TARBIYA 6

BAXT VA MUVAFFAQIYAT SIRLARI

Umumiy o‘rta ta’lim maktablarining
6-sinf o‘quvchilari uchun darslik

O‘zbekiston Respublikasi Xalq ta’limi vazirligi
tomonidan tavsiya etilgan

G‘afur G‘ulom nomidagi nashriyot-matbaa ijodiy uyi
Toshkent – 2020

UO‘K: 17(075.3)
KBK: 87.7ya72

**Muhammadjon Quronov, Yuliya Risyukova, Oksana Tigay,
Olesya Usmanova, Sanjar Xafizov**

Mas’ul muharrir
Dilshod Kenjayev – tarix fanlari nomzodi.

Taqrizchilar:

A. Tagayev	–	Xalq ta’limi vazirligi, Ma’naviy-axloqiy tarbiya boshqarmasi boshlig‘i, tarix fanlari nomzodi;
Sh. Akramova	–	O‘zbekiston Respublikasi Milliy gvardiyasi Harbiy-texnika instituti kafedra mudiri, pedagogika fanlari doktori, dotsent;
R. Jabborov	–	“O‘zbekkino” MA bosh direktorining Davlat tili masalalari bo‘yicha maslahatchisi;
O‘. Abdug‘aniyev	–	Nizomiy nomidagi TDPU doktoranti;
Z. Jabborova	–	Respublika ta’lim markazi metodisti;
D. Ergasheva	–	Toshkent shahar Sirg‘ali tumani 8-maktab o‘qituvchisi.

O‘zbekiston Respublikasi Vazirlar Mahkamasi huzuridagi Din ishlari bo‘yicha qo‘mita, Respublika Ma’naviyat va ma’rifat markazi hamda O‘zbekiston Yozuvchilar uyushmasining tegishli xulosalari asosida nashrga tayyorlandi.

M. Quronov va b.
Tarbiya, 6-sinf. Umumiy o‘rta ta’lim maktablarining 6-sinf o‘quvchilari uchun darslik. – T.: G‘afur G‘ulom nomidagi nashriyot-matbaa ijodiy uyi, 2020. – 112 b.
ISNB 978-9943-6448-3-0

UO‘K: 17(075.3)
KBK: 87.7ya72

Respublika maqsadli kitob jamg‘armasi mablag‘lari hisobidan chop etildi.

© M. Quronov va b.
© G‘afur G‘ulom nomidagi nashriyot-matbaa ijodiy uyi, 2020

ISNB 978-9943-6448-3-0

Aziz o‘quvchi!

Tarbiya fani sizga ona Vatan – O‘zbekiston bilan faxrlanishni, mahalla va oilani qadrlashni uqtiradi, turli kasb egalarining Vatanimiz rivojiga qo‘shgan hissalaridan hikoya qiladi. Undagi ma’lumotlarni qunt va e’tibor bilan o‘qisangiz, har bir ishni o‘z vaqtida, puxta bajarishni, sog‘lig‘ingizni hamda tabiatni asrashni, kitob o‘qishning odamga qanchalik foydali ekanligini bilib olasiz.

Ulug‘ mutafakkirlarning serma’no o‘gitlari, bir-biridan qiziq rivoyatlar ezgulik va yovuzlik, to‘g‘ri va noto‘g‘ri xulqlar qanday bo‘lishini, har xil vaziyatlarda inson o‘zini qanday tutishi zarurligini o‘rgatadi. Mashhur insonlarni muvaffaqiyatga erishtirgan fazilatlari haqidagi ma’lumotlar esa dunyoqarashingizni kengaytirishga xizmat qiladi.

Siz o‘z orzu-maqsadlaringizga erishishingiz uchun har bir ishni mas’uliyat bilan oxiriga yetkazishingiz kerak. Buning uchun darslikda berilgan hikoyalarning ma’nosini tushunib, ustozingiz ko‘rsatgan qoida va mashqlarni qunt bilan bajaring.

Mualliflardan



1–2-MAVZU: MEN “OLTIN QOIDA” BO‘YICHA YASHAYMAN

Bugun quyidagilarni o‘rganasiz:

1. Axloq nima?
2. Ma’naviyat nima va uning qanday “oltin qoidasi” bor?
3. Insonning eng oliy ma’naviy qadriyatlari qaysilar?
4. Axloqli bo‘lish nimani anglatadi?

Diqqat bilan o‘qing

Kunlarning birida o‘qituvchi o‘quvchilarga umrbod yodda qoluvchi saboq berishni niyat qilib, doskaning chekkasiga 1 raqamini yozibdi va o‘quvchilarga qarab: “Bu raqam sizning hayotdagi eng zarur xususiyatingiz – odamiyligingizdir”, – debdi. Keyin raqamning yoniga 0 raqamini yozib, debdi: “Bu raqam sizning yutuqlaringiz. Odamiylik sizning yaxshi xislatlaringizni o‘n baravar oshirdi”.



