



DARSDAN TASHQARI MASHG'ULOTLARDA O'QUVCHILARNING EKOLOGIK MADANIYATNI RIVOJLANTIRISH YO'LLARI

Nurishov D.E.
(PhD) dosent

Tayanch so'zlar: darsdan tashqari mashg'ulotlar, ekologik madaniyat, shakllantirish, jismoniy tarbiya va jismoniy madaniyat o'qituvchilarining ma'naviy-axloqiy qiyofasi, ekologik ongi, ekologik madaniyati, ta'lim-tarbiya jarayonining samaradorligi.

Ключевые слова: внеклассная деятельность, экологическая культура, формирование духовно-нравственного облика учителей физического воспитания и физической культуры, экологическое сознание, экологическая культура, эффективность образовательного процесса.

Key words: extracurricular activities, environmental culture, formation of spiritual and moral character of teachers of physical education and physical culture, environmental awareness, environmental culture, effectiveness of the educational process.

Mustaqil O'zbekistonni rivojlantirishning ma'naviy-axloqiy negizlari hisoblangan umuminsoniy qadriyatlarga sadoqat, xalqimizning ma'naviy merosini mustahkamlash va rivojlantirish, insonning o'z imkoniyatlarini erkin ro'yobga chiqarishi, vatanparvarlik kabilar pedagogika madaniyatining asosini tashkil etadi. Bular umumta'lim maktablarining yuqori sinflaridagi ta'lim-tarbiya jarayonida to'liq o'z ifodasini topishi zarur. Bu esa maktab o'qituvchilari, jumladan, jismoniy tarbiya va jismoniy madaniyat o'qituvchilarining ma'naviy-axloqiy qiyofasi, ekologik ongi, ekologik madaniyati, ta'lim-tarbiya jarayonining samaradorligini oshirishdagi sa'y-harakati, ma'naviyati va o'z sohasining yetuk bilimdoni bo'lishiga bog'liq.

Yuqori sinf o'quvchilari o'rtasida ommaviy jismoniy tarbiya va sport ishlarini tashkil qilish, "Sog'lom bola" Davlat dasturini davomiy amalga oshirish hamda ekologik madaniyatning mohiyatini yuqori sinf o'quvchilari ongiga singdirish hozirgi kunning dolzarb vazifasi hisoblanadi. Uzluksiz ta'lim tizimida faoliyat ko'rsatayotgan pedagoglar oldida mas'uliyatli vazifa sifatida yuqori



sinf o'quvchilarini jismoniy chiniqtirish, shaxsning jismoniy taraqqiyotini ta'minlash, salomatligini mustahkamlash, mehnat, hayotga tayyorlash masalasi turadi.

O'zbekiston Respublikasining "Jismoniy tarbiya va sport to'g'risida"gi qonuni, O'zbekiston Respublikasi Vazirlar Mahkamasining "O'zbekistonda jismoniy tarbiya va sportni yanada rivojlantirish chora-tadbirlari to'g'risida"gi qarorida ko'zda tutilgan tadbirlar insonning jismonan sog'lom, har tomonlama yetuk, bilimli qilib rivojlantirishga qaratilgan.[2]

Inson jismonan sog'lom va baquvvat bo'lsa, hayot go'zalliklarini idrok etadi, aql-zakovati yuksala boradi, atrof-muhitni ziyrak bo'lib kuzatadi. Shu nuqtayi nazardan, insonning sog'lom, baquvvat bo'lishida atrof-muhit muhim omil hisoblanadi. Demak, bu tarbiya ekologik tarbiyaning asosini tashkil etadi.

Jismoniy tarbiya ta'lim tizimida muhim o'rinni egallaydi va boshqa tarbiya turlari bilan birga tatbiq etiladi. Jismoniy tarbiya o'z oldiga qator vazifalarni qo'yadi. Bu vazifalarni hal qilishda jismoniy tarbiya aqliy, estetik va mehnat tarbiyalari bilan hamkorlik qiladi. Insonning sog'lom va barkamol o'sishi turli omil va vositalarga bog'liq.[9]

Avvalo, inson sog'lom turmush tarziga hamda kun tartibiga rioya qilishi lozim. Buyuk olim va mutafakkirlarimiz sog'lom ota-onadan, albatta, sog'lom farzand tug'ilishini o'z asarlarida alohida ta'kidlaganlar. Qolaversa, yashash jarayonida sanitariya-gigiyena omillariga amal qilishi tabiatdagi sog'lomlashtiruvchi omillar, ya'ni quyosh, havo, tuproq va suv ta'siridan o'rinni foydalanishni taqozo etadi.

