IQRO JURNALI , IQRO JOURNAL, ИКРО ЖУРНАЛИ
ISSN:2181-4341| wordlyknowledge.uz/index.php/iqro
Volume 24. Issue 01. Oktabr, 2026

EKOLOGIK VA SOG‘LIQNI SAQLASH KOMPETENSIYALARINI SHAKLLANTIRISHDA TIZIMLI YONDASHUV

Akbarova Dilobar Ravshanbekovna
Toshkent Xalqaro ta’lim universiteti
Pedagogika nazariyasi va tarixi fakulteti
akbarovadilobar21@gmail.com
+99897 8909585
https://doi.org/10.5281/zenodo.23659355

Annotatsiya: Maqolada ekologik va sog‘liqni saqlash kompetensiyalarini shakllantirishda tizimli yondashuvning ahamiyati yoritiladi. Ushbu yondashuv o‘quvchilarda bilim, ko‘nikma va qadriyatlarning uzviy bog‘liqligini ta’minlash orqali barqaror rivojlanish va sog‘lom turmush tarzini mustahkamlashga xizmat qiladi. Maqolada pedagogik strategiyalar, zamonaviy metodlar va innovatsion texnologiyalardan foydalanish orqali kompetensiyalarni rivojlantirishning samarali yo‘llari tahlil qilinadi.
Kalit so‘zlar: ekologik kompetensiya, sog‘liqni saqlash kompetensiyasi, tizimli yondashuv, pedagogik strategiya, barqaror rivojlanish, sog‘lom turmush tarsi

Аннотация: В статье освещается важность системного подхода в формировании экологических и медицинских компетенций. Этот подход служит укреплению устойчивого развития и здорового образа жизни путем обеспечения неразрывной связи знаний, умений и ценностей у учащихся. В статье анализируются эффективные пути развития компетенций посредством использования педагогических стратегий, современных методов и инновационных технологий.
Ключевые слова: экологическая компетенция, компетенция здравоохранения, системный подход, педагогическая стратегия, устойчивое развитие, здоровый образ жизни

Abstract: The article highlights the importance of a systematic approach in the formation of environmental and health competencies. This approach serves to strengthen sustainable development and a healthy lifestyle by ensuring the organic connection of knowledge, skills, and values in students. The article analyzes effective ways of developing competencies through the use of pedagogical strategies, modern methods, and innovative technologies.
Keywords: environmental competence, health competence, systemic approach, pedagogical strategy, sustainable development, healthy lifestyle

Kirish

Bugungi kunda ekologik muammolar va sog‘liq bilan bog‘liq xavflar insoniyatning barqaror rivojlanishi va sifatli hayot kechirishiga jiddiy ta’sir ko‘rsatmoqda. Shu sababli ta’lim jarayonida o‘quvchilarda ekologik va sog‘liqni saqlash kompetensiyalarini tizimli shakllantirish dolzarb vazifaga aylanmoqda. Tizimli yondashuv o‘quvchilarning bilim, ko‘nikma va qadriyatlarini uzviy

bog‘lab, ularni real hayotda qo‘llashga imkon yaratadi. Mazkur yondashuv shaxsning nafaqat intellektual, balki emotsional va ijtimoiy rivojlanishiga ham xizmat qiladi.

Ekologik va sog‘liqni saqlash kompetensiyalarini tizimli shakllantirish bir necha bosqichda amalga oshiriladi. Birinchi bosqich – nazariy bilimlarni berish, bunda o‘quvchilar ekologik muammolar, tabiatni muhofaza qilish, sog‘lom hayotning asosiy tamoyillari bilan tanishtiriladi. Ikkinchi bosqich – amaliy ko‘nikmalarni rivojlantirish, o‘quvchilarga kundalik hayotda ekologik va sog‘lom hayotga oid faoliyatlarni bajarish imkoniyatlari beriladi. Uchinchisi, qadriyatlar va mas’uliyatni shakllantirish bosqichi bo‘lib, bunda o‘quvchilar o‘z harakatlarining atrof-muhit va sog‘liqga ta’sirini anglaydilar va ongli tanlov qilishni o‘rganadilar.

