



## **TABIATSHUNOSLIK MARKAZIDA GIGIYENIK NORMALARGA RIOYA QILISH TIZIMI.**

**ESHONQULOVA BARNO HAMROEVA**

*Jizzax viloyati pegagogik mahorat markazi  
“Maktabgacha ta’lim tashkiloti tarbiyachisi”  
malaka oshirish kursi tinglovchisi*

**Annotatsiya:** Ushbu maqolada tabiatshunoslik markazlarida gigiyenik normalarga rioya qilish tizimini tashkil etishning nazariy va amaliy jihatlari yoritilgan. Tadqiqot davomida o‘quvchilar faoliyati bilan bevosita bog‘liq bo‘lgan gigiyenik talablar, sanitariya qoidalari va xavfsizlik choralari tizimli ravishda tahlil qilinadi. Shuningdek, maqolada gigiyenik madaniyatni shakllantirishda pedagogik yondashuvlar, interfaol metodlar hamda nazorat mexanizmlarining o‘rni ochib beriladi. Tabiatshunoslik markazida sog‘lom muhitni yaratish orqali ta’lim samaradorligini oshirish yo‘llari ilmiy asoslangan holda bayon etilgan.

**Kalit so‘zlar:** Gigiyena, sanitariya, tabiatshunoslik markazi, sog‘lom muhit, ekologik madaniyat, shaxsiy gigiyena, dezinfeksiya, pedagogik texnologiyalar, interfaol metodlar, ta’lim sifati.

**Аннотация:** В данной статье рассматриваются теоретические и практические аспекты организации системы соблюдения гигиенических норм в естественнонаучных центрах. В ходе исследования систематически анализируются гигиенические требования, санитарные правила и меры безопасности, непосредственно связанные с деятельностью студентов. В статье также раскрывается роль педагогических подходов, интерактивных методов и механизмов контроля в формировании гигиенической культуры. Описываются научно обоснованные способы повышения эффективности обучения путем создания здоровой среды в естественнонаучном центре.

**Ключевые слова:** Гигиена, санитария, естественнонаучный центр, здоровая среда, экологическая культура, личная гигиена, дезинфекция, педагогические технологии, интерактивные методы, качество образования.

**Annotation.** This article covers the theoretical and practical aspects of organizing a system for observing hygienic standards in natural science centers. During the study, hygienic requirements, sanitary rules and safety measures directly related to the activities of students are systematically analyzed. The article also



reveals the role of pedagogical approaches, interactive methods and control mechanisms in the formation of a hygienic culture. Scientifically based ways to increase the effectiveness of education by creating a healthy environment in a natural science center are described.

**Keywords:** Hygiene, sanitation, natural science center, healthy environment, ecological culture, personal hygiene, disinfection, pedagogical technologies, interactive methods, quality of education.

Zamonaviy ta'lim tizimida sog'lom va xavfsiz muhitni ta'minlash ustuvor yo'nalishlardan biri hisoblanadi. Ayniqsa, boshlang'ich ta'lim va maktabgacha ta'lim muassasalarida tashkil etilgan tabiatshunoslik markazlari o'quvchilarning tabiat bilan bevosita muloqotini ta'minlaydi. Bu jarayonda o'quvchilar turli tajribalar o'tkazadi, o'simliklar parvarishi bilan shug'ullanadi va tabiiy materiallar bilan ishlaydi. Shu nuqtai nazardan, gigiyenik normalarga rioya qilish masalasi alohida ahamiyat kasb etadi. Chunki gigiyenik qoidalarga amal qilinmasligi turli kasalliklar, infeksiyalar va sog'liq bilan bog'liq muammolarni keltirib chiqarishi mumkin. O'zbekiston Respublikasi Prezidenti Shavkat Mirziyoyev ta'kidlaganidek, yosh avlodni sog'lom va barkamol etib tarbiyalash ta'lim tizimining asosiy vazifalaridan biridir. Shu bois tabiatshunoslik markazlarida gigiyenik normalarga rioya qilish tizimini ilmiy asosda tashkil etish dolzarb masala hisoblanadi.

Tabiatshunoslik markazi – bu bolalar tabiat hodisalari, tirik organizmlar va atrof-muhit bilan bevosita tanishadigan, tajribalar o'tkazadigan va kuzatishlar olib boradigan muhim ta'lim maskanidir. Bunday muhitda sog'lom va xavfsiz sharoitni ta'minlash eng ustuvor vazifalardan biridir. Shu sababli tabiatshunoslik markazida gigiyenik normalarga rioya qilish nafaqat bolalarning salomatligini saqlash, balki ta'lim jarayonining samaradorligini oshirishda ham muhim ahamiyat kasb etadi.