Ekologik omillar: havo harorati, atmosfera bosimi, namlik, toza havo, shovqin va boshqalardan o'rinni foydalanish va ularning zararli oqibatlaridan o'zini himoya qilish kerak. Buning uchun esa yuqori sinf o'quvchilarning ekologik bilimlarini rivojlantirishni sinfdan va darsdan tashqari ishlar orqali olib borish beqiyos ahamiyat kasb etadi.

Tadqiqot ishining mazkur paragrafida bayon etilgan fikrlar orqali umumta'lim maktablari yuqori sinf o'quvchilari o'rtasida darsdan tashqari sharoitda ekologik bilimlarni targ'ib etish, ekologik tarbiyani tashkil qilish imkoniyatlari va bu boradagi mavjud kamchilik va qiyinchiliklarni aniqlashga harakat qilindi.

Kuzatishlar shuni ko'rsatadiki, o'tkazilgan tahlillar davomida yuqori sinf o'quvchilari shaxsiy va jamoat gigiyenasi, sport gigiyenasi, atrof-muhit bilan muloqot jarayonida o'zlarini tutish qoidalarini bilmaydilar yoki unga amal qilmaydilar. Atrof-muhitga nisbatan noto'g'ri munosabatda bo'ladilar. Bu kabi kamchiliklarga sabab, umumta'lim maktablarining ta'lim jarayonida va

maktabdan tashqari ishlarida ekologik xarakterdagi ta'lim-tarbiya ishlarining yaxshi yo'lga qo'yilmaganligi aniqlandi, jumladan:

ekologiyaga oid to'garak ishlari tashkil etilmaydi;

ekologik xarakterdagi sayohatlar (Ekosayohat) tashkil etilmaydi;

mavzu doirasida oila, ta'lim muassasasi, mahalla hamkorligiga e'tibor qaratilmaydi;

jamoat va ekologik tashkilotlar bilan hamkorligi yaxshi yo'lga qo'yilmaydi;

yuqori sinfo'quvchilarning ekologik madaniyatini rivojlantirish jarayonlarida zamonaviy axborot kommunikatsiya vositalaridan foydalanilmaydi;

ommaviy axborot vositalarida yuqori sinf o'quvchilarining ekologik madaniyatini rivojlantirishga oid materiallar yetarli darajada yoritilmaydi.

Ekosayohatning ahamiyati katta, chunki u ekologiya va tabiatni saqlashga qaratilgan. Bunday sayoxatlar ko'pincha tabiatni muhofaza qilish, jerga ta'sirni kamaytirish va mahalliy hamjamiyatlarga yordam berish bilan bog'liq. Ekosayohatchilar oqilona iste'mol qilish, qaltalarni kamaytirish va tabiatni hurmat qilishga urg'u berish orqali o'zlarining tasirini ko'rsatishadi. Tadqiqot ishlarimiz davomida ushbu kamchiliklarni inobatga olgan holda quyidagi ishlar amalga oshirildi:

1. Ekologiya bo'yicha darsdan tashqari sharoitda yo'lga qo'yilayotgan ta'lim-tarbiya guruhning namunaviy kun tartibi ishlab chiqildi (3.2-jadvalga qarang).

2. "Ekologiya va inson salomatligi" to'garak rejasi ishlab chiqildi va to'garak ishlari tashkil etildi (3.3- jadvalga qarang).

3. "Ekosayohat" to'garagining ish dasturi va mazmuni ishlab chiqilib to'garak ishlari tashkil etildi (3.4-jadvalga qarang).

4. Yuqori sinf o'quvchilarining ekologik madaniyatini rivojlantirish maqsadida ota-ona bilan hamkorlik ishlari rejasi ishlab chiqildi.

3.2-jadval.