O‘qituvchi doskaga yana bir nol raqamini yozgach, gapini shunday davom ettiribdi: “Bu raqam tajriba bo‘lib, u bilan inson xislatlari yuz baravarga oshdi”.

Shunday qilib, o‘qituvchi doskadagi 100 raqamiga do‘stlik, sevgi, mehr-oqibat kabilarni anglatuvchi yana bir nechta nol raqamini qo‘shib: “Har bir qo‘shilgan nol raqami insonni o‘n marotaba yuksaklikka ko‘taradi”, – debdi.

To‘satdan u raqamlar qatorining boshidagi bir raqamini o‘chirib tashlabdi. Sinf doskasida ma’nosiz nollargina qolibdi. O‘qituvchi doskadagi nollarga tushunolmay turgan o‘quvchilarga qarab, jiddiy ohangda: “Agar sizda odamiylik bo‘lmasa, qolganlari befoyda”, – deb gapini yakunlabdi.

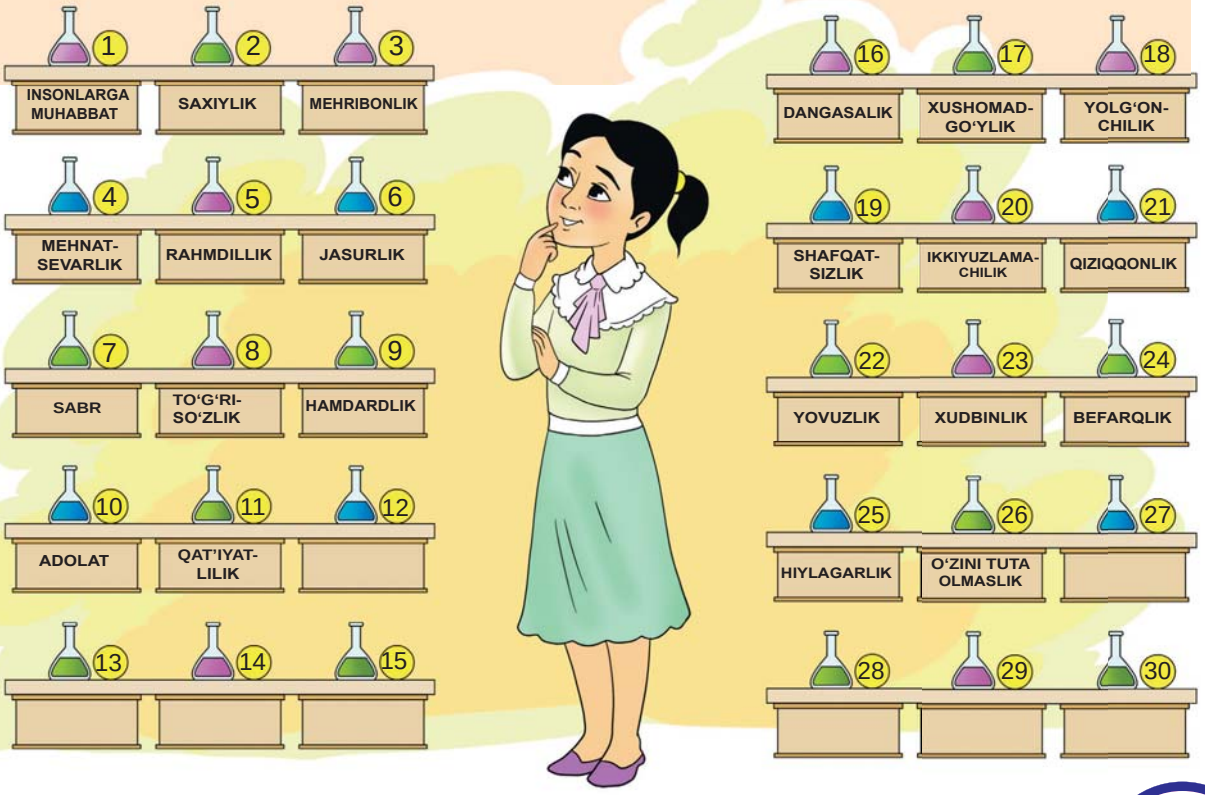
Savollarga javob bering

1. “Odamiylik”, “odam bo‘lish” iboralarining ma’nosini tushuntiring.
2. “Odamiylik” so‘zining sinonimlarini toping.

