yoshlar tafakkurida tarbiyani shakllantirish uzluksizligini ta'minlash masalalari bilan bog'liq bo'lib, uning: nazariy, metodologik, amaliy jihatlarini falsafiy umumlashtirishni taqozo qiladi.

Natijalar. So'nggi paytlarda ko'plab ilmiy ommabop risola va maqolalar, darslik va qo'llanmalarda sog'lom avlod tarbiyasiga doir bir birini mazmunan to'ldiruvchi, ba'zida inkor etuvchi turfa fikrlar bildirilmoqda. Ayrim holatlarda "sog'lom avlod" tushunchasi "barkamol avlod" mazmunida beriladi. Maqolamiz mazmuni sog'lom avlod bilan bog'liq bo'lganligi bois, ushbu tushunchaga xos ta'riflardan birini keltirishni lozim topdik: "Sog'lom avlod deganda, avvalo, sog'lom nasl, jismonan baquvvat, iymon-e'tiqodi butun, bilimli, ma'naviyati yuksak, mard va jasur, vatanparvar avlod tushuniladi"[2].

Chop etilayotgan (maqola, risola, darslik, qo'llanma va boshqa chop etilgan matbuot) nashrlarda "barkamol avlod" yoki "sog'lom" tushunchalari qanday qo'llanilishidan qat'iy nazar, ularning mazmunida tarbiyaga xos tibbiy, ma'naviy, madaniy, ijtimoiy-falsafiy jihatlar aks etgan. Shu bois, sog'lom avlod tarbiyasi oila, ta'lim muassasalari, qolaversa butun jamiyat shug'ullanadigan oddiy jarayon deb tushunilmay, balki o'zida murakkab strukturaviy element hamda mexanizmni namoyon etuvchi ijtimoiy voqelik ham hisoblanadi.

Maqolamiz kontekstida sog'lom avlodni tarbiyalashning strukturaviy elementlari va mexanizmlari sifatida **mehnat qilish** (mehnatsevarlik), **bilim olish** (yuksak ma'naviyat), **jismoniy sog'lomlikka** e'tibor qaratdik.

Kishilik jamiyatining dastlabki bosqichlari (ibtidoiy jamoa tuzumi davri)dayoq inson ongi va **mehnati** tufayli ijtimoiy mavjudotga aylandi. U tabiatga ta'sir qilib mehnat jarayonida uni ijobiy o'zlashtirdi, moddiy va ma'naviy boylik egasi bo'ldi. Shuningdek, mehnat insoniy axloq va aloqalarni qamrab oluvchi ijtimoiy voqelik sifatida odamning mavqeini ham belgilab bera boshladi. "Abu Nasr Forobiy "Fozil shahar aholisining fikrlari" asarida ...xulq-odob qoidalari to'la-to'kis shakllanishi uchun ular orasida mehnatga qiziqish, o'zaro yordam, hurmat-izzat kabi insoniy fazilatlar hukmron bo'lishi, bu fazilatlar esa mehnat jarayonida shakllanishini ko'rsatib berdi[3].

Bugun davr avlodini har jabhada mehnat qilayotganini ko'rish mumkin. Albatta, bunda O'zbekiston Respublikasi hukumati tomonidan yaratilayotgan shart-sharoitlar, imkoniyatlar muhim rol o'ynaydi. O'zbekiston yoshlari orasida namunali mehnat qilayotib yurt ravnaqiga ulkan hissa qo'shayotganlari talaygina. Ma'lumotlarga qaraganda, yaqin yillar ichida respublikada "3 ming 158 nafar yoshlarning ish bilan ta'minlanishi" amalga oshirilgan[4]. Joriy yilning avgust oyida Prezident Sh.M.Mirziyoyev raisligida o'tkazilgan kengaytirilgan yig'ilishda oliy ta'limni bitirgan "hozir band bo'lmagan 92

ming bitiruvchini ishga joylashtirish va qo‘shimcha ish o‘rinlarini yaratish yo‘nalishlarini ko‘rsatib o‘tdi”[5]. Bunday sa’y-harakatlar yoshlarni o‘z kasbi shug‘ullanish imkoniyatlarini kengaytirib, tom ma’noda yetuk shaxs, sog‘lom avlod sifatini namoyon etadi. Ammo, mehnat qilishni istamaydigan, oson yo‘l bilan daromad olishni ko‘zlaydigan, shu sababli jinoyat ko‘chasiga kirib qolgan yoshlar ham bor. Bunday yoshlar dunyo davlatlariga katta xavf tug‘diradi, rivojlanishga tahdid soladi. Umuman yoshlarni mehnatsevarlikka o‘rgatish azaldan xalqlarning umuminsoniy qadriyati bo‘lib kelgan.

