

BOLALARNI TABIAT BILAN TANISHTIRISHTA SAYRNING AHAMIYATI

Sanginova Gulnoza Baxodirovna

Qo'qon Universiteti O'qituvchisi

Tojialiyeva Oydinoy

Maktabgacha Ta'lim yo'nalishi 2-kurs talabasi

<https://doi.org/10.5281/zenodo.20454478>

Annotatsiya: Ushbu tezida maktabgacha yoshdagi bolalarning jismoniy, intellektual va ruhiy rivojlanishida tabiat qo'ynida sayr qilishning ahamiyati keng yoritilgan. Unda sayr qilish jarayoni bolaning beshta sezgi a'zosi orqali dunyoni anglashiga yordam beruvchi jonli darslik ekanligi asoslab berilgan. Shuningdek, tabiat tanqisligi sindromi va uning oldini olish choralari, bolada nutq boyligi, mantiqiy fikrlash hamda ekologik madaniyatni shakllantirish usullari tahlil qilingan. Ishda har bir faslning o'ziga xos sayr qilish usullari va bolalarda tabiatga nisbatan mehr-shafqat hissini uyg'otishning ahamiyati bayon etilgan. Ushbu ma'lumotlar pedagoglar va ota-onalar uchun amaliy qo'llanma bo'lib xizmat qiladi.

Kalit so'zlar: Tabiat, sayr, bolalik, ekologik tarbiya, sensor rivojlanish, jonli darslik, nutq o'stirish, immunitet, ekologik so'qmoq, mantiqiy fikrlash, barkamol shaxs, atrof-muhit.

Kirish: Insoniyat yaralibdiki tabiat bilan uzviy bog'liq holda yashaydi. Ayniqsa inson hayotining poydevori hisoblangan bolalik davrida bu bog'liqlik hayotiy zaruratdir. Bolalik shunday bir davrki unda miya va tana har qanday ma'lumotni shimgich kabi o'ziga tortadi. Bugungi globallashuv va texnologiya asrida bolalarimiz to'rt devor orasida beton binolar ichida ulg'aymoqda. Bu esa ularning nafaqat jismoniy balki ruhiy rivojlanishiga ham salbiy ta'sir ko'rsatmoqda. Tabiat bilan tanishishning eng samarali va eng tabiiy usuli bu sayrdir. Sayr bu shunchaki tashqariga chiqish emas balki bu bolaning borliq bilan tillashishi uning sir-asrorlarini anglashi va o'zligini topish jarayonidir. Tabiat eng buyuk maktabdir deb bejiz aytilmagan. Chunki tabiatda o'rgatilgan darslar hech qachon unutilmaydi. Sayr davomida bola nafaqat o'simliklar va hayvonlarni ko'radi balki u dunyodagi muvozanatni his qiladi. Quyoshning chiqishi shamolning esishi yomg'irdan keyingi tuproq hidi bularning barchasi bolaning sezgi a'zolarini uyg'otadi. Agar biz bolaga tabiatni faqat kitoblardan rasmlar orqali o'rgatsak u tabiatni jonsiz deb qabul qiladi. Sayr esa tabiatni jonlantiradi uni bolaning eng yaqin do'stiga aylantiradi. Shu sababli sayrning ahamiyatini o'rganish bugungi pedagogikaning eng dolzarb vazifalaridan biri hisoblanadi. Tabiatda o'tkazilgan sayr bolaning sensor tizimi uchun haqiqiy ozuqadir. Bolada beshta sezgi a'zosi mavjud va ularning barchasi sayr davomida faol ishlaydi. Masalan ko'rish a'zosi orqali bola tabiatdagi ranglar jilosini ko'radi. Tabiatda ranglar shunchalik ko'pki ularni sanab sanog'iga yetib bo'lmaydi. Faqat yashil rangning o'zi tabiatda yuzlab tusga ega. Bu esa bolaning estetik didini shakllantiradi va unda rassomlik qobiliyatini uyg'otadi. Eshitish sezgisi orqali bola tabiat musiqasini tinglaydi. Qushlarning sayrashi suvning shildirashi barglarning shitirlashi bularning barchasi bolaning diqqatini jamlashga o'rgatadi. Hozirgi kunda shovqin-suronli shaharlarda yashaydigan bolalarda diqqat yetishmasligi muammosi ko'p uchraydi. Sayr esa ularga tinchlikni va mayin tovushlarni ajratishni o'rgatadi. Ushlab ko'rish sezgisi yoki taktil sezgi bolaning miya faoliyati bilan bevosita bog'liq. Sayr davomida bola daraxt po'stlog'ini ushlab ko'radi toshlarning silliqligini his qiladi qum bilan o'ynaydi. Bu jarayon qo'l motorikasini rivojlantiradi. Pedagogika fanida isbotlangan gap bor qo'l barmoqlari uchida insonning aqliy salohiyati yashiringan. Demak tabiatdagi turli narsalarni ushlab ko'rgan bolaning fikrlash qobiliyati ham tez o'sadi. Hidlash va ta'm bilish sezgilari ham