Ekologiya bo'yicha darsdan tashqari sharoitda yo'lga qo'yilayotgan ta'lim-tarbiya guruhning namunaviy kun tartibi

№	Kun tartibi	Vaqtning taxminiy taqsimoti	Vaqt (daqiqada)
1	Dars vaqtida ekologik madaniyat bo'yicha davra suhbatlari va didaktik o'yinlar	14:30 -15:20	90
2	Ertalabki badan tarbiya mashqlarini bajarish	8:10 -8:20	20
3	Bolalarni qabul qilish, erkin o'yin faoliyati shakllantirish	14:30 -15:20	90



4	Ta'lim va tarbiya jarayoni (katta va kichik guruhlarda)	14:30 -15:20	90
5	Jismoniy mashg'ulotlar bilan shug'ullanish paytida o'zini o'zi nazorat qilishning asosiy usullari	14:30 -15:20	90
6	Birinchi sayr (kuzatish, mehnat faoliyati, harakatli o'yinlar, mustaqil va individual faoliyat)	14:30 -15:20	90
7	Guruh xonasida erkin o'yin faoliyati	14:30 -15:20	45
8	Tetiklashtiruvchi gimnastika, havo va suv muolajalari	14:30 -15:20	90
9	Erkin o'yin faoliyati	14:30 -15:20	90

Tadqiqot ishlarini tashkil etish va muammoning nazariy-amaliy jihatdan tahlil etish jarayonida umumta'lim maktablari yuqori sinf o'quvchilarining ekologik jihatdan tarbiyalanganlik darajasi quyidagi mezonlarga muvofiq aniqlay olish mumkin degan fikrga kelindi:

ekologik bilimlarni o'zlashtirishga nisbatan moyilligi va qiziqishi;

ekologik bilimlarni o'zlashtirish hayotiy zaruriyat hamda xavfsiz hayot tarzining garovi ekanligi borasidagi tushunchalarning mavjudligi;

ekologik bilimlarni mustaqil ravishda o'zlashtirish ko'nikmasini tarbiyalaganligi;

atrof-muhit muhofazasi hamda shaxsiy gigiyena qoidalariga amal qilishga nisbatan yuksak mas'uliyat tuyg'usining qaror topganligi;

atrof-muhit muhofazasi, shuningdek, shaxsiy va umumiy salomatlikni muhofazalash borasida amaliy harakatlarni to'g'ri baholay olishlari.

Ekologiya bo'yicha darsdan tashqari sharoitda yo'lga qo'yilayotgan ta'lim-tarbiya ishlari muayyan jamoa faoliyati bilan chambarchas bog'liq. Yuqori sinf o'quvchilarning birgalikdagi ishlari, mehnat faoliyati, tengdoshlar bilan muloqot ular o'rtasidagi o'rtoqlik, o'zaro yordam sifatlarini tarbiyalaydi. Ekologik bilimlarni ushbu muhitda targ'ib etish esa ularda atrof-muhit va inson salomatligini muhofazalash yo'lida birgalikda kurashish tuyg'usini qaror toptiradi.

Darsdan tashqari sharoitda amalga oshirilayotgan pedagogik ishlar yuqori sinf o'quvchilarining dunyoqarashini kengaytiribgina qolmay, balki ularning ekologik bilimlari darajasini chuqurlashtiradi. Ularni kelgusi hayot faoliyatiga tayyorlaydi, shuningdek, ularda mustaqillik, aniq maqsadga yo'nalganlik, o'z faoliyatini tashkil qilish ko'nikmasiga ega bo'lish kabi shaxsiy sifatlarning shakllanishida ham muhim o'rin tutadi.



Turizm bugungi kun ijtimoiy (iqtisodiy, siyosiy va ma'naviy-ma'rifiy) hayotining o'ziga xos shakl va ko'rinishlarini o'zida ifoda etadigan voqeligidir. Turizmning zamonaviy mazmuni va talqini qanday bo'lishidan qat'iy nazar, u sport sayyohlik yurishlarini tashkiliy huquqiy asoslari va usullarini o'rgatuvchi fandır. U jismonan va ma'nan hordiq chiqarish, yoshlarni atrof-muhit ozodaligiga da'vat etish, yuqori sinf o'quvchisi organizmini chiniqtirish, Vatan va uning tabiati haqidagi bilimlarni kengaytirish, o'zlikni anglash va o'lkashunoslik g'oyalarining targ'ibotchisidir.