Topshiriqlarni bajaring

1-topshiriq. Rasmni kuzating va sehrli sharbatlar tayyorlovchi sehrgarni tasavvur qiling. Rasmdagi idishlar javonida sehrgar tomonidan tayyorlangan turli xil – yaxshi va yomon xislatlarga ega sehrli sharbatlar turibdi. Uni ichgan inson mazkur xislatlarga ega bo‘ladi.

1. Yaxshi inson bo‘lish uchun qanday sharbatlarni tanlagan bo‘lardingiz? Siz 6 xil xislatni tanlashingiz zarur.
2. Xislatlar nomi yozilmagan bo‘sh idishlarga qarang. Sizningcha, sehrgar yana qanday xislatli sharbatlarni tayyorlashi kerak?

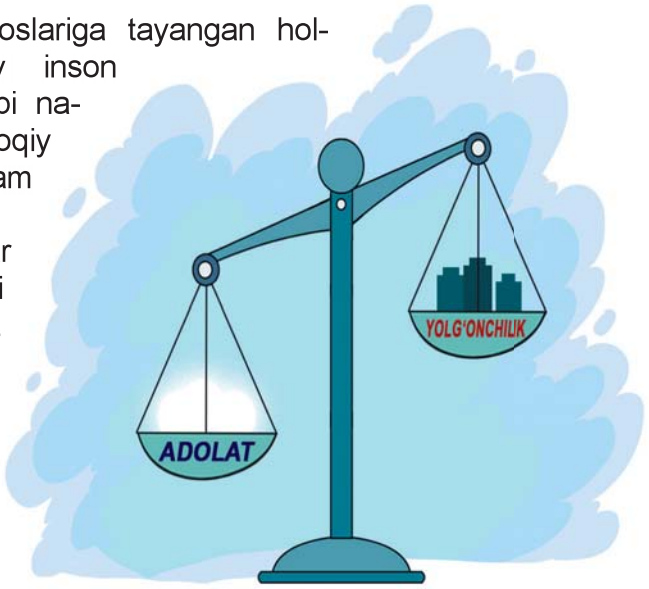


Diqqat bilan o‘qing

Har bir inson ulg‘ayar ekan, ezgulik va yovuzlik nima ekanligini anglay boshlaydi. Hamma badiiy asarlar va filmlarda yaxshilik, ezgulikka intiluvchi ijobiy qahramonlar bo‘ladi. Mazkur qahramonlarga esa salbiy, yovuz qahramonlar qarshi turadi. Ular o‘rtasida doimo ezgulik va yovuzlik kurashi davom etadi. Albatta, ezgulik yovuzlikdan ustun kelganida hamma xursand bo‘ladi.

Bu esa insonda qadimdan ezgulikka intilish mavjudligining isbotidir. Chunki ezgulik insonning o‘sishi, rivojlanishi, yuksalishiga sabab bo‘ladi, sevgi, muhabbat, do‘stlik, sadoqat, minnatdorlik, hurmat kabi oliy hissiyotlarni uyg‘otadi.

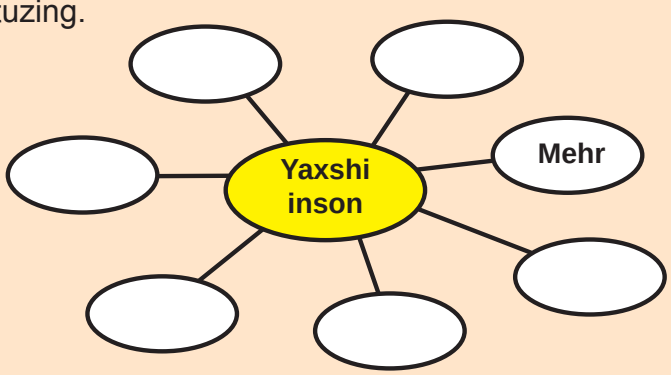
Inson bolaligidanoq odob-axloq asoslariga tayangan holda tarbiyalanadi. Kelajakda qanday inson bo‘lishi esa uning o‘ziga bog‘liq, sababi nafaqat tushunish va farqlash, balki axloqiy me’yorlarga muvofiq harakat qilish ham muhimdir.



Axloq – bu qanday xulq-atvorlar to‘g‘riligi, qaysilari esa noto‘g‘riligini belgilab beruvchi qoidalar to‘plami. Omma axloqi ham mavjud bo‘lib, u insonlarning umumiy qoidalarini o‘z ichiga oladi. Bu qoidalar jamiyatda ezgulik, haqiqatgo‘ylik, burch, vijdon, adolat haqidagi tasavvurlar va qadriyatlar asosida shakllanadi.

Topshiriqlarni bajaring

2-topshiriq. Insonning ma’naviy va axloqiy qadriyatlari to‘g‘risida klaster tuzing.



