

**Talabalarda madaniyat mazmunining invariantini o'zlashtirganda  
salomatlikni takomillashtirish darajasi**

***Mattiyev I.B.***

*Samarqand iqtisodiyot va servis instituti*

*“Tillarni o'qitish” kafedrası professor v.b., DSc*

+998932240076, [ilhom\\_matiev@gmail.uz](mailto:ilhom_matiev@gmail.uz)

***Annotatsiya.*** Ushbu maqolda ta'lim tizimlarida talabalarda madaniyat mazmunining invariantini o'zlashtirganda salomatlikni takomillashtirish darajasi mohiyati va mazmuni, o'ziga xos xususiyatlari muallif tomonidan yoritib berilgan.

***Kalit so'zlar:*** ta'lim, ta'lim tashkilotlari, madaniyat, invariant.

Shaxsiy xavfsizlik va salomatlikning mafkuraviy belgilovchilari bo'lajak talabaning sog'lom turmush tarzi va uning faoliyatini sog'lom turmush tarzi ma'nosini qizg'in izlash jarayonida, sog'liqni saqlash madaniyatining sub'ekti sifatida takomillashtirishning ma'naviy sohasiga qaratilgan. Pedagogika va psixologiya fanlarida ma'lum materiallar to'plangan, unda talabaning subyektiv pozitsiyasini aktuallashtirish yo'llari ko'rsatilgan<sup>1</sup>. Bunda masalani o'rganishda biz quyidagi qoidalar va ma'lumotlardan kelib chiqdik:

1) madaniy shakl ham natijaning, ham unga erishish usulining barcha belgilarini o'z ichiga oladi, ikkinchisi madaniy rivojlanish shaklining muhimroq atributiv belgisidir;

2) talabalarining sog'lomlashtirish madaniyatini takomillashtirish jarayonida amalga oshiriladigan sog'lom insonni tarbiyalashning asosi bo'lgan normalar, qadriyatlar, munosabatlar tajribasi va faoliyat usullarini faol bilish, shuningdek, insonning jismoniy va ma'naviy rivojlanishining resurslarini mustahkamlaydigan

---

<sup>1</sup> O'zbekiston Respublikasi Prezidenti SHavkat Mirziyoevning O'qituvchi va murabbiylar kuniga bag'ishlangan tantanali marosimdagi nutqi. //https://uza.uz/zu/posts/zbekiston-respublikasi-prezidenti-shavkat-mirziyeevning-ituv-30-09-2020.

turmush tarzini tashkil etish;

3) barqaror takomillashishni belgilovchi omillarning dunyoqarashi darajasidagi talabani salomatlik madaniyatida takomillashish murakkab va ko'p bosqichli, sog'lom turmush tarzini madaniy jarayon sifatida semantik yo'naltirish jarayoni;

4) pedagogikada ishlab chiqilgan batafsil usullarni o'zlashtirganda sog'lom insonni tarbiyalash va xavfsiz hayotni tashkil etish jarayoni, talabalar individual, mualliflik shaklida qurilishini amalga oshiradilar, kasbiy-pedagogik faoliyat loyihasi va uni amalga oshirish bo'yicha tabiiy va madaniy muvofiqlik prinsipi madaniyat olamidagi o'z o'rnini belgilash sifatida.

Sog'lom turmush tarzi xodisasini o'zi uchun hayotiy faoliyatning dolzarb mazmundagi dasturi sifatida qabul qiladigan talabalarning shaxsiy-kasbiy rivojlanishi ko'p bosqichli semantik takomillashishlar bilan ajralib turadi. Salomatlik madaniyatini o'zlashtirish jarayonining mazmuni pedagogik faoliyat tarkibidagi me'yorlar, qadriyatlar, ma'nolar, davolash usullari bilan tanishish, yangi rollar va xulq-atvorni takomillashtirish va umuman, bilimlarni to'plash haqidagi shaxsni xavfsiz xulq-atvor va salomatlikka o'rgatish madaniyati hisoblanadi. Bunday bosqichlarning mexanizmlari:

a) istak sifatida nusxa ko'chirish talabani o'quv muhitini yaxshilash yo'llarining misollarini harakatlarda takrorlash;

b) ta'lim tizimida salomatlik omillari, ideallari, me'yorlari va sog'lomlashtirish amaliyoti to'g'risida tizimlashtirilgan bilimlarni to'plash;

c) valeologik ongning oldingi stereotiplari, hatti-harakatlari, faoliyati;

d) o'z-o'zini saqlab qolish va o'z-o'zini mukammallashtirish uchun ongsiz intilishning irrasional mexanizmlari.

