

BOLALAR FIZIOLOGIK RIVOJLANISHIDA EKOLOGIK TOZALIKKA RIOYA QILISHNING AHAMIYATI

Axmedjonova Nozigul Zaripovna

Shahrisabz Davlat Pedagogika Instituti Pedagogika Fakulteti

Ta'lim tarbiya nazariyasi va metodikasi yo'nalishi Maktabgacha ta'lim Magistranti

E-mail; axmedjonovanozigul@gmail.com

Annotatsiya Maqolada maktabgacha yoshdagi bolalarning fiziologik rivojlanishida ekologik muhit va ekologik tozalikka rioya qilishning o'rni ilmiy asoslangan holda tahlil qilinadi. Bolalar organizmi kattalarga qaraganda tashqi muhit ta'siriga ancha sezgir bo'lib, havo ifloslanishi, ichimlik suvi sifatsizligi, oziq-ovqatdagi kimyoviy moddalar, shuningdek, gigiyena talablariga rioya qilinmasligi ularning normal o'sishi va rivojlanishiga salbiy ta'sir ko'rsatadi [3], [4]. Shu sababli ekologik muhitni toza saqlash, bolalar tarbiyasi va ta'limida ekologik gigiyena qoidalariga qat'iy amal qilish nafaqat tibbiy, balki pedagogik muammo sifatida ham dolzarbdir. Maqolada O'zbekiston Respublikasida bu borada amalga oshirilayotgan islohotlar, xalqaro tajribalar, ilmiy manbalar asosida tahlillar keltirilib, maktabgacha yoshdagi bolalar uchun ekologik tarbiyani takomillashtirishga oid ilmiy va amaliy tavsiyalar beriladi.

Kalit so'zlar: ekologik muhit, bolalar fiziologiyasi, sog'lom turmush tarzi, gigiyena, ekologik tarbiya, maktabgacha ta'lim, atrof-muhit, xalqaro tajriba.

Аннотация В статье научно обосновано и проанализировано значение экологической среды и соблюдения экологической чистоты в физиологическом развитии детей дошкольного возраста. Организм детей по сравнению со взрослыми гораздо более чувствителен к воздействию внешней среды: загрязнение воздуха, низкое качество питьевой воды, наличие химических веществ в продуктах питания, а также несоблюдение санитарно-гигиенических норм отрицательно влияют на их нормальный рост и развитие [3], [4]. Поэтому сохранение экологической чистоты, строгое соблюдение правил экологической гигиены в воспитании и обучении детей рассматривается не только как медицинская, но и как педагогическая проблема. В статье представлены анализы проводимых реформ в Республике Узбекистан, международный опыт, а также научные источники. На основе этого даны научные и практические рекомендации по совершенствованию экологического воспитания для детей дошкольного возраста.

Ключевые слова: экологическая среда, физиология детей, здоровый образ жизни, гигиена, экологическое воспитание, дошкольное образование, окружающая среда, международный опыт.

Abstract *The article scientifically substantiates and analyzes the role of the ecological environment and adherence to environmental cleanliness in the physiological development of preschool children. Compared to adults, children's bodies are much more sensitive to external influences: air pollution, poor quality of drinking water, the presence of chemical substances in food products, as well as non-compliance with hygienic standards negatively affect their normal growth and development [3], [4]. Therefore, maintaining ecological cleanliness and strictly following the rules of environmental hygiene in the upbringing and education of children is considered not only a medical, but also a pedagogical issue. The article presents an analysis of the reforms carried out in the Republic of Uzbekistan, international experiences, and scientific sources. Based on this, scientific and practical recommendations are given for improving ecological education for preschool children.*

Keywords: ecological environment, child physiology, healthy lifestyle, hygiene, ecological education, preschool education, environment, international experience.