3-topshiriq. Barcha xislatlarni quyidagi toifaga: siz “yaxshi” deb hisoblagan va ezgulikka olib boruvchi xislatlarga hamda siz “yomon” deb hisoblagan va yovuzlikka sabab bo‘luvchi illatlarga ajrating.

Yaxshi xislatlar ezgulikka yetaklaydi	Yomon illatlar yovuzlikka yetaklaydi

RIVOYAT

Qadimda bobo nabirasiga bir hayotiy haqiqatni so‘zlab beribdi:

– Har bir insonning qalbida ikki bo‘ri olishuviga juda o‘xshash kurash boradi. Bir bo‘ri yovuzlik – hasad, g‘azab, yolg‘on, xudbinlik, shafqatsizlik, ikkiyuzlamachilikni namoyon etadi. Boshqasi esa yaxshilik – tinchlik, muhabbat, halollik, haqiqat, mehribonlik, vafoni ifodalaydi.

Kichkintoy nabiraning qalbi bobosining so‘zlaridan hayajonga to‘lib, bir necha lahza o‘ylanib qolibdi va birozdan so‘ng bobosidan so‘rabdi:

– Oxir-oqibat qaysi bo‘ri g‘olib bo‘ladi?

Bobo nabirasiga jilmaygancha javob beribdi:

– Sen parvarishlaydigan bo‘ri doimo g‘olib keladi.



Savollarga javob bering

1. Boboning javobini siz qanday tushundingiz?
2. Sizda qaysi “bo‘ri” ko‘proq g‘olib keladi?
3. Barcha insonlar qalbida doimo yaxshi “bo‘ri” g‘alaba qozonishi uchun qanday harakatlar qilishimiz kerak, deb hisoblaysiz?



Mustaqil tayyorlash uchun topshiriq

1. 5-betdagi sehrli sharbatlar tasvirlangan rasmni o‘z yaqinlaringiz, do‘stlaringizga ko‘rsating, ular siz ega bo‘lishingiz kerak bo‘lgan xislatlarni tanlashlarini iltimos qiling.
2. O‘zingiz tanlagan xislatlarni hamda siz uchun tanlangan xislatlarni daftaringizga yozing. Ularni solishtiring.



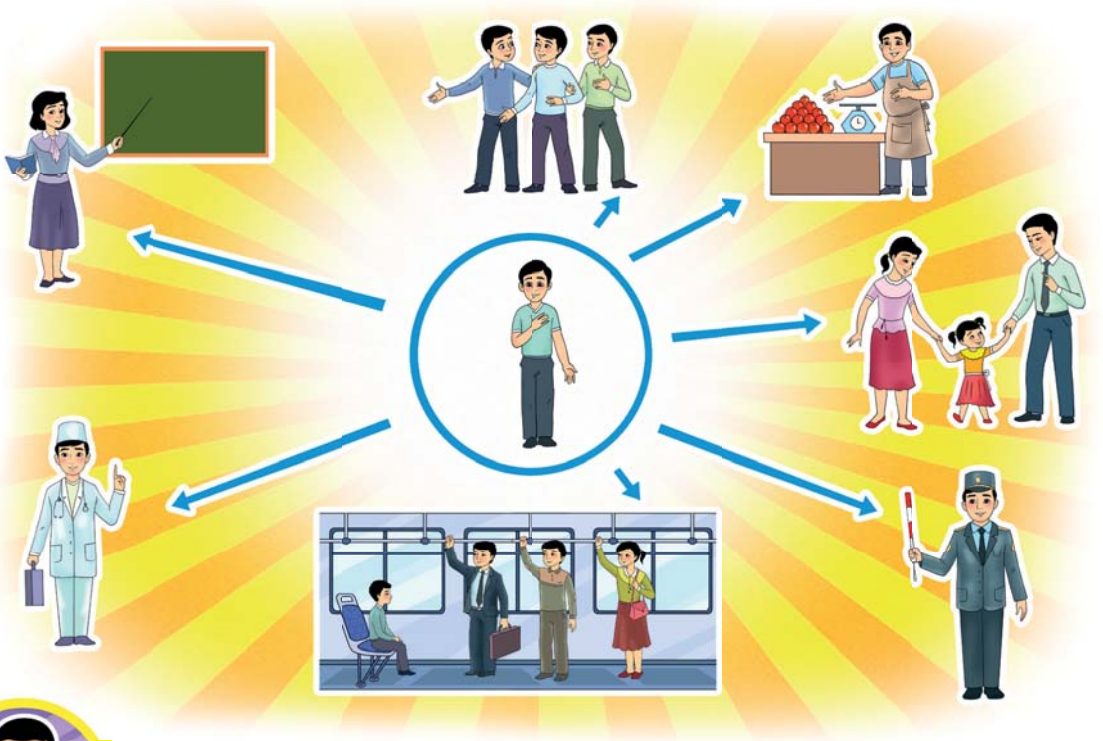
Diqqat bilan o‘qing

Siz har kuni atrofingizda turli xil insonlarni uchratasiz. Bular yo‘lovchilar, o‘qituvchilar, sotuvchilar, tibbiyot xodimlari va boshqalar bo‘lishi mumkin. Siz bu odamlar bilan qisqa yoki uzoq vaqt muloqotda bo‘lasiz. Siz ular bilan shunchaki muloqot qilmaysiz, balki munosabatlar o‘rnatasiz.