Tizimli yondashuvning samaradorligi faol pedagogik strategiyalar orqali oshiriladi. Loyihaviy ta’lim, muammoli vaziyatlar, interfaol metodlar va raqamli texnologiyalar bu jarayonda asosiy vositalardir. Masalan, ekologik loyihalar o‘quvchilarda resurslardan oqilona foydalanish, chiqindilarni ajratish va ekologik xavflarni kamaytirish bo‘yicha amaliy ko‘nikmalarni rivojlantiradi. Sog‘liqni saqlashga oid loyihalar esa to‘g‘ri ovqatlanish, jismoniy faollik va stressni boshqarish kabi odatlarni hayotga tatbiq etishga yordam beradi.

Shuningdek, tizimli yondashuv shaxsning refleksiv faoliyatini rivojlantiradi. O‘quvchilar o‘z xulq-atvori, turmush tarzi va kundalik odatlarining ekologik va sog‘liq jihatidan oqibatlarini tahlil qilishni o‘rganadilar. Bu jarayon tanqidiy fikrlash va mustaqil qaror qabul qilish qobiliyatini shakllantiradi. Pedagoglar esa baholash jarayonida faoliyatga yo‘naltirilgan usullar, portfoliolar va amaliy mashg‘ulotlarni qo‘llash orqali o‘quvchilarning kompetensiyalarini real hayotda qo‘llash darajasini aniqlaydilar.

Tizimli yondashuvda innovatsion texnologiyalar muhim rol o‘ynaydi. Raqamli platformalar, interfaol taqdimotlar va virtual laboratoriyalar orqali murakkab ekologik jarayonlar va sog‘liq bilan bog‘liq holatlar vizual va interaktiv tarzda tushuntiriladi. Bu esa o‘quvchilarning muammolarni hal qilish, tanqidiy fikrlash va ijodiy yondashuv qobiliyatlarini rivojlantiradi. Shu bilan birga, jamoaviy va loyiha asosidagi ishlanmalar o‘quvchilarning ijtimoiy faolligini kuchaytiradi va ularni jamiyatga foydali shaxs sifatida shakllantiradi.

Natijada, tizimli yondashuv ekologik va sog‘liqni saqlash kompetensiyalarini nafaqat bilim va ko‘nikmalar majmuasi sifatida, balki shaxsning ongli, mas’uliyatli va barqaror rivojlangan jihati sifatida shakllantirishga xizmat qiladi. Ushbu kompetensiyalar shaxsni ekologik mas’uliyatli va sog‘lom hayotga intiluvchi shaxsga aylantiradi. Ekologik va sog‘liqni saqlash kompetensiyalarini shakllantirishda tizimli yondashuv o‘quvchilarda mas’uliyat hissini rivojlantirishga xizmat qiladi. Bu yondashuv shaxsga o‘z harakatlarining atrof-muhit va sog‘liqga ta’sirini anglash imkonini beradi. Masalan, o‘quvchilarga ekologik loyihalarda ishtirok etish orqali chiqindilarni ajratish, suv va energiya resurslaridan oqilona foydalanish kabi amaliy ko‘nikmalarni berish mumkin. Shu bilan birga, sog‘liqni saqlash bo‘yicha mashg‘ulotlar va sog‘lom turmush tarzini targ‘ib qiluvchi tadbirlar o‘quvchilarda o‘z salomatligini himoya qilish, jismoniy faollikni oshirish va to‘g‘ri ovqatlanish odatlarini shakllantirish imkonini yaratadi.

