

KIMYO VA BIOLOGIYA DARSLARIDA SALOMATLIKNI TEJAYDIGAN TEXNOLOGIYALAR

Kongratbayev J.A

Ajiniyoz nomidagi Nukus davlat pedagogika instituti 4-kurs talabasi
kongratbaevzasur@gmail.com

Bolalar salomatligi muammosi bugungi kunda har qachongidan ham dolzarbdir. Hozirda biz ishonch bilan aytishimiz mumkinki, aynan o'qituvchi zamonaviy o'quvchining salomatligi uchun shifokordan ko'ra ko'proq narsani qilishga qodir. Bu o'qituvchi tibbiy mutaxassisning vazifalarini bajarishi kerak degani emas. Shunchaki o'qituvchi shunday ishlashi kerakki, bolalarni maktabda o'qitish ularning sog'lig'iga zarar etkazmasligi, o'quv motivatsiyasi darajasini va birinchi navbatda o'quvchining ta'lim va kognitiv motivlarini pasaytirmasligi kerak [2].

Ushbu muammolarni hal qilishda salomatlikni tejaydigan texnologiyalarni qo'llash orqali sezilarli samaraga erishish mumkin, bu har qanday ta'lim texnologiyasining sifat xususiyatlariga taalluqlidir va o'qituvchilar va talabalarning sog'lig'ini saqlash muammosi qanchalik yaxshi hal etilayotganligini ko'rsatadi.

Ulardan foydalanish quyidagilarga imkon beradi:

- individual psixologik xususiyatlarni (idrok, fikrlash, xotira) va individual ish sur'atini hisobga olgan holda o'qitishning shaxsiy yo'nalishini amalga oshirish, maktab o'quvchilari uchun qulay shart-sharoitlarni yaratish;

- prognoz qilingan natijaga erishish, uni ma'lum vaqt oralig'ida ma'lum darajadagi resurs sarfi, o'qituvchi va o'quvchining jismoniy va ruhiy salomatligi bilan amalga oshirish;

- ta'limga faol yondashish nazariyasi bilan uzviy aloqani saqlab turish;

- o'quvchilarning mustaqil ishlarini tashkil etish, ularni ma'lumotnoma bilan ishlashga o'rgatish.

Salomatlikni tejaydigan texnologiyalar - bu asosiy mezonlarga javob beradigan ta'lim texnologiyalari:

Nima uchun? - o'quv maqsadlarini aniq va qat'iy belgilash;

Nimaga? - tarkibni tanlash va tuzilishi;

Qanaqasiga? - o'quv jarayonini optimal tashkil etish;

Nima yordami bilan? - metodlar, texnikalar va o'qitish vositalari;

Kim? - o'qituvchilar malakasining haqiqiy darajasi.

Bu shundaymi - ta'lim natijalarini baholashning ob'ektiv usullari,

"Zarar qilmang!" - qo'llaniladigan barcha usul, uslub va vositalar asosli bo'lishi, amaliyotda sinab ko'rilgani, talaba va o'qituvchining sog'lig'iga zarar keltirmasligi kerak;

O'qituvchi va o'quvchining sog'lig'iga g'amxo'rlik qilish ustuvor vazifadir - qo'llaniladigan hamma narsa ta'lim jarayoni ishtirokchilarining psixofiziologik holatiga ta'siri nuqtai nazaridan baholanishi kerak;

Davomiylik va uzluksizlik - ish alohida holatda emas, balki har kuni va har bir darsda amalga oshiriladi;

Subyekt-sub'yektiv munosabat - o'quvchi sog'liqni saqlash tadbirlarining mazmuni va jarayonida bevosita ishtirokchisidir;

Mazmun va tashkil etilishining o'quvchilarning yosh xususiyatlariga muvofiqligi o'quv yuklamasining hajmi, materialning murakkabligi o'quvchilarning yoshiga mos kelishi kerak;

Integratsiyalashgan, fanlararo yondashuv - o'qituvchilar, psixologlar va shifokorlar harakatlarining birligi;

