

BOSHLANG'ICH SINIF O'QUVCHILARINING GIGIYENIK TARBIYASINI SHAKLLANTIRISHDA INTEGRATSION YONDASHUV**Teshaboyev Dilmurod Raxmadjonovich,***Farg'ona davlat universiteti professori, filologiya fanlari doktori (DSc)***Mamadaliyeva Anziratxon Mirzaumar qizi,***Farg'ona davlat universiteti II bosqich magistranti*

Annotatsiya. Ushbu maqolada boshlang'ich sinf o'quvchilarning gigiyenik tarbiyasini shakllantirishning zaruriyati, bu jarayonning fanlararo integratsiyasi, uni amalga oshirishdagi ba'zi bir metodlar ko'rib chiqiladi.

Kalit so'zlar: o'quvchi, bola, tarbiya, ertak, integratsiya, integratsion yondashuv, gigiyena, gigiyenik tarbiya, ona tili, o'qish savodxonligi, tasviriy san'at.

Аннотация. В данной статье рассматривается необходимость формирования гигиенического воспитания учащихся начальной школы, междисциплинарная интеграция этого процесса и некоторые методы его реализации.

Ключевые слова: ученик, ребенок, образование, сказка, интеграция, комплексный подход, гигиена, гигиеническое воспитание, родной язык, грамотность чтения, изобразительное искусство.

Annotation. This article examines the need to form hygienic education of primary school students, the interdisciplinary integration of this process, and some methods for its implementation.

Keywords: student, child, education, fairy tale, integration, integrated approach, hygiene, hygienic education, native language, reading literacy, fine arts.

Kirish. Insonda hayoti uchun zaruriy bo'lgan tarbiya turlaridan biri bu "Gigiyenik tarbiya"dir. Gigiyena – tibbiyotning bir sohasi; kishilar sog'lig'iga turmush va mehnat sharoitlari ta'sirini o'rganadi hamda kasalliklarning oldini olish, yashash uchun eng qulay sharoit yaratish, sog'liqni saqlash va umrni uzaytirish chora-tadbirlarini ishlab chiqadi. Bundan kelib chiqadiki, gigiyenik tarbiya - hayot sharoiti, o'quv-tarbiya va mehnat o'sayotgan organizmning kamol topishi va salomatligiga qanday ta'sir qilishini o'rganish va shunga asoslanib, yosh avlodning sog'lom o'sishiga hamda har tomonlama to'g'ri rivojlanishiga yordam beradigan gigiyena tadbirlarini ishlab chiqishdir. Shaxsiy gigiyena qoidalariga bolalar juda yoshligidanoq odatlanishi zarur. Har bir jamiyatning taraqqiyoti, avvalo, sog'lom va ma'naviy yetuk avlodni tarbiyalash bilan chambarchas bog'liqdir. Yoshlikdan boshlab to'g'ri gigiyenik ko'nikmalarni shakllantirish esa bolaning nafaqat jismoniy sog'lig'ini mustahkamlashda, balki uning umumiy tarbiyasi va ijtimoiy moslashuvida ham muhim o'rin tutadi. Shu jihatdan olganda, xalqimiz asrlar davomida to'plagan og'zaki ijodiy merosi – ertaklar, maqollar, topishmoqlar, dostonlar va afsonalar – bolalarni gigiyena qoidalariga o'rgatishda noyob tarbiyaviy vosita bo'lib xizmat qiladi.

Bugungi kunda boshlang'ich sinf o'quvchilarining sog'lig'ini mustahkamlash, ularda gigiyenik madaniyatni shakllantirish ta'lim tizimining muhim vazifalaridan biridir. Aynan boshlang'ich ta'lim bosqichida bolalarda shaxsiy gigiyena, sog'lom turmush tarzi va

sanitariya qoidalariga amal qilish ko'nikmalari tarkib topadi. Shu jarayonda integratsion yondashuv ta'lim samaradorligini oshirishga xizmat qiladi.

