



**ВАЛЕОЛОГИК ВА ЭКОЛОГИК МАДАНИЯТ -
ИЖТИМОЙ МУОММО СИФАТИДА**

Алматамова Зебо Худайбердиевна

ЖДПУ

<https://doi.org/10.5281/zenodo.7339050>

ARTICLE INFO

Received: 08th November 2022

Accepted: 15th November 2022

Online: 19th November 2022

KEY WORDS

Инсон-шахс валеологик ва экологик маданият, табиат, инсоният, муаммо, саломатлик, соғлом турмуш тарзи, маданият, тарбия, атроф муҳит.

ABSTRACT

Мазкур мақолада валеологик ва экологик маданият таърифлари келтирилган. Экологик мақсад, экологик вазифалар, валеологик ва экологик маданиятни сингдириш ҳақида фикр юритилади.

«Одам аъзолари илмини ўрганмай туриб киши комил, иймонли ва етук бўла олмайди».

(Абу Али иби Сино)

Жаҳонда таълим XXI асрнинг барқарор тараққиётини таъминловчи асосий омил сифатида эътироф этилиб, талабаларнинг экологик-валеологик маданияти таълим жараёнига тадбиқ этилган. Инсониятнинг барқарор ривожланиши тушунчаси эҳтиёжлар келажак авлодларга зиён етказмаган ҳолда қондирилса инсониятнинг экологик-валеологик хавфсизлигини таъминлайди. Барқарор ривожланиш тамойилларига мувофиқ яшаш, ота-боболаримиз ва боболаримиздан олган юртни авлодларимиз учун сақлаб қолиш, яъни табиий экосистемаларда экотизимга олиб келувчи ўз – ўзини бошқариш жараёнларини сақлаб қолиш бўйича тизимли ишлар амалга оширилмоқда.

Ҳар қандай жамиятнинг келажаги ўсаётган ёш авлодга, уларнинг аввало соғлиғига, виждонли бўлиб, халқпарвар, Ватанпарвар бўлиб етилишига, илмли ва билимли бўлишига, маданий тараққиётига боғлиқ. Шунинг учун ҳам уларнинг соғлом ва бақувват ҳамда ақлий ривожланишда юқоридагилардан ташқари ота-онасининг соғломлиги, оила, жамият, иқтисодий аҳвол, маданияти ва атроф муҳитининг соғломлигига боғликлиги ҳеч кимга сир эмас. Шундай экан ҳар бир инсон-шахс ўзини, ўз организмнинг тузилиши ҳақида бироз ўйлаб кўриши, билишлиги даркор.

Бизга маълумки, ҳар қандай инсон, жонзот ва табиатдаги барча ҳаёт тарзини ўтаётган нарса-ҳодисалар (ер, сув, ҳаво, барча мавжудот ва бошқалар) доимо ҳаракатда, хатто биз учун ҳаракатсиз бўлиб кўринаётган барча борлиқлар ҳам бир-бирлари билан



узвий боғлиқ ҳолда бетўхтов ҳаракатда. Шунингдек, улар вақт ўтиши билан турли хил ўзгаришларда намоён бўлади. Ҳаёт - бу доимий ҳаракат демакдир. Мақсад эса - яшаш учун курашишдан иборат. Булар ҳаётнинг - тирикликнинг ўзига хос хусусиятлари қонунидир.

Шундай экан одамзот ҳам дунёга келгач, эсини таниганидан бошлаб, ўзини муҳофаза қилади, яшаш учун курашади ва бунинг учун овқатланади, келгусида зурриёт қолдиришга интилади, доимо ҳаракатда, ўзаро мулоқатда бўлади. Ишлаб чиқаришнинг турли хил турлари ва жабҳаларида қатнашади. Бунда бири оддий фуқаро бўлса, иккинчиси унга раҳбарлик лавозимида фаолият кўрсатади. Одамлар оилада, ишлаб чиқаришда, кўчада, кўйингчи ҳар хил ҳолатда, жойларда ўзаро мулоқатда бўладилар, ўзига хос япташ тарзи бошланади ва турлича намоён бўлади. Бунда харбир инсоннинг мақсади яхши яшашлик, соғлом бўлишлик ва узоқ умр кўришга интилишдап иборат бўлади. Бундай мақсадларга эришиш учун, энг муҳими ҳар бир одам аввало ўзлигини англаши лозим. «Соғлом турмуш тарзи» ни ҳар бир одам ўзи ва ўзгалар учун барпо қилиши керак. Ақл-идрок билан яшашликка интилиши керак. Барча салбий оқибатларнинг келиб чиқишини олдини олабилиши лозим. Бунинг учун энг аввало оилада, кейин ишлаб чиқаришда, кўча-қуйда, транспорт ва бошқа ҳолатларда юксак маданият билан яшашликка интилиши, албатта соғлом бўлишлик ва узоқ умр кўришликка замин-асос бўлиб ҳисобланади.