sayrda o'ziga xos tarzda rivojlanadi. Gullarning ifori pishgan mevalarning hidi va hatto havodagi namlikning hidi bolaning xotirasini kuchaytiradi. Inson miyasida hidlar bilan bog'liq xotiralar eng uzoq saqlanib qoladi. Sayr davomida olingan bu hislar bolada hayotga bo'lgan muhabbatni oshiradi. Hozirgi zamon pedagogikasida tabiat tanqisligi sindromi degan yangi tushuncha paydo bo'ldi. Bu tushuncha bolalarning tabiatdan uzilib qolishi natijasida yuzaga keladigan muammolarni anglatadi. Tabiatdan uzoqlashgan bolalarda asabiylik uyqusizlik semizlik va diqqatni jamlay olmaslik kabi holatlar ko'p kuzatiladi. Sayr mana shu sindromning eng yaxshi davosidir. Sayr davomida bola erkin bo'ladi. To'rt devor ichida bola doimo cheklovlar bilan yashaydi. Bu yerda yugurma u yerga tegma baland ovozda gapirma kabi taqiqlar bolaning ruhiyatini siqadi. Sayrda esa tabiat bolani qanday bo'lsa shunday qabul qiladi. Bola keng maydonda yugurishi baland ovozda kulishi mumkin. Bu erkinlik boladagi ichki stressni chiqarib yuboradi.

Haftada kamida uch marta tabiat qo'ynida uzoq sayr qiladigan bolalar boshqa tengdoshlariga qaraganda ancha xotirjam va quvnoq bo'lishadi. Sayrning biz bilmagan juda ko'p sirli jihatlari bor. Shulardan biri yer bilan muloqot yoki yerlanish deb ataladi. Inson tanasida turli elektr zaryadlari yig'ilib qoladi. Bola sayr davomida tuproq ustida yursa yoki daraxtlarni quchoqlasa tanasidagi ortiqcha manfiy energiyalar yerga o'tib ketadi. Bu ilmiy jihatdan isbotlangan jarayon bo'lib bolaning immunitetini oshirishga xizmat qiladi. Yana bir qiziqarli ma'lumot yashil ko'rish qobiliyatidir. Tabiatdagi yashil rang inson ko'zi uchun eng tinchlantiruvchi rang hisoblanadi. Kompyuter va telefon ekranlari ko'z mushaklarini doimiy taranglikda ushlab turadi. Sayr davomida esa bola uzoqdagi ufqqa qaraydi daraxtlarning uchini kuzatadi. Bu esa ko'z mushaklari uchun ajoyib mashq bo'lib ko'z nurini asraydi. Tabiat ufqni ko'rish imkonini beradi bu esa bolada keng fikrlashni shakllantiradi. Bundan tashqari tabiatda tabiiy immunizatsiya jarayoni sodir bo'ladi. Hozirgi ota-onalar bolani haddan tashqari steril toza muhitda saqlashga harakat qilishadi. Ammo tabiatdagi turli mikroflora va changlar aslida bolaning immunitet tizimini chiniqtiradi. Tuproq bilan o'ynagan bolalarda turli allergik kasalliklarga chidamlilik yuqori bo'lishi aniqlangan. Sayr bu bolani hayotga jismonan tayyorlashning eng arzon va samarali usulidir. Sayr jarayoni bolaning nutqini rivojlantirish uchun cheksiz mavzular beradi. Bola sayrda ko'rgan narsalari haqida gapirishni istaydi. U yangi so'zlarni o'rganadi. Masalan barg so'zining o'zini olsak bola uning turlarini ko'radi silliq barg qattiq barg g'adir-budir barg sarg'aygan barg. Pedagog yoki ota-ona sayr davomida bu so'zlarni ishlatishi bolaning so'z boyligini bir necha barobar oshiradi. Tabiatda mantiqiy savollar o'z-o'zidan tug'iladi. Nega chumolilar qator bo'lib yuradi. Nega yomg'irdan keyin yer hidi chiqadi. Nega quyosh botganda osmon qizaradi. Bu savollarga javob izlash bolani mustaqil fikrlashga tahlil qilishga o'rgatadi. Sayr davomida bola sabab va oqibat aloqalarini tushunib yetadi. Masalan agar daraxtga suv quyilmasa u quriydi agar qushlarga don berilmasa ular och qoladi. Bu oddiy haqiqatlar bolaning mantiqiy dunyosini quradi. Matematika darslarini ham tabiatda o'tish juda qiziqarli. Toshlarini kattaligiga qarab sanash barglarning shakllarini ajratish daraxtlarning balandligini solishtirish bularning barchasi matematik tasavvurlarni shakllantiradi. Kitobdagi raqamlar bolaga zerikarli tuyulishi mumkin lekin tabiatdagi jonli misollar bolaning qiziqishini so'ndirmaydi.