Gigiyenik tarbiya – bu o'quvchilarda shaxsiy tozalik, ovqatlanish madaniyati, kun tartibiga rioya qilish, jismoniy faollik va atrof-muhitga ongli munosabatni shakllantirishga qaratilgan pedagogik jarayondir. Boshlang'ich sinf o'quvchilari bu bilimlarni asosan o'yin, kuzatish va kundalik faoliyat orqali o'zlashtiradilar.

Integratsion yondashuv – turli fanlar mazmunini o'zaro bog'lab, yagona maqsad asosida ta'lim berish usulidir. Bu yondashuv orqali gigiyenik tarbiya faqatgina "Tarbiya" yoki "Atrof-muhitni o'rganish" darslarida emas, balki barcha fanlar orqali amalga oshiriladi.

Natija va muhokama. Gigiyenik tarbiyani faqat "tarbiya soati"da emas, bir nechta fanlar bilan bog'lab o'rgatish. Masalan, hozir sizlar bilan buni bir nechta fanlar bilan bog'lanishini ko'rib chiqaylik:

Ona tili + gigiyena

1. Maqollar asosida gap tuzish: Toza bo'lsang – sog'lom bo'lasan ⇒ Ozoda yurgan inson sog'lom bo'ladi, Qo'lni yuv – kasallikni quv ⇒ Odam qo'llarini yuvib yursa kasalliklar unga yaqinlashmaydi, Ozoda bola – elga yoqar ⇒ Tozalikka rioya etgan bola hurmat topadi.

2. Ertakni o'qib, xulosa chiqarish: Mikroob, Virus va Salomat qiz haqida ertak

*Bor ekan-u, yo'q ekan,
Och ekan-u, to'q ekan,
Ota-ona yolg'izi
Bor ekan bitta qizi.
Ismi ekan Salomat,
Chiroyli va xushqomat.
Xo'b orasta yurarkan,
Jismoniy mashq qilarkan.
Kerak bo'lganda har dam
Berarkan zarur yordam.
Bir kuni ko'ribdi u tush:
Kichik odamlar xomush
Yoniga kelgan emish,
Shu so'zni degan emish:
"Qo'rqib ketmagin faqat,
Sen tomonga, Salomat,
Bizni keltirdi qayg'u
Bir oy bizni ezdi u.
Biri dushman nomi – Mikroob,*

*Yonida Virus-xarob.
Yurtimiz bosib oldi
Odamlar holdan toydi.
Munajjimlar yulduzga
Qarab dedilar bizga:
“Xaloskorimiz faqat,
Bir qiz ismi Salomat...*

Yuqorida ertakdan parcha keltirib o‘tdik. Ushbu ertak orqali o‘quvchilar o‘zlariga kerakli bo‘lgan gigiyenik ma’lumotlarga ega bo‘lishadi. Ertakni o‘qib bo‘lgandan so‘ng, bolalar bilan birgalikda tahlil qilib, xulosa chiqariladi.

Ertakda sog‘lom hayot kechiradigan, mehribon qiz Salomatning mitti odamlarga qay tariqa yordam berishi haqida hikoya qiladi. Mitti odamlarning “Yash” sayyorasini Mikroba va Virus bosib olganligi uchun ko‘mak so‘rab kelishadi. Salomat esa ularga yordam berishga zarur narsalarni olib yo‘lga chiqdi. Ertakni o‘qib, tumov, gripp kabi kasalliklarga qarshi tabiiy qanday tibbiy vositalar qo‘llash to‘g‘risida ham gap boradi.