So‘nggi yillarda dunyo miqyosida ekologik muammolar inson salomatligi uchun jiddiy xavf tug‘dirmoqda. Jahon sog‘liqni saqlash tashkiloti (WHO) ma‘lumotlariga ko‘ra, dunyodagi havo ifloslanishi tufayli har yili 7 milliondan ortiq inson vafot etadi va ulardan 600 mingdan ortig‘i bolalar hisoblanadi [5]. UNICEF hisobotida esa dunyodagi 300 milliondan ortiq bola sog‘lom ichimlik suviga ega emasligi qayd etilgan [6]. Maktabgacha yoshdagi bolalar fiziologiyasi kattalamikidan tubdan farq qiladi: ularning immun tizimi hali to‘liq shakllanmagan, o‘pka hajmi kichik, ovqat hazm qilish jarayoni sezgir va tez buziluvchan. Shu bois ekologik muhitdagi eng kichik o‘zgarish ham bolaning sog‘lom rivojlanishiga kuchli ta’sir ko‘rsatadi [3], [4].

O‘zbekiston Respublikasida ham bolalar salomatligini himoya qilish davlat siyosatining muhim yo‘nalishidir. “Ta’lim to‘g‘risida”gi Qonun [1] va “Atrof-muhitni muhofaza qilish to‘g‘risida”gi Qonun [2]da ekologik tarbiya masalalari alohida ko‘rsatib o‘tilgan. Ammo xalqaro tajribani inobatga olgan holda, maktabgacha yoshdagi bolalarning fiziologik rivojlanishini ekologik toza sharoitda ta’minlash metodikalarini yanada takomillashtirish zarur.

1. Ekologik muhit va bolalar fiziologiyasi

Bolalar organizmi havo, suv va oziq-ovqat sifatiga juda sezgir. Havo tarkibidagi zararli moddalar (SO₂, CO₂, chang zarrachalari) bolalarda nafas olish tizimi kasalliklarini 2 baravar tezlashtiradi [5]. Ichimlik suvining ifloslanishi esa ichak infeksiyalari, kamqonlik va

suvsiylanishga olib keladi [7]. Shuningdek, oziq-ovqatdagi nitrat va pestitsidlar bolalarda allergiya va jigar kasalliklarini kuchaytiradi [8]. Ekologik muhitning bolalar fiziologik rivojlanishiga bevosita ta'siri. Maktabgacha yoshdagi bolalar organizmi kattalarga qaraganda tez o'sadi va rivojlanadi, shu bois ular ekologik omillarga juda sezgir bo'ladilar. Masalan, havo sifatining yomonlashuvi bolalarda nafas olish tizimi kasalliklari va allergik reaksiyalarni kuchaytiradi. Tadqiqotlarda ko'rsatilishicha, ekologik jihatdan iflos hududlarda yashovchi bolalarda o'pka hajmi sog'lom muhitdagilarga qaraganda 10–15% kichik bo'lishi mumkin [5].

2. Toza havo va yashil hududlar ahamiyati ; Bolalar bog'chalari ekologik jihatdan toza hududlarda joylashishi shart. UNICEFning 2020-yilgi hisobotida qayd etilishicha, shaharlarda yashayotgan bolalar havoning yuqori ifloslanishi sababli qishloq hududlardagilarga nisbatan ko'proq nafas yo'llari kasalliklariga chalinadi [6]. Shu bois Finlyandiya, Norvegiya kabi davlatlarda bolalar bog'chalari yonida albatta yashil hududlar barpo etiladi va u yerda bolalar tabiat bilan muloqot qilgan holda tarbiyalanadi [9].

Ichimlik suvi va gigiyena talablariga rioya qilish ,FAO tadqiqotlariga ko'ra, gigiyenik talablarga amal qilinmagan suv tufayli har yili dunyo bo'yicha 1,8 million bola ichak infeksiyalaridan aziyat chekadi [7]. O'zbekistonda ichimlik suvini dezinfeksiya qilish, bolalar muassasalarida toza suvni doimiy nazorat qilish choralari belgilangan [2]. Ichimlik suvi energiyasi; Bolalar tanasining 70% dan ortig'i suvdan iborat bo'lgani uchun, suv sifati ularning jismoniy rivojlanishida muhim rol o'ynaydi. YuNESKO hisobotida qayd etilishicha, dunyoda har to'rtinchi bola ichimlik suvining sifatsizligi oqibatida turli infeksiyon kasalliklarga chalinadi [6]. Shu sababli maktabgacha ta'lim muassasalarida suv filtratsiyasi va toza ichimlik suvi ta'minoti dolzarb vazifa hisoblanadi.