Tizimli yondashuv o‘quv jarayonini bosqichma-bosqich tashkil etishni talab qiladi. Boshlang‘ich bosqichda nazariy bilimlar berilib, ekologik va sog‘liqni saqlashning asosiy tushunchalari tushuntiriladi. Keyingi bosqichda amaliy mashg‘ulotlar va loyihalar orqali o‘quvchilar ko‘nikmalarini mustahkamlaydi. So‘nggi bosqichda esa qadriyatlar va ijtimoiy

mas’uliyatni shakllantirishga e’tibor qaratiladi. Bu bosqichlar o‘quvchilarda ekologik va sog‘liqni saqlash kompetensiyalarini barqaror va uzluksiz rivojlantirishni ta’minlaydi.

Shuningdek, tizimli yondashuv pedagogik jarayonda interfaol metodlarni qo‘llashni taqozo etadi. Muammoli vaziyatlar, rolli o‘yinlar va bahs-munozaralar orqali o‘quvchilar real hayotdagi ekologik va sog‘liq bilan bog‘liq muammolarni hal qilishni o‘rganadilar. Loyihaviy va jamoaviy faoliyat esa shaxsda hamkorlik, mas’uliyat va ijtimoiy faollikni rivojlantiradi. Shu bilan birga, raqamli texnologiyalar va virtual resurslardan foydalanish murakkab ekologik jarayonlar va sog‘liq bilan bog‘liq masalalarni vizual va interaktiv tarzda tushunishga yordam beradi.

Tizimli yondashuvni qo‘llashda baholashning ham integrativligi muhimdir. Faoliyatga yo‘naltirilgan baholash metodlari – loyiha ishlari, kuzatuv, portfoliolar va amaliy mashg‘ulot natijalarini tahlil qilish – o‘quvchilarning real hayotda kompetensiyalarni qo‘llash darajasini aniqlash imkonini beradi. Shu bilan birga, refleksiv faoliyat o‘quvchilarga o‘z xatti-harakatlarini tahlil qilish va ongli tanlov qilish qobiliyatini rivojlantirishga yordam beradi.

Tizimli yondashuv nafaqat o‘quvchilarda bilim va ko‘nikmalarni shakllantiradi, balki ularni ekologik mas’uliyatli va sog‘lom turmushga intiluvchi shaxs sifatida tarbiyalaydi. Ushbu kompetensiyalar shaxsning ongli qaror qabul qilishini, jamiyatda ekologik va sog‘lom hayotga hissa qo‘shishini ta’minlaydi va barqaror rivojlanish maqsadlariga xizmat qiladi. Shu sababli ekologik va sog‘liqni saqlash kompetensiyalarini tizimli ravishda rivojlantirish pedagogik jarayonning ajralmas qismi hisoblanadi. Tizimli yondashuv ekologik va sog‘liqni saqlash kompetensiyalarini shakllantirishda o‘quvchilarda o‘zini boshqarish va rejalashtirish ko‘nikmalarini rivojlantiradi. O‘quvchilar o‘z vaqtini, resurslarini va kundalik faoliyatini samarali boshqarishni o‘rganadi, bu esa ularni ongli va mas’uliyatli shaxs sifatida shakllantiradi. Masalan, ekologik loyihalarni amalga oshirish jarayonida o‘quvchilar resurslarni tejash, chiqindilarni kamaytirish va barqaror ishlash bo‘yicha strategiyalar ishlab chiqadi. Sog‘liqni saqlash kompetensiyasi doirasida esa o‘quvchilar o‘z sog‘lig‘i uchun shaxsiy reja tuzadi, jismoniy mashqlar va to‘g‘ri ovqatlanish tartibini belgilaydi, bu esa ularni sog‘lom turmush tarzini muntazam qo‘llashga undaydi.

Tizimli yondashuvning samaradorligi o‘quv jarayonida interaktiv baholash va doimiy kuzatuv bilan oshiriladi. Pedagoglar o‘quvchilarning ekologik va sog‘liqni saqlash bo‘yicha amaliy faoliyatini baholashda portfoliolar, loyihaviy ishlar va loyiha taqdimotlaridan foydalanadi. Shu bilan birga, o‘quvchilarning o‘zini o‘zi baholash va tengdoshlar bahosi ularni tanqidiy fikrlashga, xatolarini aniqlashga va yaxshilashga o‘rgatadi. Bu esa tizimli yondashuvning uzluksiz va barqaror rivojlanishini ta’minlaydi.