Asosiysi, samimiy munosabatda bo‘lishingizdir. Buning uchun atrofingizdagilarga ismini aytib, hurmat bilan murojaat qiling. Xushmuomala, e’tiborli va rostgo‘y bo‘ling, hammani birdek hurmat qiling.

Savollarga javob bering

Insonlarda yaxshi taassurot qoldirish va samimiy munosabat o‘rnatish uchun ular bilan qanday muloqot qilish kerak?



Maslahatlar

Insonlar sizni aldashlarini, gapingizni tinglamasliklarini, sizga yordam bermasliklarini xohlarmidingiz? Agar javobingiz “Yo‘q, xohlamayman!” bo‘lsa, unda siz ham insonlarga quyidagicha munosabatda bo‘ling:

- atrofingizdagilar bilan qo‘pol gaplashmang;
- doim gapingizni salom bilan boshlab, minnatdorchilik bilan tugating;
- do‘stlaringizga bergan va’dangizni bajaring;
- sinfdoshlaringizning orqasidan yomon gaplar gapirmang;
- sinfdoshlaringizni masxara qilib, ustidan kulmang;
- kimgadir yordam kerak bo‘lsa, albatta, undan yordamingizni ayamang;
- insonlarga doim tabassum bilan murojaat qiling.

Diqqat bilan o‘qing

Bir kuni shogird ustoziga savol beribdi: “Ustoz, siz ezgulik, adolat va ruhiy poklik haqida ko‘p bilimga egasiz. Siz odamlar halol bo‘lishi va qunt bilan ishlashi, dangasa bo‘lmasligi, yomon ishlar qilmasligi va boshqalarni hurmat qilishi haqida gapirasiz. Bularning hammasini bir so‘z bilan qanday atagan bo‘lardingiz?”

Ustoz uzoq o‘yga cho‘mibdi, keyin tabassum qilib: “Bu so‘z o‘zaro birdamlik deyiladi va quyidagi ma’noni anglatadi: o‘zingga qanday munosabatda bo‘lishlarini xohlasang, o‘zgalar bilan ham shunday munosabatda bo‘l”, – debdi.

Bu qoidani “oltin qoida” deb nomlashibdi.

O‘zingizni ko‘zguning oldida turgandek tasavvur qiling. Bu olam, jamiyat siz unga qanday munosabatda bo‘lsangiz, u ham sizga shunday munosabatda bo‘ladi, chunki ko‘zgu doimo sizning harakatlaringizni aks ettiradi.





Maslahatlar

Endi esa ko‘zgu oldiga turib:

- qovoq solmang, aksincha, tabassum qiling;
- mushtni emas, kaftingizdagi olmani ko‘rsating;
- samimiy tarzda qo‘l silkiting;
- yo‘l to‘smang, yo‘l bering;
- zarar yetkazmang, yordam bering.



Diqqat bilan o‘qing

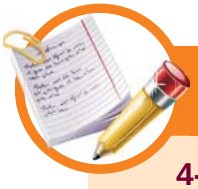
Inson doimo o‘zini boshqa insonning o‘rniga qo‘ya olishi va shu orqali o‘z xatti-harakatini to‘g‘rilashi kerak.

Shunday harakat qilsangiz, atrofdagi insonlar bilan munosabatingiz xursandchilikka to‘la bo‘lganini, yuragingizni iliq hissiyot qamrab olganini sezasiz.

Qarindoshlar, do‘stlar, tanishlaringiz va begonalar sizni tabassum qilib, ochiq chehra bilan kutib oladilar.

Kimki, ezgulik qilsa, yaxshilikdir uning mevasi,
Kimki, yovuzlik qilsa, yomonlikdir uning mevasi.

Sa’diy Sheroziy



Topshiriqlarni bajaring

4-topshiriq. Quyidagi maqol va hikmatli so‘zlarni o‘qing, ularni qanday tushunganingizni aytib bering:

- Nima eksang, shuni o‘rasan.
- Biz boshqalarga qanday munosabatda bo‘lsak, ular ham bizga shunday munosabatda bo‘ladilar.
- Salomga yarasha alik.