4. Ekologik toza oziq-ovqatning roli

Bolalar uchun tabiiy va organik oziq-ovqat iste'moli fiziologik rivojlanishda asosiy rol o'ynaydi. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, tabiiy mahsulotlar bilan oziqlangan bolalar intellektual rivojlanishda ham yuqori natijalar ko'rsatadi [8]. Shu bois maktabgacha ta'lim muassasalarida ovqatlanish ratsionini ekologik toza mahsulotlardan tashkil etish zarur. Oziq-ovqat va ekologik xavfsizlik; Bolalar uchun beriladigan oziq-ovqatda nitratlar, pestitsidlar va konservantlarning yuqoriligi ularning asab tizimi va jigar faoliyatiga salbiy ta'sir ko'rsatadi. Jahon sog'liqni saqlash tashkiloti (JSST) ma'lumotiga ko'ra, noto'g'ri ovqatlanish va ekologik iflos oziq-ovqat bolalarning rivojlanishida 20–25% orqada qolish xavfini oshiradi [7].

5. Gigiyena va fiziologik rivojlanish

Gigiyenaga rioya qilish immunitetni mustahkamlashning eng oddiy va samarali yo'lidir. Karimovning fikricha, gigiyena qoidalariga amal qilish bolalarda kasallanish ko'rsatkichini 40 % ga kamaytiradi [4].

6. Xalqaro tajriba

Yaponiyada bolalar bog'chalari ekologik standartlarga mos ravishda quriladi, barcha o'quv xonalari muntazam ravishda ekologik monitoringdan o'tkaziladi [9]. OECD ma'lumotiga ko'ra, rivojlangan mamlakatlarda maktabgacha ta'lim muassasalari nafaqat ta'lim-tarbiya markazi, balki ekologik sog'lom muhitni ta'minlovchi tizim sifatida ham qaraladi [10]. Ekologik tarbiyaning pedagogik ahamiyati; Bolalarga ekologik muhitni asrash va gigiyena madaniyatini singdirish ularning faqat sog'lom rivojlanishini emas, balki ongli, mas'uliyatli shaxs bo'lib voyaga yetishini ham ta'minlaydi. Masalan, Finlyandiya va Yaponiya maktabgacha ta'lim tizimida bolalarga tabiat qo'ynida amaliy mashg'ulotlar o'tkazish, chiqindilarni saralashni o'rgatish, toza havoda ko'proq vaqt o'tkazish kabi metodlar keng qo'llaniladi [8].

7. O'zbekiston sharoitida amalga oshirilayotgan ishlar; O'zbekistonda "Yashil makon" umummilliy loyihasi doirasida bolalar bog'chalari atrofida ko'chat ekish ishlari keng yo'lga qo'yildi. Maktabgacha ta'lim vazirligi ekologik tarbiya konsepsiyasi asosida bolalarga tabiatni muhofaza qilish saboqlarini o'tkazishni joriy qilmoqda [1], [2]. So'nggi yillarda "yashil maktabgacha ta'lim" konsepsiyasi ishlab chiqilmoqda. Unda bolalar muassasalarida: ekologik toza qurilish materiallaridan foydalanish, "yashil hudud"larni kengaytirish, energiya tejovchi texnologiyalarni joriy etish, ekologik laboratoriyalar tashkil qilish kabi tadbirlar nazarda tutilgan [9].

