

SOG'LOM VA BARKAMOL SHAXS G'OYASI

Maxsus pedagogika kafedrasining katta o'qituvchisi Tangirova D.E

Annotatsiya:Yoshlar salomatligi sohasida vujudga kelgan ahvolni tahlil qilib, bu muammo zudlik bilan yechilishi lozim bo'lgan masala ekanligini anglash mumkin.

Kalit so'zi:sog'lom turmush tarzi, pedagogik nazorat tizimi, ekologik muhit, salomatlik garovi, uslublarini ishlab chiqish.

Inson ehtiyoji bo'lmish salomatlikni mustahkamlash dolzarb muammo bo'lib qolmoqda. Bundan jamiyatning har bir a'zosida inson hayotida eng muhim bo'lgan salomatlikka bo'lgan munosabatni tarbiyalash masalasi paydo bo'ladi. Buning uchun sog'lom inson modelini, pedagogik nazorat tizimini va jismoniy kamolotga erishishning effektiv usul va uslublarini ishlab chiqish lozim.

Jismoniy barkamollik, soglom turmush tarzi, tugri ovkatlanish, kulay psixologik sharoit, irsiy omillar, ekologik muxit salomatlik garovi bo'lib, u shaxsni har tomonlama rivojlantirish va yoshlarni tarbiyalashga yordam beradi. Tarbiya jarayonining bosh vazifasi - tarbiyaviy faoliyatning dinamizmi va barqarorligini kuchaytirish, tarbiyaning yuqori natijalarini kafolatlash. Bu esa o'quvchining individual xususiyatlarini hisobga oluvchi pedagog shaxsiyatiga asoslanadi.

Komil inson g'oyasi ham milliy, ham umumbashariy ahamiyatga ega bo'lgan, odamzodga xos eng yuksak ma'naviy va jismoniy barkamollikni mujassam etgan, uni hamisha ezgulikka undaydigan olijanob g'oyadir. By g'oya butun-butun xalqlarni yuksak taraqqiyot sari yetaklagan, ularni ma'naviyat va ma'rifat sohasida mislsiz yutuqlarga ilhomlantirgan. Komillikni orzu qilmagan, barkamol avlodlarni voyaga yetkazish haqida qayg'urmagan xalq va millatning kelajagi yo'q.

Komil inson g'oyasi azaldan xalqimizning ezgu orzusi bo'lib kelgan. SHu sababli yangilanayotgan jamiyatimizda sog'lom avlodni tarbiyalash, erkin fuqaro ma'naviyatini shakllantirish, ma'naviy-ma'rifiy ishlarni yuksak darajaga ko'tarish orqali barkamol insonlarni voyaga yetkazishga muhim e'tibor berilmoqda.

Jaloliddin Rumiy SHarq falsafasi va ma'naviyatida birinchilar qatoridakomil inson lushunchasini ta'riflab bergan ulug' donishmand va faylasuf olim hisoblanadi. U sog'lom va barkamol shaxs g'oyasini ta'riflab, komil insonlar shunday insonlardir, ular o'zlarida dunyoviy va diniy ilmlarni mushtarak qilib o'zlashtirib, millat manfaatini, vatan manfaatini o'zinikidan ustun qo'yaolad. Ular yolg'iz o'z manfaat va ehtiyojlari bilan band bo'lib, tirikchilik tashvishlarida zir yugurib, ulardan baland ko'tarila olmagan va o'zining insoniy mohiyat anglash darajasiga yetmagan odamlardan farqli olaraq, o'z mohiyatini chuqur anglagan mukammal insonlardir, shu boisdan ularni komil inson deb atay Jaloliddin Rumiy hazratlari inson bolasini uning o'ziga tanishtm, maqsad - inson, lekin oddiy inson emas, o'z-o'zini bilgan va ikki oa barobar inson. Alloma insonni, avvalo, ko'zini ochishga va ochilgan ko'zlari bilan o'z mohiyatiga nazar tashlashga undaydi, insonning o'zi bir butun kichik olam ekanligini uqtiradi.

Dunyoga kelishdan muddao “yo’lini qilib kun kechirish, yeb-ichib, nasl qoldirib o’tish” kabi biologik ehtiyojlarni qondirib yashashdangina iborat bo’lmay, aksincha, bular vosita, maqsad - ruhan yuksak pog’onaga chiqish, Allohning huzuriga loyiq bo’lishdir. Alloh huzuriga komillikning kaliti bolsa, sog’lom va pokiza hayot kechirish shumaqsadga olib boradigan ravon yo’ldir.

Jaloliddin Rumi: “Ey birodar, agar baxt-saodat istasang, g’urur, manmanlikdan yiroq bo’l, hikmatli so’zlarni sokinlik bilan tingla, takabburlik, adovat, ginachilikdan hazar qil. Qayg’u, alamlar ustingga hujum etsalar, bunga o’z sababsizliging sababchidir. Tarbiyasiz, adabsiz odam alam, hasrat daryosida g’arq bo’ladi.

SHunga ko’ra, adab nuri bilan o’zingni nurlantir, qalbibg pok bo’lsin. Salomatlikni istasang, mag’rur, mutakabbir bo’lma, adovat, gina saqlashdan uzoq bo’l. Qanoat - tuganmas bir xazinadir, buning haqiqatni yaxshi tushunishga g’ayrat qil. Qanoatning faqat nominigina o’rganib, bir qancha xatolarga, ranj va aziyatlarga tushmaslik kerak. Qanoat ahli har jihatdan xushvaqt va mamnundir”, deb ta’kidlab, insonlarni sabr-qanoatli bo’lishga, gina-yu adovatdan saqlanishga chaqiradi.

O’sib kelayotgan avlodni sog’lomlashtirish sohasida tub o’zgarishlarni amalga oshirmay turib ma’naviy, ahloqiy va jismoniy rivojlanish masalalarini hal etib bo’lmaydi.

SHuning uchun o’sib kelayotgan avlodni sog’lomlashtirish konsepsiyasi yoshlarni o’z salomatligiga munosabatini tubdan o’zgartirish, harakat faolligiga bo’lgan ehtiyojni shakllantirish va sog’lom dam olishni tashkil etishga qaratilgan bo’lishi lozim.

Sog’lom va barkamol shaxs - yuksak umumiy madaniylikka erishishni, atrof-muhitni avaylab asrashni, yuksak ekologik va tibbiy madaniyatni o’rgatadi, aholi qatlamlari ongida tibbiy faollik tushunchasini shakllantiradi.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Abu Ali ibn Sino Tib qonunlari 1 – 10 tom 3 – nashri T. Abu Ali ibn Sino nomidagi tibbiyot nashriyoti 1992 – yil 212 –b
2. Aymetova S.SH. Yordamchi maktab o’quvchilarining psixik rivojlanish xususiyati T. O’qituvchi 1984. 33-b
3. Ajdodlar o’giti. Hikmatlar, hikoyatlar, tamsillar to’plovchi izohlar muallif B. Axmedob T. “CHo’lpon” 1990. 240 –b