Darajangizni aniqlang

Quyidagi gaplarni daftaringizga ustun shaklida yozing. O‘zingiz uchun ushbu bahoni qo‘llagan holda o‘ylab ko‘ring va har bir jumla qarshisiga “ko‘pincha”, “kamdan kam”, “ba’zan” so‘zlarini qo‘ying.

1. Men boshqa odamlarning yaxshi va yomon xatti-harakatlarini farqlay olaman.
2. Men o‘zimning yaxshi yoki yomon ish qilayotganimni bilaman.
3. Menga boshqalarga yordam berish yoqadi.
4. Menga yordam berishlari yoqadi.
5. Odob-axloqli inson bo‘lish nima ekanligini tushunaman.



Mustaqil tayyorlash uchun topshiriq

O‘z yaqinlaringizdan hayotda qanday me’yorlarga rioya qilishlarini so‘rang. Ular axloqning “oltin qoidasi”ga qanchalik yaqinligini muhokama qiling. Javoblarni daftaringizga yozing.

3–4-MAVZU: ROSTGO‘YLIK VA BURCHNI HIS ETIB YASHASH

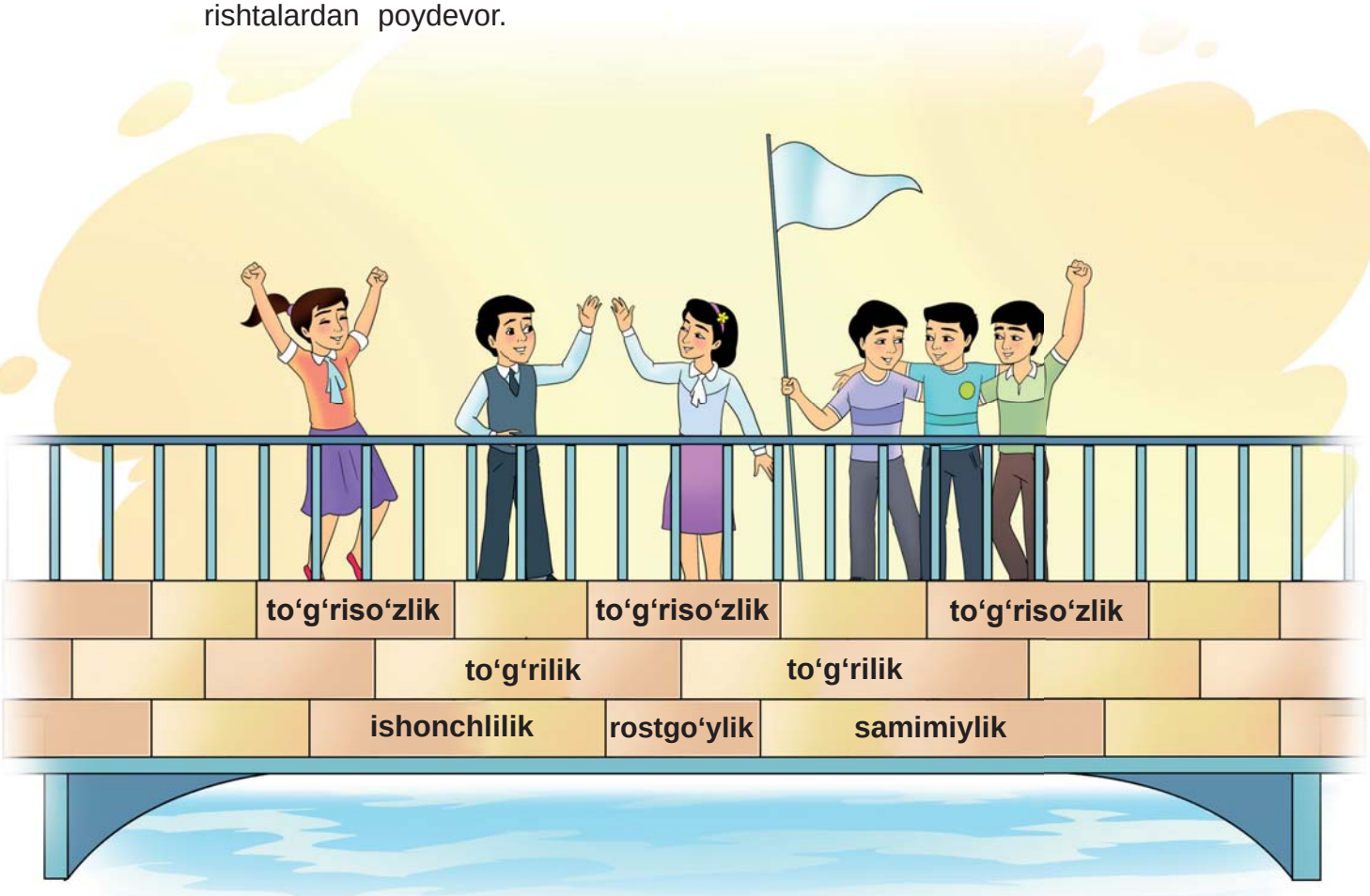
Bugun quyidagilarni o‘rganasiz:

1. O‘ziga nisbatan rostgo‘ylik va ishonch nimani anglatadi?
2. Boshqalarga nisbatan rostgo‘ylik qanday namoyon bo‘ladi?
3. Rostgo‘ylik nima uchun kerak?