Sayrning eng katta vazifasi bolada tabiatga nisbatan mas'uliyat va mehr uyg'otishdir. Biz hozirgi yoshlarga tabiatni asrang deb ming marta aytganimiz bilan ular buni his qilmasa natija bo'lmaydi. Bola o'zi ekan gulning ochilishini kutsa yoki kichik bir chumolining mehnatini kuzatsa u hech qachon tabiatga zarar bermaydi. Sayrda bola o'zini koinotning bir qismi deb his qiladi. U kichik jonzotlarga nisbatan rahm-shafqatli bo'lishni o'rganadi. Yerda yotgan bargni bosmaslikka harakat qilish qushlarning tinchini buzmaslik kabi tuyg'ular bolaning qalbi tozaligidan dalolat

beradi. Bu esa kelajakda nafaqat tabiatga balki odamlarga ham mehribon bo'ladigan shaxsni tarbiyalaydi. Atrof-muhitni asrash vatanparvarlikning birinchi ko'rinishidir. O'z yashab turgan tabiatini sevgan inson vatanini ham chin dildan sevadi. Har bir fasl bolalar uchun yangi bir dunyoni ochadi.

Bahorgi sayr bu uyg'onish darsidir. Bolalar bilan kurtaklarning yozilishini birinchi gullarning chiqishini kuzatish mo'jizaga o'xshaydi. Bu davrda bolalarga hayotning qaytadan boshlanishini tushuntirish oson.

Yozgi sayr bu quyosh va suv bilan tillashish davri. Bu vaqtda bolalar hasharotlar dunyosini o'rganishadi mevalarning pishishini kuzatishadi. Yozgi sayr bolaning jismoniy chiniqishi uchun eng qulay fursatdir.

Kuzgi sayr bu ranglar va hosil darsidir. Sarg'aygan barglar yomg'irli kunlar shamolning kuchi bularning barchasi bolaga tabiatning o'zgaruvchanligini o'rgatadi. Kuzda tabiiy materiallar yig'ish bolaning ijodiy qobiliyatini oshiradi.