Бизга маълумки экология ва валеология кенг миқёсидаги кескин ижтимоий муаммоларидан биридир. Уни ҳал этиш

барча халқларнинг манфаатларига мос бўлиб, цивилизациянинг ҳозирги куни ва келажаги кўп жиҳатдан ана шу муаммонинг ҳал қилинишига боғлиқдир. Экологик ва валеологик маданият муаммоси аллақачонлар миллий ва минтақавий доирадан чиқиб, бутун инсониятнинг умумий муаммосига айланган.

Экологиянинг мақсади – ҳозирги ва келажак авлодлар учун барча организмлар яшаш муҳитининг хавфсизлигини таъминлаш. Экологик хавфсиз яшаш муҳити – организмлар, жумладан инсонларнинг муайян экотизимларда нормал ҳолатда кўпайиши, ўсиши ва ривожланиши учун тоза, соғлом ва қулай атроф табиий муҳит ҳолати демакдир. Ушбу мақсадга эришмоқ учун, бизнинг фикримизча, қуйидаги экологик тусдаги вазибаларни бажариш талаб этилади:

- экологиянинг умумэтироф этилган илмий-назарий асослари ишлаб чиқиш;
- унинг тарихи, ҳозирги ҳолати ва келажак истиқболларини турли миқёсларда уйғунлашган ҳолда аниқлаш; экологик маънавиятли, яъни экологик онгли ва маданиятли шахсни тарбиялаш;
- Ер планетаси табиий ресурслари ва бойликларини ҳисобга олиш, баҳолаш, кадастрлаш, аудитлаштириш ва экспертизалашни халқаро миқёсда олиб бориш;
- давлат ва жамият экологик бошқарув талабларини амалга кенг жорий қилиш;
- атроф табиий муҳит муҳофазасида фуқаролик жамияти институтлари фаолиятини йўлга қўйиш, нодавлат ташкилотлари ва жамоат



уюшмалари назоратини ўрнатилиш ва уларни тавсия кучидаги маълумотларидан экологик бошқарувда кенг фойдаланиш механизмини ишлаб чиқиш; локал (маҳаллий), миллий, регионал (минтақавий), глобал (курравий) миқёсда экологик хавфсизлик мониторингини олиб бориш;

- давлат, давлатлар ва халқаро ҳамжамият томонидан экологик назоратни ташкил этиш ва уларнинг ишлаш механизмини яратиш; истиқболга йўналтирилган экологик режа ва дастурларни мамлакат, минтақа ва глобал миқёсда ишлаб чиқиш, қабул қилиш ва амалга татбиқ этиш;

- маҳаллий, миллий ва халқаро миқёсда экологик-ҳуқуқий меъёрларни ишлаб чиқиш, қабул қилиш ва ишлаш механизмини яратиш ж экологик ҳуқуқбузарликлар ва уларнинг жавобгарлигини белгиловчи регионал ва глобал миқёсдаги ихтисослашган тергов, прокуратура ва суд органлари тизимини яратиш; маҳаллий, миллий, регионал ва глобал миқёсда фаолият юритувчи «экологик тез ёрдам» ташкилотлари, жамғармалари, гуруҳларини тузиш ёки улар фаолиятини фаоллаштириш; регионал ва глобал миқёсдаги экологик тангликдаги қуруқлик ҳудудлари (Оролбўйи, Чернобил, Фукусимо, Марказий Африка...) ва сув акваторияларини (денгизлар, трансчегаравий 23 дарёлар, Орол денгизи, Балхаш ва Чад кўллари...) инсонларнинг биргаликдаги ҳаракатлари орқали ҳал қилиш;

- экологик терроризмни олдини олиш йўллариини ишлаб чиқиш; жамиятни табиатга нисбатан экологик

ёинки экологик қисодий муносабат шакллариини ўрнатилиш ва ҳ.к.

А.Р.Маликова экологик маданият тушунчасининг илмий таърифини беради. Олиманинг фикрига кўра, “Экологик маданият – бу тирик мавжудотлар билан атроф-муҳит ўртасидаги ўзаро узвий алоқадорлик тўғрисидаги тушунча, билим, тафаккур, онг ва уларни амалий фаолиятга татбиқ этиш кўникмаси, малакаси ва масъулиятидир”. Ўз қарашларини ойдинлаштириб, олима экологик маданият бу - “табиат ва жамиятнинг ўзаро мутаносиблиги ва уйғунлиги таъминловчи амалий фаолият кўрсаткичидир”, дейди.

Н.Ш.Бозорова эса куйидаги таърифни келтиради: “Экологик маданият – бу табиат ҳақидаги билим, онг, идрок, саводхонлик, интеллектуал салоҳият ва уни амалда қўллай билиш фаолияти, атроф муҳитга нисбатан фаолиятнинг юксак кўрсаткичи, онгли ва масъулиятли ёндашувдир”. Унда табиат билан инсон ўртасида ўзаро оқилона, масъулиятли муносабат таркиб топади, дейилади.