Munozara. Mehnat orqali tarbiyalashning muhim jihati yoshlar faolligini oshirish, o‘zaro yordamlashish, eng asosiysi yaratuvchanlik va qobiliyatni shakllantiradi. Mehnat jarayoni yoshlarning ma‘lum xususiyatlarini, ya‘ni axloqiy ongi, burch hissini rivojlantirishni talab etadi. Bunday tarbiyalash davlat va jamiyat uchun benihoya muhimdir. Pirovard natijada jinoyat sodir etish, bo‘sh vaqtini keraksiz jihatlarga sarflash kamaya boshlaydi. Mehnatni rag‘batlantirish esa yoshlar salohiyatini yanada yuksaltiradi. O‘zbekistonda mehnatsevar, bilimdon va zukko yoshlar uchun “Mard o‘g‘lon”, “Zulfiya” nomidagi davlat mukofotlari va “Kelajak bunyodkori” medallari ta‘sis etilgan.

Bilim va ma‘naviyat uzviy bog‘liqlikka ega. Bobokalonimiz Abu Ali ibn Sinoning ta‘kidlashicha, “Bilim deb, narsalarni idrok qilishga aytiladi. Bu shundayki, inson aqli uni xato va yo‘ldan toymasdan turib unga erishishi kerak bo‘ladigan narsadir”[6]. Darhaqiqat, inson jamiyatda o‘z mavqei va qadriga ega bo‘lishi, kasb-korini, umuman hayot yo‘lini to‘g‘ri tanlashida zarur bilimlarga ega bo‘lmog‘i lozim. Chunki tafakkur, ma‘naviyat olami har bir jarayonga nisbatan to‘plangan ijobiy bilimlar bilan boyib boradi.

Sog‘lom avlodni tarbiyalashning strukturaviy elementlaridan biri bo‘lgan **bilim olish** yoshlar dunyoqarashi va ma‘naviyatini yuksaltirishdagi muhim mezondir. Inson kamolotida bilim avvalo o‘zini qurshab turgan muhitda shakllana boshlaydi. Bu o‘rinda mahalla katta o‘rin tutadi. Yoshlarda milliy, umuminsoniy qadriyatlarga hurmat, burch va mas‘uliyatini chuqur anglash ruhida tarbiyalash ishlari mahalla faoliyatidagi asosiy tizimdir. Kelajak avlod esa ilm-ma‘rifat, yuksak tafakkur va bilimli bo‘lish zaruratini o‘zini qurshab turgan insonlarning intiluvchanligi, muayyan kasb egasi ekanligiga ko‘rib voyaga yetadilar, ular ona-Vatanga sadoqat, sidqidildan mehnat qilish kerakligini anglaydilar.

Jismoniy sog‘lomlik yoshlar kamolotida tarbiya strukturaviy elementlaridan birini namoyon etadi. Darhaqiqat, jismoniy sog‘lomlikning tarbiyaviy asoslari avvalo yoshlar tafakkurida o‘ziga xos to‘plangan bilimlar bilan bog‘liq. Masalan, bugungi davr yoshlarida sog‘lom ovqatlanishga doir bilimlar qay darajada shakllangan yoki kunlik iste‘mol me‘yorlarga rioya qilinayaptimi?! Bugungi kun yoshlari kunning yarim qismini ta‘lim muassasalari, korxonalar, do‘kon va bozorlar, yo‘llarda o‘tkazganligi bois, (ba‘zan vaqtni tejash maqsadida) tez tanovvul qilinadigan, vaqtni ko‘p sarflamaydigan ozuqalarga e‘tibor qaratishadi. Albatta, bu qaysidir jihatdan ularga iste‘mol qulayligini berishi mumkin, biroq

salomatligiga nojo'ya ta'sirlari haqida muayyan amaliy ko'nikmalarga egami? Yoshlarning "ovqatlanish tartibiga e'tiborsizligi, bu haqida ma'lumotlardan bexabarligi, shakarli, narkotik xususiyatlarga ega shirinlik va sharbatlarni (qahva, spirtli ichimliklar) noto'g'ri iste'mol qilishi, ovqatlanishning inson salomatligiga ta'siri, yoshga oid va yuklamalarga qarab ovqatlanishni tashkil qilishni bilmaslik, qomatni saqlash maqsadida doimiy och yurish kabi salbiy holatlarga e'tiborsizligi tufayli o'z sog'lig'iga ziyon yetkazadi. Ovqatlanishga bunday munosabat...yurak-qon tomir, endokrin, ayiruv va immun tizimi kasalliklari paydo bo'lishiga, yana ortiqcha vazn va vazn yetishmovchiligi holatlari paydo bo'lishiga olib keladi"[7].

Jismoniy salomatlik yoshlar bo'sh vaqtini mazmunli tashkil etishni ham o'z ichiga oladi. Bo'sh vaqtini mazmunli tashkil etishda jismoniy harakat va sport katta o'rin tutishi barcha ma'lum. Kamharakatlilik natijasida yoshlar orasida tana vaznining ortib ketishi (semizlik) global muammoga aylandi.