Gigiyenik talablar tozalikni saqlash, xonalarni muntazam shamollatish, jihoz va asbob-uskunalardan to'g'ri foydalanish, shaxsiy gigiyena qoidalariga amal qilish kabi omillarni o'z ichiga oladi. Ayniqsa, o'simliklar, hayvonlar yoki turli tabiiy namunalardan foydalaniladigan mashg'ulotlarda sanitariya qoidalariga qat'iy rioya qilish zarur. Chunki bu jarayonda mikroorganizmlar tarqalishi yoki allergik holatlar yuzaga kelishi ehtimoli mavjud.



Gigiyena – bu inson salomatligini saqlash va mustahkamlashga qaratilgan ilmiy bilimlar tizimidir. Tabiatshunoslik markazida gigiyenik talablar quyidagi yo‘nalishlarni qamrab oladi:

- ✓ shaxsiy gigiyena
- ✓ atrof-muhit gigiyenasi
- ✓ jihozlar va vositalar gigiyenasi
- ✓ xavfsizlik va sanitariya talablari

Mazkur talablar o‘quvchilarning sog‘lig‘ini saqlash bilan birga ularning ekologik madaniyatini ham shakllantiradi.

## Gigiyenik normalarning amaliy ahamiyati

Tabiatshunoslik markazida o‘quvchilar quyidagi faoliyat turlari bilan shug‘ullanadi:

- ✓ tuproq bilan ishlash
- ✓ o‘simliklarni parvarish qilish
- ✓ suv bilan tajribalar o‘tkazish
- ✓ laboratoriya kuzatuvlari

Bu faoliyatlar davomida gigiyenik normalarga amal qilinmasa, mikroorganizmlar tarqalishi, qo‘l orqali infeksiya yuqishi va allergik reaksiyalar yuzaga kelishi mumkin.

Shu sababli quyidagi qoidalar joriy etilishi lozim:

- ✓ har bir mashg‘ulotdan oldin va keyin qo‘l yuvish
- ✓ maxsus himoya vositalaridan foydalanish
- ✓ ishlatilgan jihozlarni dezinfeksiya qilish
- ✓ chiqindilarni to‘g‘ri utilizatsiya qilish

## Gigiyenik tizimni tashkil etish mexanizmi

Tabiatshunoslik markazida gigiyenik tizimni tashkil etish quyidagi bosqichlarni o‘z ichiga oladi:

### *Rejalashtirish*

- ✓ gigiyenik qoidalarni ishlab chiqish
- ✓ sanitariya talablarini belgilash



- ✓ ko‘rgazmali materiallar tayyorlash
- ✓ o‘quvchilarga gigiyena qoidalarini o‘rgatish
- ✓ amaliy mashg‘ulotlar o‘tkazish
- ✓ interfaol metodlardan foydalanish

#### *Nazorat*

- ✓ gigiyenik holatni muntazam tekshirish
- ✓ monitoring tizimini joriy etish
- ✓ natijalarni tahlil qilish

#### *Pedagogik yondashuv va interfaol metodlar*

Gigiyenik normalarni o‘rgatishda zamonaviy pedagogik texnologiyalar muhim o‘rin tutadi. Quyidagi metodlar samarali hisoblanadi:

- ✓ **“To‘g‘ri – noto‘g‘ri” metodi** – gigiyena qoidalarini ajratish
- ✓ **“Sirli quti” metodi** – gigiyena vositalarini aniqlash
- ✓ **“BBB” metodi** – bilimlarni tizimlashtirish
- ✓ **“So‘zdan gap tuz” metodi** – nutqni rivojlantirish

Mazkur metodlar orqali o‘quvchilar gigiyenik normalarni nafaqat o‘rganadi, balki amaliyotda qo‘llashni ham o‘zlashtiradi.

#### *Gigiyenik madaniyatni shakllantirish*

Gigiyenik madaniyat – bu shaxsning tozalik va sog‘lom turmush tarziga bo‘lgan ongli munosabatidir. Tabiatshunoslik markazida quyidagi omillar orqali gigiyenik madaniyat shakllantiriladi:

- ✓ muntazam targ‘ibot ishlari
- ✓ ko‘rgazmali vositalar
- ✓ amaliy mashg‘ulotlar
- ✓ o‘qituvchi namunasining ahamiyati

Natijada o‘quvchilarda sog‘lom turmush tarzi ko‘nikmalari shakllanadi.

#### *Natijalar va samaradorlik*

Gigiyenik normalarga rioya qilish tizimi joriy etilganda:



## IQTIDOR & INTELLEKT

ILMIY kasalliklar kamayadi

- ✓ o‘quvchilar faolligi oshadi
- ✓ ta’lim sifati yaxshilanadi
- ✓ gigiyenik madaniyat rivojlanadi

Bu esa ta’lim jarayonining samaradorligini oshirishga xizmat qiladi.

