

TA'LIM-TARBIYA **JARAYONIDA** BO'LAJAK TARBIYACHILARDA VALEOLOGIK FIKRLASH LAYOQATINI TARBIYALASH

JDPI magistranti M.I.Imotdinova

Annotatsiya

Sogʻlom turmush madaniyati mazmunida ijtimoiy, tibbiy, psixologik va pedagogik jihatlarining bir butun, yaxlitlikda namoyon boʻlishi ana shu murakkablikni asoslovchi dalildir. Oliy oʻquv yurtlari oʻqituvchilari tomonidan bu borada olib boriladigan faoliyat bir tomonlama xususiyat kacb etishi shubhasiz.

Аннотация

Об этой сложности свидетельствует тот факт, что социальные, медицинские, психологические и педагогические аспекты отражаются в контексте культуры здорового образа жизни. Несомненно, что работа, проводимая преподавателями вузов в этой области, носит односторонний характер.

Annotation

This complexity is evidenced by the fact that social, medical, psychological and pedagogical aspects are reflected in the context of a healthy lifestyle culture. Undoubtedly, the work carried out by university professors in this area is one-sided.

Kalit soʻzlar: sub'ektiv shart – sharoitlar, jamiyat, sogʻlom turmush, madaniyat, shakllantirish.

Ключевые слова: субъективное состояние - условия, общество, здоровый образ жизни, культура, образование.

Key words: subjective state - conditions, society, healthy lifestyle, culture, education.

O‘zbekistondagi barcha o‘zgarishlarning negizi hisoblangan ta’lim-tarbiya tizimida ham tub islohotlar olib borilmoqda. Ayni vaqtda ta’lim, shu jumladan, ijtimoiy soha uchun xarajatlar miqdori davlat byudjeti xarajatlar umumiy qiymatining yarmidan ko‘prog‘ini tashkil etmoqda. Tabiiyki, har qanday davlat ham bunday katta xarajatlarni ko‘tara olmaydi, ammo qanchalik og‘ir bo‘lmasin, buning uchun zarur mablag‘ va resuslar izlab topilmoqda.

O‘zbekiston rahbari mazkur xarajatlarni xarajat emas, balki kelajak uchun qo‘yilgan eng samarali sarmoya deb hisoblab, ta’lim darajasi va sifati har qanday davlatning istiqbolini belgilab beradigan muhim omil ekanini ta’kidlamoqda. Haqiqatan ham, islohotlarning taqdiri, natijasi, birinchi navbatda, kadrlar saviyasiga, ularning davr va taraqqiyot talablariga nechog‘li javob bera olishiga bog‘liq.

Inson sog‘lig‘i eng katta ijtimoiy boylikdir. Millat sog‘lig‘i esa tabiiy ravishda sog‘lom turmush madaniyati orqali hal etiladi.

Valeologiyaning asosiy maqsadi va vazifasi shaxsiy va atrofdagilar salomatligi, umuman, jamiyat a'zolarining salomatliklarini ta'minlashdan iborat.

Bir so‘z bilan aytganda, valeologik savodxonlikni oshirish – sog‘lom turmushga rahbarlik qilish asosidir.

Valeologiyani inson, jamiyat va tabiat salomatligi haqidagi fan sifatida individual va ijtimoiy valeologiya deb ajratish mumkin.

Individual valeologiya – insonning shaxsiy salomatligini saqlash va

uni mustaxkamlash, asliga qaytarish demakdir. Sog‘lom turmush madaniyati

individual valeologiyaning asosiy tushunchasi hisoblanadi.

Ijtimoiy valeogogiya – bu jamiyat a'zolarining salomatligini saqlash,

mustaxkamlash, aniqlash, jismoniy, psixik, ma'naviy, iqtisodiy va ijtimoiy salomatlik tushunchalarining garmonik jihatdan uyg'unligi.

Valeologik fikrlay olishni nafaqat tibbiyot xodimlari (tibbiy valeologiya), balki o'qituvchi va tarbiyachi (pedagogik valeologiya), hunar xodimi (etika va estetika valeologiyasi), iqtisodchi yoki davlat xodimi (ijtimoiy valeologiya va jamoaviy valeologiya), bir so'z bilan aytganda, jamiyatning har bir a'zosi o'zlashtirmog'i lozim.

Valeologiya – inson organizmining muayyan kasalliklarga chidamlilik darajasi hamda organizmda kuchli himoyalaniş [imkoniyatining mavjudligini](#) inobatga oladi. Ayni vaqtda, “ichki shifokor” organizm ma'lum kasallikka chalingan vaqtda uning sog'ayishini ta'minlaydigan asosiy fiziologik ta'sir hamdir.

Ushbu kursni chuqur o'rganib chiqib, quyidagi ishlarni amalga oshirish lozimligiga amin bo'ldik:

-pedagogik yo'nalishdagi institut, universitet va kollejlari uchun pedagog – valeolog mutaxassislarni tayyorlash;

-ta'lim sohasi xodimlarini salomatlik va sog`lom turmush madaniyatini qaror

toptirish borasidagi malakalarni oshirish;

-Bo'lajak tarbiyachilarda valeologik fikrlash layoqatini tarbiyalashga

qaratilgan tarbiyaviy ishlarni olib borish;

-oliy o`quv yurtlarida valeologiya fanining o`qitilishi, shuningdek, ta'lim

olishning keyingi bosqichlarida bo'lajak tarbiyachilarning valeologik tayyorgarligi

darajasini yanada oshirishni nazarda tutadigan uzuksiz valeologik ta'lim tizimini

ishlab chiqish;

-oliy o`quv yurtining boshqa fakultetlarida ham "Pedagogik valeologiya"

kursining o`qitilishini yo`lga qo`yish;

- ta'lim muassasalarida valeologik xizmatni tashkil qilish.

Valeologiya [va uning asoslari](#), ta'lim tizimidagi valeologiyaning mazmun va

mohiyatini yoritish, shuningdek, ijtimoiy valeologiyaning jamiyatdagi o`rni va

ahamiyatini ochib berish kabi masalalarga e'tiborlarini qaratishlari lozim edi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

1. Karimov I.A. Yuksak ma'naviyat - engilmas kuch.. T. O`zbekiston., 2008 y
2. Falsafa qomusiy lug`at. Nazarov q -T., "Sharq" nashriyot – matbaa aktsiyadorlik kompaniyasi Bosh taxririya., 2004 – 496 bet.
3. Zokirov A., Toshbekova N. "Ta'lim muassasalarida bolalar va o`smirlarni sog`lomashtirish bo`yicha tavsiyalar". Maktab va hayot jurnali. 5 – sonli., 2005 yil., 6 –bet

4. Musurmonova O. “Mahallada qizlarning sog`lom turmush tarzini shakllantirish.T.,2007.
5. “Meditina entsiklopediyasi”. 2004y.
6. Oila tafakkur va samomatlik. Sog`lom avlod jurnali. 2005y
7. Oiladagi sog`lom muxit farzandning ruxiy dunyosiga ijobiy ta'sir ko`rsatish omili sifatida. Xalq ta'limi jurnali. 2006y