Shu munosabat bilan, umumiy o'rta ta'lim muassasalarida turizmning nazariy va amaliy asoslarini o'rgatish dolzarb masalalardan biri. Ayniqsa, uning jismoniy tarbiya va sport sohasidagi tutgan o'rnini ko'rsata olish va bilish, turizmga sport ko'zi bilan qarash ko'nikmalarini ommalashtirish, qolaversa, turizmni yuqori sinf o'quvchilarning ekologik madaniyatini rivojlantirishdagi o'rnini ko'rsatib berish lozim.

To'garak faoliyatining maqsadi – turizmning barkamol avlodni tarbiyalashdagi ahamiyatini targ'ib etish, jismonan sog'lom va aqlan yetuk shaxsni tarbiyalash, yuqori sinf o'quvchilari o'rtasida do'stlik va ijtimoiy hamkorlik munosabatlarini yanada mustahkamlash, sayohatlar davomida yuqori sinf o'quvchilarning ekologik madaniyatini rivojlantirish.

To'garakning vazifasi – yuqori sinf o'quvchilarida sayohat va sport sayyohlik tadbirlarini o'tkaza olish qobiliyatlarini rivojlantirish, tabiat va atrof-muhitni muhofaza qilish choralari o'rgatish, O'zbekistonning geografik-turistik imkoniyatlaridan oqilona foydalanish va faxrlanish tuyg'ularini qaror toptirish. Yuqori sinf o'quvchilarning ekologik madaniyatini rivojlantirish.

To'garakka yetarli jismoniy salomatlikka ega bo'lgan 12 yoshdan 16 yoshgacha bo'lgan yuqori sinf o'quvchilari qabul qilinadi. "Ekosayohat" to'garagiga mumkin qadar maktabning faol sayohatchilarini qabul qilish maqsadga muvofiq.

[qayta ishlanib takomillashtirildi.

O'quv dasturida turizmning tarixiy taraqqiyotini, uning bugungi kundagi mohiyatini, turizmning o'ziga xos nazariy va amaliy jihatlarini, sayohatni tashkil etishning o'ziga xos xususiyatlarini, aqlan va jismonan sog'lom avlodni voyaga yetkazishda, yuqori sinf o'quvchilarni ekologik bilimlarini rivojlantirishda turizmning o'rnini va ahamiyatini ko'rsatib o'tilgan. Ushbu to'garak o'quv dasturlarida ko'rsatilgan o'quv rejalar hududning va to'garaklarga jalb qilingan bolalarning yosh xususiyatlaridan kelib chiqqan holda to'garak rahbarlari tomonidan 25 foizgacha o'zgartirishlar kiritilishi mumkin. "Ekologiya va inson



salomatligi” to‘garak rejasi ishlab chiqilib amaliyotga joriy etildi (3.3-jadvalga qarang):

3.3-jadval.

“Ekologiya va inson salomatligi” to‘garak rejasi

To‘garak mavzulari	Muddati
Ekologiya – asr mavzusi	Sentabr
xavfli tibbiy voqea-hodisalar va texnikaviy majmualar	Oktabr
Atrof-muhitni muhofaza qilish masalalari	Noyabr
Sog‘lom turmush tarzi, ekologiya, sanitariya-gigiyena bilim- lari	Dekabr
«Ekologiya va salomatlik kunlari»	Yanvar
«EKOSAN» Salomatlik poyezdi	Fevral
TEO «EKOSAN» dastur	Mart
«Toza havo» dasturi	Aprel
«Ekoturizm» (Buyuk ipak yo‘li bo‘ylab ekologik turizmni rivojlantirish) dasturi	May

Tadqiqotni olib borish jarayonida asosiy maqsadni amalga oshirishga xizmat qiluvchi sinfdan tashqari ishlar, keng jamoatchilik bilan hamkorlikda ishlash hamda to‘garak mashg‘ulotlarining rejasi tuzildi va maxsus qo‘llanma yaratildi. “Ekosayohat” to‘garak a‘zolari bilimiga qo‘yiladigan talablar