Muvaffaqiyat muvaffaqiyatni tug'diradi - urg'u faqat yaxshilikka qaratiladi, har qanday harakat yoki harakatda birinchi navbatda ijobiy ta'kidlanadi va shundan keyingina kamchiliklar qayd etiladi;

Faoliyat - har qanday jarayonda faol ishtirok etish ortiqcha ish xavfini kamaytiradi;

O'z sog'lig'i uchun mas'uliyat - har bir bola o'z sog'lig'i uchun mas'uliyatni rivojlantirishga harakat qilishi kerak, shundagina u sog'lig'ini saqlashda o'z bilim, ko'nikma va qobiliyatlarini amalga oshiradi [1].

Ba'zi uslubiy adabiyotlar mualliflari "sog'liqni saqlashni tejaydigan o'qitish texnologiyalari" tushunchasining mavjudligini tan olmaydilar, ular umuman sog'liqni saqlash texnologiyalari mavjud emas, hatto ko'plik shaklida ham mavjud bo'lgan pozitsiyani taklif qiladilar. Mavjud ta'lim texnologiyalari va texnologiya butun va yaxlit model, ular albatta sog'liqni saqlash komponentiga ega bo'lishi kerak. Men ham shunday fikrdaman: har qanday o'qitish texnologiyasi o'quvchilar salomatligini asrash va mustahkamlashga, ularda sog'lom turmush tarzini shakllantirishga qaratilgan bo'lishi kerak, aks holda kimga sog'lig'iga putur yetkazuvchi texnologiyalar kerak bo'ladi.

Shunday qilib, sog'liqni saqlashni tejaydigan ta'lim o'qitish texnologiyasining maqsadi o'quvchilarning davlat ta'lim standartiga erishish va shu bilan birga sog'lig'ini saqlash va mustahkamlashdir.

Kimyo va biologiya darslarida o'quvchilar organik va noorganik moddalar hayotining asosiy qonuniyatlari bilan tanishadilar. Tabiatshunoslik fanlarini o'qitish sizga sog'liqni saqlash tamoyillarini dars mavzulari va turli vazifalarni sinfda ham, uy vazifasini tayyorlashda ham organik ravishda kiritish imkonini beradi. O'ylaymanki, biologiya va kimyo kabi boshqa fanlar o'quv jarayonida o'quvchilar salomatligini saqlashga qaratilgan emas va ularga o'z sog'lig'iga qanday g'amxo'rlik qilish haqida tushuncha bermaydi. Ushbu ta'lim sohasidagi kurs deyarli har bir darsda salomatlikni saqlash elementlari mavjud bo'lgan tarzda tuzilgan. Ayniqsa, 8-sinf biologiya kursi: anatomiya, fiziologiya, psixologiya va gigiena kurslarini o'rganayotgan bolalar bu jarayonda faol ishtirok etadilar: ular internetdan ma'lumot topadilar, taqdimotlar yaratadilar, salomatlik mavzusida xabarlar tayyorlaydilar [3].

Sog'lom bolalar soni yildan-yilga kamayib borayotgani hech kimga sir emas. Bolalar maktabda o'qish paytida ko'plab surunkali kasalliklarga duchor bo'lishadi. Rasmiy ma'lumotlarga ko'ra XX-asrning oxiriga kelib, maktab bitiruvchilarining atigi 5 foizi deyarli sog'lom edi, maktab o'quvchilarining 80 foizi surunkali kasalliklarga duchor bo'lgan va 70 foizdan ortig'i nevropsik kasalliklardan aziyat chekkan. Har mingta tug'ilgan chaqaloqning 900 nafari tug'ma nuqsonlarga ega. Bunday tendentsiya – sog'lom bolalar sonining kamayib borayotganini maktabimizda ham ko'rish mumkin.

