

ТАЛАБАЛАРНИНГ САЛОМАТЛИК МАДАНИЯТИНИ ШАКЛЛАНТИРИШ

Эшдавлатов Б.М.

Тошкент педиатрия тиббиёт институти

Долзарблиги. Республикамизда 10 йилдирки Ўзбекистон Республикаси Соғлиқни Сақлаш тизимида олиб борилаётан ислохотлар натижасида қатор ютуқлар кўзатилмоқда, бу айниқса соғлиқни сақлашда бирламчи звено бўлмиш тез тиббий ёрдам ва даволаш ишлари тизимини такомиллаштиришни талаб этади. Мадомики Соғлиқни сақлаш маданиятини ривожлантириш, талабаларнинг соғлиғига мотивациясини шакллантиришнинг услубий асосларидан чиқиб соғлом турмуш тарзи, жисмоний тарбияга муносабатлари алохида аҳамиятга эга. Шу борада айтиш жоизки асосий ноинфекцион касалликлар, СТТ асосларини аҳолига етказиш, ҳар бир фуқаро онгида соғлом турмуш тарзи фалсафасини шакллантириш масаласи соғлиқни сақлашни ислох қилишнинг умумий қисмидан бироз орқада қолаётгани сезилмоқда. Аҳолига СТТ қоидаларини етказишда турли ёндошувлар мавжуд, афсуски, уларнинг кўпчилиги тизимли характерга эга эмас, улар шунчаки ҳаётдаги маълум жараёнларнинг ўзгариши таъсирида вужудга келадиган ҳолатларга асослангандир, яъни жисмоний юкламалар, меъёрли овқатланиш, зарарли одатларга қарши кураш ва ҳ.к. Буларнинг бари “санитария оқартув ишлар”ининг асосига айланиб, врачлар томонидан олиб бориладиган тарғиботни ташкил этади.

Тадқиқотнинг мақсади. Талабаларнинг саломатлик маданиятини шакллантириш услубий асосларидан чиқиш.

Тадқиқот материаллари. Илмий адабиётлар ва интернет маълумотлари билан ишлаш ва талабалар уртасида анкета суров ўтказилди.

Тадқиқот натижалари. Соғлиқни сақлаш тизимида авваллари СТТ тарғиботи тизимсиз характерга эга бўлиб, санитария-оқартув ишларига асосланган предмет сифатида эътироф этилмаган бўлса, бугунги кунда ушбу предметни аниқ асосли тизим тариқасида кўриб чиқиш мумкин, унга биноан аҳоли орасида СТТни шакллантириш аҳолини соғломлаштирида ижобий натижа беради. Соҳага оид стандартлар, алгоритмлар ҳамда протоколлар каби атамалар киритилгани бундан далолат беради. Жисмоний ва маданий жиҳатидан инсон тараққиётини иккита даражага ажратиш мумкин. Биринчи даража – бу ҳақиқий муайян маданият, ишлаб чиқилган моделлар ва меъёрлар бошқаруви шакллардаги ҳолатдир. У икки



томонлама мазмунли ва ифодада намоён бўлиши мумкин. Баъзи гўзаллик стандартларида, мутаносиблик ва эстетика, шунингдек бизнинг замонамизнинг маданий маъносини беради. Иккинчи даража одамнинг идрокини ўз ичига олади Ушбу имкониятлар инсон танаси, сезги аъзоларининг тафаккури бошқалар томонидан баҳоланади.

Оддий ҳаёт муносабатлар учун назарий билимларнинг этарлилик масаласига жавобларни таҳлил қилишда соғлом турмуш тарзи шунинг кўрсатдики, талабалар 33,3% талабалар қониқарли жавоб беришган; 18,4% жавоб бериш қийин бўлган; 28,3% назарий билимларнинг этишмаслигини тан олишга тайёр. Маълум бўлишича, 55% маърузалар, услубий ва амалий машғулотлар ўтказилиб, 41 фоиз талабалар мунтазам ва амалий машғулотларида қатнашдилар ва вақти-вақти билан қатнашди.

Талабаларнинг мотивациясини шакллантиришга асосланиб соғлом турмуш тарзида, онгли равишда жисмоний тарбияни шакллантиришдан иборатдир. Бизнинг ишимизнинг мақсади талабалар ҳаётини жисмоний маданият соҳасига яқинлаштириш ва бу орқали – соғлиқни сақлаш маданиятини шакллантириш ва соғлом имидж учун муносабатларни яратишдан иборатдир. Асосий усуллар орасида, ушбу мақсад эчими қуйидагиларни ҳал қилиш керак.

Хулоса: қилиб талабалар билан ишлаш учун индивидуал ёндашув ва ўқувчиларнинг саломатлигини сақлаш маданиятини шакллантириш бўйича соғлом турмуш тарзи соҳасидаги назарий билимлар олиш усулларини излаш ва талабалар саломатлигини сақлаш маданиятини шакллантиришдан иборат.

Фойдаланилган адабиётлар рўйхати:

1. Галимо Г.Я., Кудрявцев М.Д., Стрелников В.А. Жисмоний тарбия ва ўқув фаолиятини ташкил этиш Ўқишни ишлаб чиқишда // Бурят штатининг бюллетени Ситте. 2012 йил б. 97-105.

2. Лубтиршева Л.И. Жисмоний тарбия тушунчаси Таниа: Ривожланиш методологияси ва амалга ошириш технологияси // Жисмоний маданият: тарбиявий, таълим, ўқитиш. 2006. 5-11 б.

3. Эшдавлатов Б.М., Гафуров А.А. Болаларда жисмоний тарбиянинг соғлом турмуш тарзида тутган ўрни // «Актуальные проблемы гигиены и санитарии в Узбекистана», Т., 2012 йил, 20 апрел, 467-469 б.

4. Эшдавлатов Б.М. Влияние окружающей среды на здоровье человека // SCIENCE AND INNOVATION халқаро илмий журнали Д серияси 2022 йил №4-сон 200-204 б.

5. Хасанова М.И., Расулова Н.Ф., Аминова А.А. Соғлом турмуш тарзини шакллантириш асослари “Абу Али Ибн Сино таълимотидан учинчи ренессансгача” олий ўқув юртлари талабаларининг III халқаро олимпиадаси. Бухоро. 9 март 2023 йил. Стр. 70-71.

6. Джалилова, Гульчехра Азамовна, et al. "Охрана здоровья женщин-это залог формирования здорового поколения." *European research* 4 (15) (2016): 147-148.

7. Dustmatov, J. E., F. T. Makhkamova, and S. S. Gulyamov. "CLINICAL AND RADIOLOGICAL ASSESSMENT OF THE DENTAL IMPLANTATION TECHNIQUE IN PATIENTS WITH COMPLETE ABSENCE OF TEETH USING THE DICOM PROGRAM." *Art of Medicine. International Medical Scientific Journal* 1.2 (2021).