### XULOSA VA TAVSIYALAR

Bolalar gigiyenik normalarga rioya qilishning ahamiyatini chuqur tushundilar. Ular qo‘l va yuzni muntazam yuvish, tishlarni tozalash, toza kiyim kiyish, soch va tirnoqlarni parvarish qilish kabi kundalik gigiyena qoidalarining kasalliklarning oldini olishda va sog‘lom turmushni qo‘llab-quvvatlashda qanday muhim ekanligini amalda ko‘rdilar. Shuningdek, toza muhitda bo‘lish, atrof-muhitni ifloslantirmaslik va shaxsiy gigiyena odatlarini saqlashning inson tanasiga va sog‘lig‘iga ijobiy ta’siri bilan tanishdilar.

Mashg‘ulot davomida bolalar gigiyena qoidalarini o‘yin, rasm, sahnalashtirish va rolli mashqlar orqali o‘rgandilar, bu esa ularning nutqini rivojlantirdi, to‘liq gap tuzish va mantiqiy fikrlash ko‘nikmalarini mustahkamladi. Har bir bola o‘z tajribasi asosida amaliy misollar keltirdi: “Men qo‘limni yuvdim, kasalliklardan himoyalananaman”, “Toza kiyim kiyish tanani sog‘lom qiladi”, “Men atrofimni tozalayman, tabiatni ifloslantirmayman”. Shu orqali bolalar gigiyena qoidalarini nafaqat eslab qolish, balki harakatda qo‘llashni ham mashq qildilar.

Tavsiyalar sifatida bolalarni har kuni qo‘l yuvish, yuzni tozalash, tishlarni parvarish qilish, toza kiyim kiyish, sog‘lom ovqatlanish va yetarli uyquga odatlantirish muhim. Gigiyenik qoidalarni rolli o‘yinlar, mini-hikoyalar, rasm va sahnalashtirish orqali mustahkamlash tavsiya etiladi. Bolalarni sog‘lom muhitni saqlashga rag‘batlantirish, iflos joylardan uzoq turishga o‘rgatish, shuningdek zararli odatlardan saqlanishni o‘rgatish lozim.

Bolalar bilan birga doimiy tarzda mini-hikoya yaratish, rasm yoki sahna ko‘rinishida gigiyena qoidalarini ijro etish orqali ularning amaliy ko‘nikmalarini rivojlantirish, sabab–natija bog‘liqligini tushuntirish va to‘liq gap tuzish ko‘nikmalarini mustahkamlash mumkin. Shu bilan birga, tarbiyachilar oilada ham bu qoidalarni muntazam nazorat qilish orqali bolalarning sog‘lom turmush odatlarini doimiy shakllantirishlariga yordam beradi.



Bolalar gigiyenik normalarga rioya qilishning ahamiyatini tushundilar: qo‘l va yuzni yuvish, tishlarni tozalash, toza kiyim kiyish, sog‘lom ovqatlanish va toza muhitda bo‘lish kasalliklardan himoya qiladi. Mashg‘ulot davomida ular gigiyena qoidalarini amalda bajarish, hayotiy misollar orqali izohlash va o‘z fikrini to‘liq gap bilan ifodalash ko‘nikmalarini rivojlantirdilar.

Bolalarni har kuni qo‘l yuvish, yuzni tozalash, shaxsiy gigiyena qoidalarini bajarishga odatlantirish tavsiya etiladi. O‘yin va rolli mashqlar orqali gigiyenik qoidalarni mustahkamlash, sog‘lom muhitni saqlashga rag‘batlantirish va atrof-muhitni ifloslantirmaslikni o‘rgatish muhim. Bolalar bilan birga mini-hikoya, rasm yoki sahnalashtirish orqali gigiyena mavzusini muntazam takrorlash va mustahkamlash, ularni amaliy ko‘nikmalar bilan boyitadi.

### **FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR**

1. O‘zbekiston Respublikasi. “Ta’lim to‘g‘risida”gi Qonun. — Toshkent, 2020. 46-bet
2. O‘zbekiston Respublikasi. “Maktabgacha ta’lim va tarbiya to‘g‘risida”gi qonun. — Toshkent, 2019. 122-bet
3. Atrofi olamni o‘rganish. Mualliflar: Zuhra Ro‘zieva va Nasiba Erxonova. Nashr yili: 2022. 82-bet
4. Maktabgacha ta’lim muassasalarida applikatsiya mashg‘ulotlari / Muallif: G.A. Amirova 2014. 100-bet
5. <https://www.ziynet.uz>
6. <https://www.pedagog.uz>
7. [https://t.me/rtm\\_metodik\\_xizmat](https://t.me/rtm_metodik_xizmat)