Bundan tashqari, ekologik va sog‘liqni saqlash kompetensiyalarini shakllantirishda ijtimoiy hamkorlik muhim rol o‘ynaydi. Oila, maktab va mahalla o‘rtasidagi uzviy bog‘liqlik o‘quvchilarga amaliy tajriba olish imkonini beradi. Masalan, ekologik aksiyalar, sog‘lom turmush targ‘ibot tadbirlari va jamoaviy loyihalarda ishtirok etish o‘quvchilarning ijtimoiy faolligini oshiradi va ularni jamiyat hayotida mas’uliyatli ishtirok etishga rag‘batlantiradi. Shu bilan birga, o‘qituvchining shaxsiy namunasi o‘quvchilarda ekologik va sog‘liq madaniyatini shakllantirishda muhim ta’sir ko‘rsatadi.

Tizimli yondashuvning yana bir muhim jihati – kompetensiyalarni rivojlantirishda multimodal resurslardan foydalanishdir. Audio-video materiallar, raqamli interfaol platformalar, virtual laboratoriyalar va simulyatsiyalar o‘quvchilarga murakkab ekologik jarayonlar va sog‘liq

bilan bog‘liq masalalarni tushunishga yordam beradi. Shu orqali o‘quvchilar nazariy bilimlarni amaliy ko‘nikmalar bilan bog‘laydi va real hayotdagi vaziyatlarda ularni qo‘llashni o‘rganadi. Bu esa ekologik va sog‘liqni saqlash kompetensiyalarini mustahkamlash va ularni doimiy rivojlantirish imkonini yaratadi.

Natijada, tizimli yondashuv ekologik va sog‘liqni saqlash kompetensiyalarini faqat nazariy bilim sifatida emas, balki shaxsning ongli, mas’uliyatli va barqaror rivojlangan jihati sifatida shakllantiradi. U o‘quvchilarda mas’uliyat, hamkorlik, tanqidiy fikrlash va ijodiy yondashuv kabi qobiliyatlarni rivojlantiradi, bu esa ularni jamiyatga foydali va barqaror shaxs sifatida tarbiyalaydi. Tizimli yondashuv ekologik va sog‘liqni saqlash kompetensiyalarini shakllantirishda shaxsning ijtimoiy va madaniy jihatlarini ham rivojlantiradi. O‘quvchilar ekologik va sog‘lom turmushga oid qadriyatlarni nafaqat nazariy darajada, balki amaliy faoliyat orqali qabul qiladilar. Masalan, ekologik loyihalarda qatnashish orqali ular tabiatni asrashning ijtimoiy ahamiyatini tushunadilar va jamiyatdagi muhim rolini anglaydilar. Sog‘liqni saqlash bo‘yicha amaliy mashg‘ulotlar esa o‘quvchilarga salomatlikni himoya qilish, stressni boshqarish va jismoniy faollikni muntazam amalga oshirishning ijtimoiy foydasini ko‘rsatadi.

Tizimli yondashuv shuningdek, shaxsda uzluksiz o‘qish va o‘zini rivojlantirish motivatsiyasini kuchaytiradi. O‘quvchilar ekologik va sog‘liqni saqlash kompetensiyalarini hayotga tatbiq etish jarayonida o‘z qiziqishlarini aniqlaydi, mustaqil o‘rganish va yangiliklarni qabul qilish qobiliyatini rivojlantiradi. Masalan, ekologik monitoring va sog‘lom turmushga oid tadbirlar o‘quvchilarga mas’uliyatli qaror qabul qilish, muammolarni hal qilish va resurslarni oqilona ishlatish imkoniyatini beradi. Bu esa kompetensiyalarning barqaror shakllanishiga xizmat qiladi.