To‘garak a‘zolari quyidagilarni bilishi lozim:

to‘garakning maqsad va vazifalarini;

turizmning jismoniy tarbiya va boshqa fanlar o‘rtasida tutgan o‘rni va ahamiyatini, organizmni jismoniy chiniqtirishni;

relief shakllarini va ularning tasniflanishini;

tog‘ tushunchasi, ularning tasniflanishi hamda dunyodagi va o‘z o‘lkasidagi mavjud tog‘ tizmalari va cho‘qqilarini;

dala sharoitida tunash talablarini;

shaxsiy gigiyena va ratsional ovqatlanish qoidalarini;

sayohat ishtirokchilarining huquq va burchlarini;

ijtimoiy foydali ishlarni;

turizmning xavfsizlik texnikasi qoidalarini hamda harakatlanish taktikasi va texnikasini;

turizm yo‘nalishida o‘tkaziladigan tuman, viloyat va respublika miqyosidagi sport tadbirlarini;

sport sayyohlik yurishiga tayyorgarlik ko‘rish va o‘tkazishni;

sayohat hisobotini yozish tartibi va talablarini;

turizmga oid gigiyena me‘yorlarini;

№	Mavzular	Jami soat	Nazariy soat	Amaliy soat	
				Maktabda	Dalada
1.	Kirish	4	2	1	1
2.	Sayohat va ekologiya tushunchalarining qaror toptirish va rivojlanish bosqichlari	6	2	2	2
3.	Sayohatlarning jismoniy tarbiya va boshqa fanlar (gigiyena) o'rtasida tutgan o'rni va ahamiyati	8	2	2	4
4.	Sayohatlarning tasniflanishi va ularning tavsifi	4	2	1	1
5.	O'lkaning tabiiy geografiyasi	8	4	2	2
6.	O'lkaning turistik ob'ektlari va imkoniyatlari	6	2	2	2
7.	Organizmni jismoniy chiniqtirish va ruhiy tayyorgarlik	8	4	2	2
8.	Turizmدا texnika va taktika	8	4	2	2
9.	Sayyohlik yurishlarida gigiyena	12	4	4	4
10.	Oziq-ovqat mahsulotlari va ovqatlanish gigiyenasi	12	4	4	4
11.	Topografiya va mo'ljal olish. Xaritalardan foydalanish	6	2	2	2
12.	Sayyohlik aslaha-anjomlari va ulardan foydalanish	6	2	2	2
13.	Bahorgi o'quv sayyohlik yurishi (poxod)	8	2	2	4
14.	Turizmning sport me'yorlari	8	6	2	
15.	Piyoda o'quv sayyohlik yurishi (dala sharoitida tunab qolishning gigiyena shartlari)	12		1	11
Jami:		116	42	31	43

holatga ko'ra arqon bog'lash va gulxan yoqish usullarini qo'llay olishni;
jahoratlangan yoki shikastlangan sayyohni relfning har qanday sharoitlarida olib yurishni;

o'z o'lkasi (tumani va viloyati)dagi mavjud turistik obektlarga tavsif bera olishni;

zaharli va yirtqich hayvonlar hujumi oqibatini bartaraf etishni;

zararli o'simliklar ta'sirini bartaraf etishni;

yakka va umumiy muhofazalanish vositalaridan foydalanishni;

birinchi tez tibbiy yordam ko'rsata olishni;

sayohat vaqtida ob-havo holatini oldindan ayta olishni;

favqulodda vaziyatlar sharoitida to'g'ri qaror qabul qilish va harakatlanishni;

suvda cho'kayotgan kishini qutqarishni;



geografik hamda sayyohlik aslaha va anjomlaridan foydalanishni (3.4-jadvalga qarang):

3.4-jadval.