Salomatlik madaniyatini o'zlashtirishning ushbu bosqichida his-tuyg'ularni refleksivni chetlab o'tib, tashqaridan berilgan ma'noni o'zlashtirish usuli sifatida oqimni baholash, yoki uni ongli ravishda qabul qilish va talabalarning rivojlanishining semantik tuzilmalari dinamikasiga kiritish, ularni to'g'ridan-to'g'ri taqlid qilish orqali, lekin mazmunini o'zgartirmasdan, majburiy so'zlashuv bilan

takomillashtirish mumkin<sup>2</sup>. Ta'lim jarayoni birinchi navbatda talabaning sog'lig'i madaniyatini takomillashtirishga qaratilganligi aniq. O'zlashtirish natijasida salomatlik madaniyatining mazmuni talaba uchun uning subyektivligi, unga nisbatan shaxsiy munosabatini bildirishi bilan yaqinroq va tushunarli bo'ladi. O'zaro munosabatlar tizimi orqali faqat "refleksiv, assimilyasiya darajasida salomatlik madaniyati, dastlabki reproduktiv shaklda lekin konstitutsiyaviy va talqin qiluvchi" talaba dunyo va dunyo bilan semantik tuzilmalarni va aloqalarni rivojlantiradi. Assimilyasiya jarayonining mexanizmlari quyidagilarni o'z ichiga oladi:

a) shaxsiyatdan tashqarida sog'lom turmush tarzining zaruriy shartlarini (me'yorlar, ideallar, an'analar, faoliyat usullari va boshqalar shaklida) tekislikka tarjima qilish sifatida ichkilashtirish, idrok, bilish orqali individual mulk (tushuntirish va tushunish) va madaniy shakllarni o'zgartirish; b) dunyo bilan munosabatlar, uning predmeti tomonidan aks ettirish; c) "ma'no masalasi"ni echish faoliyati (ma'no-ogohlik); d) pedagogik faoliyatning turli jabhalarda davolash malakalarini takomillashtirish; e) shaxsiylashtirish.

### **FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR:**

1. Маттиев, И. Б. (2011). Культура здорового образа жизни: взгляды прошлых цивилизаций (на примере Узбекистана). In Педагогика: традиции и инновации (pp. 49-51).
2. Маттиев, И., & Шодиярова, К. (2020). Талабаларда саломатликни асрашга йўналтирилган тафаккурни шакллантиришга хизмат қиладиган шакллар, воситалар, методлар. Общество и инновации, 1(2/S), 314-318.
3. Маттиев, И. Б. (2016). Некоторые направления государственной политики здоровьесбережения как педагогический фактор формирования здорового поколения. Бюллетень науки и практики, (10 (11)), 358-363.
4. Маттеев И. Б. (2022). Социально-педагогическая необходимость развития здравоохранения для студентов. Web of Scientist: International Scientific Research Journal, 3(4), 300-304.

---

<sup>2</sup> Nishonova Z.T. Yuqori sinf o'quvchilarining aqliy faoliyati usullari. – Toshkent, 1993;

5. Mattiev, I. B. (2022, February). INNOVATION TECHNOLOGIES IN EDUCATION SYSTEM AND THEIR USE. In Conference Zone (pp. 167-168).
6. Маттьев И. Б. (2022, февраль). ВАЖНОСТЬ ДИСТАНЦИОННОГО ОБРАЗОВАНИЯ В НЕЗАВИСИМОМ ОБРАЗОВАНИИ. В конференц-зоне (стр. 20-23).
7. Маттиев, И. Б. (2022). ТАЪЛИМ ТИЗИМИДА ИННОВАЦИОН ТЕХНОЛОГИЯЛАР ВА УЛАРНИНГ ҚЎЛЛАНИЛИШИ. Zamonaviy dunyoda innovatsion tadqiqotlar: Nazariya va amaliyot, 1(11), 22-24.
8. Маттиев, И. Б. (2019). САЛОМАТЛИКНИ АСРАШГА ЙЎНАЛТИРИЛГАН ТЕХНОЛОГИЯЛАР: ДОЛЗАРБЛИК САБАБЛАРИ ВА ОМИЛЛАРИ. Интернаука, (14-2), 56-58.
9. МАТТИЕВ, И. (2017). САЛОМАТЛИКНИ АСРАШГА ЙЎНАЛТИРИЛГАН ТЕХНОЛОГИЯЛАР: ЎҚИТУВЧИЛАР КОМПЕТЕНЦИЯСИ МАСАЛАЛАРИ. ВЕСТНИК КАРАКАЛПАКСКОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО УНИВЕРСИТЕТА ИМЕНИ БЕРДАХА, 35(2), 61-64.