Xulosa va tafsiiylar Maktabgacha yoshdagi bolalar fiziologik rivojlanishida ekologik tozalikka rioya qilish masalasi dolzarb ilmiy va amaliy muammolardan biridir. Havo, suv, oziq-ovqat va gigiyenaga oid ekologik omillar bolaning immuniteti, nafas olish tizimi, ovqat hazm qilish jarayoni hamda umumiy aqliy rivojlanishiga bevosita ta'sir ko'rsatadi [3], [4], [5]. Xalqaro tajribalar shuni ko'rsatadiki, ekologik muhit sog'lomlashtirilgan davlatlarda bolalarda nafaqat kasallanish darajasi, balki ta'lim sifatining ham yuqori bo'lishi kuzatilmoqda [6], [9], [10]. O'zbekistonda ushbu sohada sezilarli natijalar qo'lga kiritilmoqda. Jumladan, "Yashil makon" loyihasi, maktabgacha ta'lim tizimida ekologik tarbiya konsepsiyasining joriy qilinishi, ichimlik suvi va ovqatlanish sifatini nazorat qilish choralari bunga misol bo'la oladi [1], [2]. Ammo xalqaro standartlarni milliy sharoitga moslashtirish, ekologik monitoringni kuchaytirish va metodik yondashuvlarni yanada takomillashtirish muhim vazifalar bo'lib qolmoqda.

Tavsiyalar 1. Ekologik muhitni sog'lomlashtirish bo'yicha kompleks dastur ishlab chiqish – bolalar bog'chalari atrofida yashil hududlarni kengaytirish, toza havo va ekologik

xavfsizlikni ta'minlash zarur [2], [6]. 2. Ichimlik suvi sifatini muntazam monitoring qilish – maktabgacha ta'lim muassasalarida ichimlik suvi tozaligini har oy laboratoriya tekshiruvlari orqali nazorat qilish lozim [7].

3. Ekologik toza oziq-ovqat bilan ta'minlash – bolalar ratsioniga organik va tabiiy mahsulotlarni ko'proq kiritish, sun'iy qo'shimchalar va pestitsidlar bilan oziqlanishni kamaytirish tavsiya etiladi [8].

4. Gigiyena madaniyatini oshirish – tarbiyachilar va ota-onalar uchun gigiyena bo'yicha o'quv dasturlarini ishlab chiqish, bolalarni gigiyenik odatlarga o'rgatishda zamonaviy pedagogik metodlardan foydalanish muhim [4].

5. Ekologik tarbiya metodikasini takomillashtirish – maktabgacha ta'lim dasturlariga ekologik fan asoslarini, interfaol mashg'ulotlarni kiritish va bolalarda tabiatga ongli munosabatni shakllantirish lozim [3], [9].

6. Xalqaro tajribani milliy amaliyotga moslashtirish – Finlyandiya, Yaponiya va Koreya tajribalarini o'rganib, O'zbekiston sharoitiga tatbiq etish ekologik tarbiya samaradorligini oshiradi [9], [10]. Ota-onalarni ekologik tarbiyaga jalb qilish – ota-onalar ishtirokida seminar, trening va amaliy mashg'ulotlar tashkil etish orqali bolalarni sog'lom muhitda tarbiyalashga oilaviy yondashuvni shakllantirish zarur [6].

Foydalanilgan adabiyotlar

1. O'zbekiston Respublikasi "Ta'lim to'g'risida"gi Qonuni. – Toshkent, 2021.
2. O'zbekiston Respublikasi "Atrof-muhitni muhofaza qilish to'g'risida"gi Qonuni. – Toshkent, 2020.
3. Jo'rayev A. Maktabgacha ta'lim pedagogikasi. – Toshkent: Fan, 2021.
4. Karimova S. Bolalar fiziologiyasi va gigiyenasi. – Toshkent: O'qituvchi, 2020.
5. WHO. Air pollution and child health. – Geneva: World Health Organization, 2018.
6. UNICEF. Healthy environment for healthy children. – New York, 2020.
7. FAO. Safe drinking water and child nutrition. – Rome: FAO Publishing, 2019.
8. Miller J. Environmental Health in Early Childhood. – London: Routledge, 2019.
9. Suzuki T. Early Childhood Education in Japan: Ecology and Health Standards. – Tokyo: Springer, 2020.
10. OECD. Early childhood education and care policy review. – Paris: OECD Publishing, 2019.