Qishki sayr esa iroda va g'amxo'rlik davri. Qorning erishi muzning qattiqligi qushlarning qishlashi bolada qiziqish uyg'otadi. Qishda qushlarga don berish orqali bola g'amxo'rlik qilishni amalda o'rganadi. Bugungi kunda sayrni qiziqarli qilish uchun turli usullar mavjud. Masalan ekologik so'qmoqlar usuli. Bunda ma'lum bir marshrut tanlanadi va har bir to'xtash joyida alohida mavzu o'rganiladi. Yana bir usul bu tadqiqotchilik sumkasi. Bolalarga kichik asboblar lupa xarita qalamlar beriladi. Ular o'zlarini haqiqiy olimdek his qilishadi. O'yin-sayrlar ham juda samarali. "Top-chi bu qaysi daraxtning bargi", "Qushlar ovozini eshitamiz", "Ranglar izidan" kabi o'yinlar bolaning diqqatini oshiradi. Sayr davomida bola faol bo'lishi kerak u faqat eshituvchi emas balki ishtirokchi bo'lishi lozim. Shunda olingan bilimlar mustahkam bo'ladi.

Xulosa: Xulosa qilib aytganda bolalarni tabiat bilan tanishtirishda sayr qilish shunchaki ixtiyoriy mashg'ulot emas balki ularning barkamol shaxs bo'lib ulg'ayishini ta'minlovchi hayotiy zaruratdir. Sayr davomida olingan bilim va taassurotlar bolaning xotirasida bir umrga muhrlanib qoladi. Kitobdan o'qilgan yuzta ma'lumotdan ko'ra bolaning o'zi ko'rgan bitta hasharotning harakati yoki o'zi ekan kichik bir niholning o'sishi unga hayot haqida ko'proq dars beradi. Tabiat bu xatolarni kechiruvchi va to'g'ri yo'lni ko'rsatuvchi eng buyuk ustozdir. Pedagog va ota-onalar shuni anglashlari kerakki sayr jarayonida bola nafaqat biologik ma'lumotlarni o'rganadi balki u insoniy fazilatlarini ham egallaydi. Masalan u daraxtning shoxini sindirmaslik orqali mas'uliyatni qushlarga don berish orqali g'amxo'rlikni va tabiat go'zalligidan zavqlanish orqali estetik didni shakllantiradi. Bu fazilatlar esa kelajakda bolaning jamiyatda o'z o'rnini topishiga atrofdegilar bilan mehribon bo'lishiga yordam beradi. Tabiat bilan uyg'unlikda o'sgan bolalar har doim ruhiy tushkunlikka kamroq moyil bo'lishadi va ularning ijodiy fikrlash qobiliyati boshqalardan yuqori bo'ladi. Bugungi kunning dolzarb masalasi bo'lgan ekologik inqirozlarning yechimi ham aynan bolalikdan boshlanadi. Agar biz bugun bolani tabiatni sevishtga uni asrab-avaylashga o'rgatmasak ertaga tabiatni himoya qiladigan avlodni kutishimiz qiyin bo'ladi. Sayr orqali biz bolaning qalbida tabiatga bo'lgan sof muhabbat urug'ini ekamiz. Bu urug' esa vaqti kelib ulkan vatanparvarlik va insoniylik daraxtiga aylanadi. Shunday ekan har bir sayrni bolalar uchun kichik bir sarguzashtga aylantirish ularga savol berish va javob topish imkonini berish tabiatning mo'jizalarini ko'rsata bilish bizning asosiy burchimizdir. Bolalikning beg'ubor olami bilan tabiatning cheksiz qudrati uchrashgan mana shu lahzalarda haqiqiy shaxs shakllanadi. Tabiat bilan doimiy aloqada bo'lgan bola hech qachon yolg'izlanib qolmaydi chunki u butun borliq bilan tillashishni hayotdan zavqlanishni va har bir tirik mavjudotni qadrlashni o'rgangan bo'ladi. Zero biz tabiatning bir qismi ekanmiz kelajak avlodni ham mana shu uyg'unlikda tarbiyalashimiz shart.

Adabiyotlar, References, Литературы:

1. Shodmonova Sh.S. Maktabgacha ta'lim pedagogikasi 2017.
2. Babaeva D.R. Nutq o'stirish nazariyasi va metodikasi. 2018.
3. Qodirova F.R., Qodirova R.M. Maktabgacha yoshdagi bolalarga ikkinchi tilni o'rgatish metodikasi 2019.
4. Nurmatova M., Shokirova G. Tabiat bilan tanishtirish metodikasi 2021.
5. Umarova M. Maktabgacha yoshdagi bolalarning ekologik madaniyatini shakllantirishda innovatsion texnologiyalar. 2022.