“Ekosayohat” to‘garagining bir yillik ish rejasi

№	Mavzular	Jami soat	Nazariy soat	Amaliy soat	
				Maktabda	Dalada
1	Kirish	4	2	1	1
2	Sayohat va ekologiya tushunchalarining qaror toptirish va rivojlanish bosqichlari	6	2	2	2
3	Sayohatlarning jismoniy tarbiya va boshqa fanlar (gigiyena) o‘rtasida tutgan o‘rni va ahamiyati	8	2	2	4
4	Sayohatlarning tasniflanishi va ularning tavsifi	4	2	1	1
5	O‘lkaning tabiiy geografiyasi	8	4	2	2
6	O‘lkaning turistik ob‘yektlari va imkoniyatlari	6	2	2	2
7	Organizmni jismoniy chiniqtirish va ruhiy tayyorgarlik	8	4	2	2
8	Turizmدا texnika va taktika	8	4	2	2
9	Sayyohlik yurishlarida gigiyena	12	4	4	4
10	Oziq-ovqat mahsulotlari va ovqatlanish gigiyenasi	12	4	4	4
11	Topografiya va mo‘ljal olish. Xaritalardan foydalanish	6	2	2	2
12	Sayyohlik aslaha-anjomlari va ulardan foydalanish	6	2	2	2
13	Bahorgi o‘quv sayyohlik yurishi (poxod)	8	2	2	4
14	Turizmning sport me‘yorlari	8	6	2	
15	Piyoda o‘quv sayyohlik yurishi (dala sharoitida tunab qolishning gigiyena shartlari)	12		1	11
Jami:		116	42	31	43

Respublika hududidagi 7 ta davlat qo‘riqxonasi, 1 ta majmua (landshaft) buyurtma qo‘riqxonasi va 13 ta buyurtma qo‘riqxonasi hamda 13 ta milliy tabiat bog‘i va 11 ta tabiat yodgorligi Milliy tabiiy meros obyektlari safiga kirdi.



YUNESKO Umumjahon merosi ro'yxatiga kiritilgan transchegaraviy tabiiy obyektlar — G'arbiy Tyan-Shan tog'i (2016 yil) va Mo'tadil mintaqadagi Turon sahrolari (Ustyurt platosi, 2023 yil) hamda Butunjahon biosfera rezervatlari tarmog'iga kiritilgan Chotqol biosfera qo'riqxonasi (1978 yil) va Quyi Amudaryo biosfera qo'riqxonasi (2021 yil) ham Milliy tabiiy meros obyektlari ro'yxatida o'z ifodasini topdi.

Shuningdek, xalqaro ahamiyatga ega bo'lgan suvda suzuvchi qushlarning yashash joylari bo'lgan suvli-botqoq joylar to'g'risidagi Ramsar konvensiyasi ro'yxatiga kirgan Dengizko'l (2002 yil), Aydar-Arnasoy ko'llar tizimi (2008 yil), To'dako'l tabiiy suv havzasi va Quyimozor suv ombori (2008 yil) hamda Sudochiye ko'li (2023 yil) ro'yxatdan o'rin oldi.

Адабиётлар:

1. Нурышов Д.Е. Ёш курашчиларда базавий элементларни шакллантиришнинг илмий-услубий асосларини такомиллаштириш. Диссер.....2018.й -45-б
2. Куликова Т.А. Семейная педагогика Учеб. – М., Академия, 2016. – 72 с.
3. Курзанов А.Н., Заболоцкий Н.В., Ковалев Д.В. Функциональный резерв организма. 75-е годы
4. Лазарев Н.В. – М., Медицина, 1987. – 97 [2] с.: ил. -(Выдающиеся деятели отечественной медицины и здравоохранения).
5. Матвиева Н.А., Леонов А.В. Гигиена и экология человека. Учебник. – РФ.: Финкс, 2017.
6. Назарова Н.М. Сравнительная специальная педагогика: Учебное пособие. – М., Академия, 2018. – 204 с.
7. Неверковича С.Д. Педагогика физической культуры. Учебник для студентов ВУЗов. Под ред. – М., Академия, 2017. – 46 с.
8. Николай Пак. От проективно-рекурсивной технологии обучения к ментальной дидактике – М., Letagant SFU, 2017. – 81 с.

РЕЗЮМЕ

Ushbu maqolada darsdan tashqari mashg'ulotlarda o'quvchilarning ekologik madaniyatni rivojlantirish yo'llari ilmiy jihatdan o'rganilgan. Shu bilan birgalikda yuqori sinf o'quvchilari bilan o'tkaziladigan ekosayohat to'garaklari rejasi ishlab chiqilgan.

РЕЗЮМЕ

В данной статье научно изучаются пути развития экологической культуры учащихся во внеклассной деятельности. Вместе с этим был разработан план клубов экопутешествия со старшеклассниками.

SUMMARY

This article scientifically studies the ways of developing students' ecological culture in extracurricular activities. At the same time, a plan for eco-travel clubs with high school students was developed.