“Sog‘lomlik” mavzusida diktant:

Sedanali non

Hech o‘ylab ko‘rganmisiz, nima uchun nonlarimiz sedanali? Buxoro xonligida 1681-1702-yillarda hukmronlik qilgan Subhonqulixon tabobatga qiziqqan va o‘zi ham unga doir asarlar yozgan. Uning hukmronligi davrida o‘tkir yuqumli “Ich terlama” kasalligi butun shaharda avj oladi. Xalq orasida sarosima boshlanadi. Shunda hukmdor farmon chiqaradi. Unga ko‘ra, shu kundan boshlab novvoylar non ustiga qora sedana sepib yopishlari buyurildi. Chunki sedana tarkibida foydali yog‘lar bo‘lib, ichaklar faoliyatini yaxshilaydi va tozalaydi. Undagi antioksidantlar immunitetni mustahkamlaydi, yuqumli kasalliklar oldini oladi. O‘sha davrdan beri nonlarga sedana sepib kelinadi.

Yuqorida diktant uchun namuna bo‘lib, ushbu diktant orqali bolalar ham diktant yozish bilan birgalikda o‘zlari uchun foydali bo‘lgan ma’lumotlarga ham ega bo‘ladilar. Bu o‘quvchilar uchun ham juda qiziq bo‘ladi.

O‘qish savodxonligi + gigiyena

Xalq ertaklarini o‘qish. Xalq ertaklarini o‘qish bilan birgalikda ularning gigiyenik bilimlarini boyitib borish ham mumkin. Ertaklarining bolalar tarbiyasida ahamiyati katta bo‘lib, uning tug‘ilgandan boshlab hayotiga kirib keladi.

Qahramonlarning xatti-harakatini tahlil qilish – gigiyenik ahamiyati bor turli matn, ertak hamda hikoyalarni o‘qib qahramonlarini tahlil qilish. Masalan, “Egrivoy va To‘g‘rivoy” ertagini olaylik qahramonlarni toza / nopok guruhlarga ajratish mumkin.

Tasviriy san’at + gigiyena

“Toza bola” rasmini chizish



Gigiyenik buyumlarni tasvirlash



Matematika + gigiyena

Bunda bolalar uchun soatlarda belgilangan kun tartibini ko'rish mumkin.

- ⌚ 06:30 — ☀️ Uyg'onish
- ⌚ 07:00 — 🚿 Yuvinish, tish tozalash
- ⌚ 07:30 — 🍳 Nonushta
- ⌚ 08:00 — 📖 Maktabga borish
- ⌚ 12:30 — 🍽️ Tushlik

- 🕒 13:00 — 🛌 Dam olish (uyqu)
- 🕒 14:00 — ✍️ □ Uy vazifalari
- 🕒 16:00 — 🎲 Sayr, o‘yin
- 🕒 18:00 — 🍽️ Kechki ovqat
- 🕒 19:00 — 📖 Kitob o‘qish, oila bilan vaqt
- 🕒 20:00 — 🧼 Yuvinish
- 🕒 20:30 — 🛌 Uxlash

Xulosa

Boshlang‘ich sinf o‘quvchilarining gigiyenik tarbiyasini shakllantirishda integratsion yondashuvdan foydalanish ta‘lim jarayonini boyitadi va sog‘lom avlodni tarbiyalashga xizmat qiladi. Fanlararo bog‘liqlik asosida olib borilgan ta‘lim bolalarning gigiyenik bilim, ko‘nikma va malakalarini barqaror rivojlantirishga imkon yaratadi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro‘yxati:

1. Mahmudova N. M., Ijtimoiy gigiyenadan qo‘llanma, Toshkent, 1993.
2. Aydarova U.B., Azizova N.K. O‘qish savodxonligi (3-sinf III qism). - Toshkent: Novda, 2023.
3. Umirova M. Boshlang‘ich ta‘lim pedagogikasida tarbiya turlari va usullaridan foydalanish imkoniyatlari.
4. Nazarov, S. (2020). Bolalarning gigiyenik tarbiyasi va uning metodikasi.
5. <https://www.gulxan.uz>

Ajiniyaz atindagi
NOKIS MAMLEKETLIK
PEDAGOGIKALIQ INSTITUTI
N M P I
1934