Diqqat bilan o‘qing

Siz “Qiyshiq ko‘zgular mamlakati”ga tushib qolganingizni tasavvur qiling. Bu mamlakatda yashovchilar na o‘ziga, na o‘zgalarga rost so‘zlaydilar. Qiyshiq ko‘zgularda o‘z aksini ko‘rgan mamlakat aholisining hayoti murakkab va tushunarsiz bo‘lib, muammolarga to‘la. Bu yerda na o‘zingizni tushunasiz, na boshqalarni. Duch kelgan voqealaringizni ham anglolmaysiz. Hattoki, qiyshiq ko‘zgularda o‘zingizni ko‘ra olmaysiz.

Biroq sizda nafaqat bu mamlakatdagi hayotingiz, balki haqiqiy hayotingizni o‘zgartira oladigan bir insoniy xislat bor. Bu – rostgo‘ylik. Agarda inson har doim rost gapirsa, uning hayoti go‘zal bo‘ladi. Rostgo‘ylik – bu insonlar o‘rtasida do‘stlik va birdamlik kabi rishtalardan poydevor.



Topshiriqlarni bajaring

1-topshiriq.

1. O‘zi uchun rostgo‘y bo‘lib, atrofidagi insonlar oldida yolg‘onchi bo‘lish mumkinmi? Yoki, aksincha, o‘zgalar bilan rostgo‘y bo‘lib, o‘zi uchun yolg‘onchi bo‘lish mumkinmi? Fikringizni ayting.
2. Bunday insonlar yaxshi insonmi yoki yomon?

Diqqat bilan o‘qing

Haqiqatgo‘y inson o‘z xato va kamchiliklarini tan oladi. Nohaq bo‘lsa, o‘zini oqlamaydi, boshqalarni qanday mezonlar bilan baholasa, o‘zini ham shunday baholaydi. Bunday inson har qanday holatda ham haqiqatdan voz kechmaydi, o‘z munosabatini to‘g‘ridan to‘g‘ri aytadi, o‘g‘rilik va firibgarlik qilmaydi, axloq me’yorlariga rioya qiladi, qonunlarni buzmaydi.

1-vaziyat. Said hovlida do‘stlari bilan o‘ynardi. O‘yin qiziqarli va hayajonli edi. Vaqt tez o‘tib ketdi, kech kirdi. Said onasining ovozini eshitdi, onasi uni uyga chaqirayotgan edi. Said darhol koptokni qo‘ydi-da, sumkasini olib, uyga chopib ketmoqchi edi hamki, uni Akmal to‘xtatdi:

– Qayerga? Ketma, biz hali o‘yinni tugatmadik-ku!

– Men ketishim kerak. Oyimga chaqirishingiz bilanoq kelaman, deb va’da berganman.

– Ketma, qol, o‘yinni tugataylik. Oyingga chaqirganingizni eshitmadim, dersan?! – dedi Sardor.

– Ammo men eshitdim, sen ham eshitding, – deb javob berdi Said.

– Biroq oying eshitganingni bilmaydilar-ku!

– Ha, sen haqsan, ular bilmaydilar, ammo men bilaman-ku, – dedi qat’iylik bilan Said va uyi tomon yugurib ketdi.

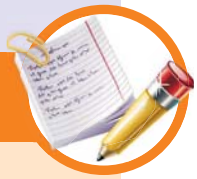


Savollarga javob bering



1. Rostgo‘ylik nima?
2. Said nega do‘stlarining gapiga quloq solmadi?
3. Said kimga nisbatan rostgo‘ylik qildi, o‘zigami yoki o‘zgalarga? Javobingizni asoslab bering.
4. Siz bunday vaziyatda nima qilgan bo‘lardingiz?

Topshiriqlarni bajaring



2-topshiriq. Quyidagi jadvalni daftaringizga ko‘chiring. Rostgo‘ylik so‘zining shakldosh va zid ma’nolilarini jadvalga yozing.