Kamharakatlilik moddalar almashinuvini buzilishi va «semirish» kasalligiga zamin yaratadi. Aslida kamharakatlilikning bir qancha turlari mavjud: dangasalik, muayyan kasallik bilan og'rikan bo'lsa (harakat cheklanadi), ayrim kasbiy faoliyat, jumladan, kompyuter bilan ishlash davomida uzoq o'tirish. Axborot texnik qurilmalar qarshisida soatlab o'tirish natijasidagi kamharakatlilik yoshlar salomatligidagi nafaqat muammo, balki tahdiddir. Shu nuqtai nazardan yoshlar tarbiyasidagi mana shu muhim jihatga e'tibor qaratish zarurligini davr talab qilmoqda.

Yoshlarga e'tiborni kuchaytirish O'zbekistonda juda ko'plab sa'y-harakatlar olib borilmoqda. Jumladan, 2016 yil O'zbekiston Respublikasining "Yoshlarga oid davlat siyosati to'g'risida"gi Qonuni[8], 2019 yil mart oyida O'zbekiston Respublikasi Prezidenti tomonidan ilgari surilgan besh muhim tashabbusni[9] keltirib o'tish mumkin. "Shu o'rinda alohida e'tirof etish joizki, Prezidentimiz tomonidan ilgari surilgan 5 ta muhim tashabbusni ta'lim muassasalari va o'quvchi-yoshlar orasida keng targ'ib qilishda mahalliy hokimliklar tomonidan ham 45,1 mlrd. so'm homiylik mablag'lari ajratildi"[10].

Xulosa va tavsiya. Yuqoridagi fikr-mulohazalarga tayanib, quyidagi umumlashtiruvchi xulosani berish mumkin:

- **birinchidan**, sog'lom avlodni tarbiyalashning strukturaviy elementlari va mexanizmlarini o'rganish shu jarayonga xos yangi qirralarini namoyon etish takomilidagi muhim substantsional jihatlarni ochib beradi;

-**ikkinchidan**, ilmiy-amaliy loyihalarning tatbiq barkamol avlod tarbiyasining samaradorligiga xizmat qiladi;

- **uchinchidan**, sog'lom avlod tarbiyasining metodologik asoslarini zamonaviy pedagogik nuqtai nazaridan ham ko'proq o'rganish va uni mashg'ulotlarga tatbiq etishni kuchaytirish fan ravnaqi hamda ta'lim-tarbiyadagi belgilovchilik ahamiyatini kasb etadi.

Barkamol avlodni tarbiyalashni rivojlantirish yuzasidan quyidagilar **tavsiya** qilinadi:

- ta'lim-tarbiya azaldan eng muhim ijtimoiy masala bo'lganligi bois, istiqbolda mamlakat taraqqiyotini ta'minlash uchun sog'lom muhit va tarbiya ustuvorligini ta'minlash;

- sog'lom avlod tarbiyasining tabiiy-ilmiy, tibbiy, falsafiy, estetik, axloqiy, diniy, siyosiy, huquqiy, g'oyaviy, iqtisodiy asoslarini rivojlantirish;

- ta'lim muassasalarida o'qitiladigan fanlarni sog'lom avlod tarbiyasini amalga oshirish mexanizmlariga doir ilmiy materiallar bilan boyitish;

- ommaviy axborot vositalarida "Sog'lom avlod tarbiyasi" rukni ostida materiallar berish va ommaning faolligini ta'minlash.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. Mirziyoyev Sh.M. Yangi O'zbekiston strategiyasi. T.:O'zbekiston, 2021. 277-bet.
2. Qo'shayeva M. Sog'lom avlod - kelajak poydevori
<https://buxoro.adliya.uz/buxoro/uz/publikatsii/godzdorogorebenka/>
3. Shayxova X.O. Ma'naviyat- kamolot ko'zgusi.T.: G'afur G'ulom nomidagi nashriyot-matbaa ijodiy uyi, 2009. 41-bet.
4. <https://kun.uz/kr/news/2024/09/11/>
5. <https://kun.uz/kr/news/2025/08/08/>
6. Abu Ali ibn Sino. Axloq, ta'lim-tarbiya haqida <https://ziyouz.uz/hikmatlar/aforizmlar/>
7. Shayxova G. Ovqatlanish saboqlari. T.: O'zbekiston, 2015. 136-bet.
8. O'zbekiston Respublikasi "Yoshlarga oid davlat siyosati to'g'risida"gi Qonuni. 2016 yil 14 sentabr //Lex.uz
9. <https://yuz.uz/news/5-muhim-tashabbus-yoshlarga-qanot>
10. <https://old.gov.uz/uz/news/view/26994>