«Умумий валеология» атамаси бизнинг кашфиётимиз эмас: у валеология бўйича ҳозирги даврда эълон қилинган асарларда, масалан, Д.В.Демин, И.Ф.Мингазов, В.И.Копякин, И.Тюмасева¹ илмий ишларида учрайди. Бунда «умумий валеология», «умумий экология», «умумий биология» гомологиясидан фойдаланиш мақсадга мувофиқдир. Бироқ тиббий валеология,

¹Зверев И.Д. Учебные исследования по экологии в школе. - М.: Центр "Экология и образование", 1993. -86 с.



психологик валеология ва ҳатто овқатланиш валеологияси, муҳаббат валеологияси, валеологик стрессология ва бошақалар каби мустақил фанларни ажратишнинг мақсадга мувофиқлиги катта шубҳа уйғотади.

Валеологияни унинг бирламчи асосий хислатларидан – аввалига инсоннинг (айнан умуман инсоннинг) фаровон ривожланиши ҳақидаги билимларнинг уйғунлиги ва фанлараролигидан, кейин эса ўзгарувчан тизимларидан (уларнинг тизимли ифодаланишида) маҳрум қилиш мумкин эмас. Саломатлик инсон ва ўзгарувчан тизимлар ривожланишининг таркибий қисми бўлганлиги сабабли, валеология бу ривожланишнинг ўзига хос даврлари шаклида ифодаланган ёшга оид хусусиятларини таъминлаши ва кузатиб бориши лозим. Инсон ривожланишининг ёшга оид ажралиб турадиган даврларга бўлиниши унинг саломатлигига тегишли жисмоний, маънавий ва ижтимоий хусусиятларини келтириб чиқаради; ундан сўнг эса инсон валеологиясининг тўғри келувчи даражаланиши ҳам таъминланиши лозим.

«Талабаларнинг экологик-валеологик маданиятини ривожлантириш» концепциясини яратиш йўлидаги биринчи омилий босқич бу муаммоларнинг – бизнинг ҳолатда ўзаро боғлиқ даражаларда прогноз қилинган кундалик билим олиш, мақсадга мувофиқ ўқитиш, тарбиялаш ва ривожлантириш фани сифатида «экология-валеология»

муаммоларининг долзарблиги:

а) замонавий экология-валеология талаблари тўғрисидаги билимлардан ва инсон ва жамиятнинг табиий-ижтимоий

муҳит ва ўзи (ўз фаровонлиги) билан ўзаро муносабатларидан келиб чиқадиган, онтогенез жараёнида ривожланадиган ва тарихий тараққиёт цивилизацияси билан ривожланган муносабатлар ҳақида долзарб муаммоларнинг кундалик ўрганиш соҳаси;

б) «экология-валеология» илмий соҳаси – олдиндан ривожланган «экология» ва «валеология» илмий соҳаларни интеграциялаштириш ёки одамларнинг табиий-ижтимоий муҳит билан ўзаро муносабатларининг ва ўзи билан бўлган муносабатларининг муҳим алоқаларини ҳар томонлама ўрганиш сифатида;

в) педагогика университетдаги талабаларни экологик-валеологик маданиятини ривожлантириш бўйича педагогик лойиҳа сифатида;

г) умумий ўрта таълим мактабида экологик ва валеологик таълим;

д) махсус таълимда экологик ва валеологик таълим.

Ушбу даражаларнинг ҳар бири ўзига хос хусусиятларга ва қийинчиликларга эга. Ва шу билан бирга, юқоридаги даражалар бир-бири билан боғлиқ бўлиб, бу муносабатлар экология-валеологиянинг фан сифатида ривожланиши, таълимнинг узлуксизлиги ва тарбияланувчиларнинг шахс-ёш хусусиятларини ривожланиши билан белгиланади.

Шундай қилиб, бир томондан, умумий таълимнинг ҳар бир босқичининг экологик ва валеологик таълими педагогика университети томонидан тегишли мутахассислик педагогларининг экологик ва валеологик тайёр-тайёр эмаслиги билан шартланган бўлиши керак; бошқа томондан эса, ҳар қандай даражадаги



экологик ва валеологик таълим
экологик ва валеологик фанлар, табиий
ва ижтимоий омиллар, шунингдек,
талабаларнинг шахсий ва ёш
хусусиятларига боғлиқ бўлади.
Хулоса қилиб айтиш жоизки, педагогика
олий таълим муассасаси талабаларида

соғлом турмуш тарзини
шакллантиришда мотивацияни
такомиллаштириш ва шу билан бирга
уларда касбий компетенцияни
шакллантириш зарур.

References:

1. Арзиқулов Р.У. Соғлом турмуш тарзи асослари. – Т.:, 2009. Т.І. –246 б.
2. Абдусатторова О. Оилада соғлом турмуш тарзи ва гендер масалалари. – Т.: Фалсафа ва ҳуқуқ институти нашриёти, 2007. – 125 б.
3. Амосов Н.М. Ваш ребёнок: здоровье и воспитание. – М.: Сталкер, 2003. – 94 с.
4. Зверев И.Д. Учебные исследования по экологии в школе. - М.: Центр "Экология и образование", 1993. -86 с.