"Maktab kasalliklari" deb ataladigan narsa, asosan, o'quv yukining hajmining oshishi va xarakterining murakkablashishi, shuningdek, "o'quvchi-o'qituvchi" munosabatlari va sinf ichidagi shaxslararo munosabatlarning murakkablashishi bilan bog'liq. O'quvchilar va o'qituvchilar uchun kasallanishning tuzilishida tayanch-harakat tizimining buzilishi, asab tizimi, sezgi a'zolari, yurak-qon tomir va ovqat hazm qilish tizimlarining patologiyalari ustunlik qiladi. Bizning metodik birlashmamizda salomatlikni saqlashning asosiy yo'nalishlaridan biri bu sinfda sog'lom psixologik muhitni yaratish va o'rganilayotgan fanlarga qiziqishni oshirishdir, chunki asab tizimining erta shikastlanishi asab tizimining faoliyatida turli xil og'ishlarga sabab bo'ladi [4,5].

Kimyo va biologiya o'qituvchilari qiziqarli materiallarni namoyish qilish uchun darslarida o'yin daqiqalari va audio va video jihozlardan unumli foydalanadilar. Darslarni o'tkazish shakllari orasida ko'pincha viktorina darsi, musobaqa darsi, sayohat darsi va boshqa noan'anaviy o'qitish shakllari mavjud. Kompyuter texnologiyalaridan foydalanish talabalarining qiziqishini oshirishi, shuningdek, materialni idrok etish sifatini oshirishi mumkin.

Talabalarni test qilish uchun kompyuter va ovoz berish tizimidan foydalanish ularga sharikli ruchkadan dam olish va barmoqlarini cho'zish imkoniyatini beradi. Nafaqat maktabda, balki butun jamiyatda dolzarb bo'lgan muammolardan biri bu jismoniy harakatsizlikdir. Texnologik taraqqiyot insonning harakatchanligini pasayishiga olib keladi. Faqat faol jismoniy mashqlarga ajratilgan vaqt emas, balki ochiq havoda o'tkaziladigan vaqt ham kamayadi. Biologiya darslarida o'quvchilar tayanch-harakat apparatining tuzilishi va uning rivojlanishi uchun jismoniy mashqlarning ahamiyati bilan tanishadilar. Biologiya va kimyo darslarida bolalar oziq-ovqat mahsulotlarining tarkibi, ularning energiya qiymati va insonning oziq-ovqatdan olinadigan energiyaga bo'lgan ehtiyoji bilan tanishadilar. Talabalarining e'tibori o'z vaqtida va muvozanatli ovqatlanish zarurligiga qaratiladi. Maktab o'quvchilari sog'lom ovqatlanish talablarini hisobga olgan holda menyu tuzishni o'rganadilar va uni tayyorlash jarayonida oziq-ovqat bilan sodir bo'ladigan jarayonlar haqida kerakli ma'lumotlarni oladilar. Ovqatlanish madaniyatini yuksaltirish, shuningdek, asosiy gigiyena talablariga rioya etish borasida ishlar olib borilmoqda.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR:

1. Курбанбаева Асель, Бегмуратова Еркинай. Интеграционное (интегративное) обучение в школе химии // International bulletin of engineering and technology. Volume 3, Issue 7, July
2. A.J. Kurbanbayeva. The educational value of surgical methods in maintaining health formed in the experiences of the Karakalpak people. Journal of Survey in Fisheries Sciences 10(2S) 3670-3676 2023.
3. Kurbanbaeva Asel Jumabaevna. The traditions of our people to teach young people how to heal through magic and magical phenomena. Eurasian Journal of Learning and Academic Teaching. 2021. 17-22p

4. Марков В.В. Основы здорового образа жизни и профилактика болезней: учеб. пособие для студентов пед. вузов. М.: Академия, 2001. 320 с.

5. Норқобилов М.Н., Мирходжаева З.С., Маҳмудов В.В. Жисмоний маданият ва спорт машғулотида соғлом турмуш тарзини талабалар онгига сингдиришда педагогик ёндошувлар. // Монография. Тошкент 2019.-138б.