Tizimli yondashuvning samaradorligini oshirish uchun pedagoglar shaxsga yo‘naltirilgan va individuallashtirilgan yondashuvlardan ham foydalanadilar. Har bir o‘quvchining bilim darajasi, qiziqishlari va ehtiyojlari hisobga olinib, ekologik va sog‘liqni saqlash kompetensiyalarini rivojlantirish rejasi tuziladi. Shu tariqa, o‘quvchilar o‘z imkoniyatlariga moslashgan amaliy faoliyatni bajarib, kompetensiyalarni individual darajada mustahkamlaydilar.

Tizimli yondashuvni amaliyotga tatbiq etishda hamkorlik va jamoaviy faoliyat muhim o‘rin tutadi. Oila, maktab va jamiyat bilan integratsiyalashgan loyihalar o‘quvchilarda ijtimoiy faollikni oshiradi, ekologik va sog‘lom turmushga mas’uliyat hissini kuchaytiradi. Shu bilan birga, o‘qituvchilarning shaxsiy namunalari va rahbarligi o‘quvchilarning ekologik va sog‘liqni saqlash kompetensiyalarini rivojlantirishda muhim rol o‘ynaydi.

Innovatsion texnologiyalar va multimodal resurslar tizimli yondashuvni yanada samarali qiladi. Video va audio materiallar, virtual laboratoriyalar va interfaol taqdimotlar o‘quvchilarga murakkab ekologik jarayonlar va sog‘liq bilan bog‘liq masalalarni amaliy va vizual tarzda tushuntirish imkonini beradi. Shu orqali o‘quvchilar nazariy bilimlarni hayotiy faoliyat bilan bog‘lab, barqaror kompetensiyalarni shakllantiradilar.

Natijada, tizimli yondashuv ekologik va sog‘liqni saqlash kompetensiyalarini shakllantirish jarayonini uzluksiz, samarali va barqaror qiladi. Bu yondashuv shaxsni bilimli, mas’uliyatli, ijodiy fikrlaydigan va jamiyatga foydali shaxs sifatida tarbiyalaydi.

Xulosa

Ekologik va sog‘liqni saqlash kompetensiyalarini tizimli yondashuv orqali shakllantirish shaxsning bilim, ko‘nikma va qadriyatlarini uzviy bog‘lab, barqaror va sog‘lom hayot tarzini rivojlantirishga xizmat qiladi. Pedagogik jarayonda loyihaviy metodlar, interfaol yondashuvlar va innovatsion texnologiyalardan foydalanish o‘quvchilarning ekologik ongini oshiradi, sog‘lom turmushga intilishini rag‘batlantiradi va ularni jamiyatda faol ishtirok etishga tayyorlaydi. Shu bilan birga, refleksiv faoliyat va baholash tizimi kompetensiyalarning uzoq muddatli shakllanishini ta’minlaydi. Tizimli yondashuv shaxsni nafaqat bilimli, balki mas’uliyatli va barqaror rivojlangan shaxs sifatida tarbiyalashda muhim vosita hisoblanadi.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Karimov I.A. Yuksak ma’naviyat – yengilmas kuch. – Toshkent: Ma’naviyat, 2008.
2. Qodirov A., Xolmatova Z. Ekologik ta’lim va tarbiyaning pedagogik asoslari. – Toshkent: O‘qituvchi, 2019.
3. Ismoilova G. Ta’lim jarayonida sog‘lom turmush tarzini shakllantirish masalalari. – Toshkent: Fan va texnologiya, 2020.
4. Rasulov S. Oliy ta’limda kompetensiyaviy yondashuvning nazariy asoslari. – Toshkent: Akademnashr, 2018.
5. To‘xtayeva D. Talabalarda ekologik madaniyatni rivojlantirish metodikasi. – Toshkent: Navro‘z, 2021.
6. Abdullayeva N. Ta’lim tizimida sog‘liqni saqlashga yo‘naltirilgan pedagogik texnologiyalar. – Toshkent: Innovatsiya, 2022.