Shakldoshlar	Zid ma’nolilar

Rostgo‘ylik tushunchasi bilan vijdon tushunchasi yonma-yon turadi. Vijdonni qalbimiz qalqoni deyishimiz mumkin, chunki u noto‘g‘ri harakat qilmoqchi bo‘lganimizda bizni axloqiy tartib-qoidalarga rioya qilib yashashga undovchi ichki ovozdir. “Vijdonim qiynalyapti”, “vijdon azobi” degan iboralar hammamizga tanish. Bu – yolg‘on gapirganimiz, noto‘g‘ri, nojo‘ya harakatlarimiz natijasida paydo bo‘lgan ichki bezovtalik, aybdorlik hissi. Ba’zan bunday holat shu qadar kuchli bo‘ladiki, inson tinch yashay olmaydi, o‘qiy olmaydi, ishlay olmaydi.

Hattoki, yolg‘iz o‘zing bo‘lsang ham, yomon gapirma va yomon ish qilma. Boshqalarga nisbatan ko‘proq o‘zingdan uyalishni o‘rgan.

Demokrit

3-topshiriq. O‘qing va savollarga javob bering.

Yekaterina Petrovna ismli keksa ayol qishloqda yolg‘iz kun kechirar, u shaharga ketib, uch yildan beri xabar olmayotgan Nastya ismli qizi bilan uchrashishni orzu qilib yashar edi.

Qizining esa uning ko‘zlaridagi mehrni, qo‘llarining taftini eslashga, sog‘inishga, hattoki yozgan xatini o‘qishga ham umuman vaqti yo‘q edi. Onasi uchun eng yaqin, eng sevimli va suyukli insonligini tushunmasdi. Shahar tashvishlari bilan ovora bo‘lib, qishloqdan telegramma olganida, allaqachon kech bo‘lgandi. Onasi vafot etgan edi. Eski uy bo‘m-bo‘sh qolgan, endi Nastyani u yerda hech

kim kutib olmas, ostonada quchog‘ini ochib qarshilamas, onasi aytadigan so‘zlarni aytmas edi. Nastya onasiga yomon munosabatda bo‘lganligini o‘ylab azoblanar, qilmishlarining og‘irligidan ko‘zyoshi to‘kardi. Vijdoni kech uyg‘ondi, endi bu azob hech qachon uni tinch qo‘ymaydi. Uni afv etadigan inson hayotdan ko‘z yumdi. Kechirim so‘rashga kechikdi.

K. G. Paustovskiyning “Telegramma” asaridan

4-topshiriq.

1. Vijdon nimaligini tushuntirib bering.
2. Agarda siz yaqin insoningizni aldasangiz va sizni vijdoningiz qiynasa, qanday qilib bu vaziyatni to‘g‘rilashingiz mumkin?
3. Nastya o‘z vijdonini “tinchlantira” oladimi? Qanday?

Diqqat bilan o‘qing



Rostgo‘ylik sezgirlik degan xislatga ham bog‘liq. Sezgirlik – bu boshqa insonlarni tushunish, ularning kayfiyatini sezish, hissiyotlarini hurmat qilish, xohishlariga ko‘ra ular bilan munosabatda bo‘lish.

2-vaziyat. Sinfga yangi qiz keldi. Uning ismi Nigora. U uyatchan, kamgap, muloqotga kirishishi qiyin edi. Nigora hayajonlanganida tutilib, duduqlanib gapirardi. Boshqalarni mensimaydigan, o‘ziga haddan ziyod ishonadigan va tiliga kelganini qaytarmaydigan sinfdoshlari: Zamira va Asal Nigoraning oldiga kelib, uni savolga tuta boshlashdi:

– Sening isming nima? – deb so‘radi Asal.

– Sen bizning maktabga qayerdan kelding? Sen a’lochimisan? Yoki yomon o‘qiysanmi? Sochingdagi to‘g‘nag‘ichni kim olib bergan, oyingmi?

Nigoraga ketma-ket savollar berildi. U notanish joyda hayajonlanib, o‘zini yo‘qotib qo‘yganidan qiynalib javob berdi:

– Mmmmennning iiiissssmiiiiiim Nnigoooora.

– Vooy, sen duduqmisan? Anchadan beri duduqlanasanmi? Logopedga borasanmi? Tug‘ma duduqmisan? Yoki keyin duduqlanib

qolganmisan? Mening oyim logoped, seni oyim bilan tanishtirib qo‘yaymi? – dedi Zamira.

Nigora javob berishga harakat qilib, avvalgidek og‘zini ochib-yopar, ko‘zlaridan duv-duv yosh oqardi.

Topshiriqlarni bajaring

5-topshiriq.

1. Zamira va Asal to‘g‘ri harakat qilishdimi?
2. Bunday vaziyatda qaysi xislat ko‘proq zarur: manmanlikmi yoki sezgirlikmi?
3. Insonga uning jismoniy nuqsonlarini ochiqchasiga aytish mumkinmi?
4. Zamira va Asal Nigoraga nisbatan e’tibor va hurmat namoyon etayotgan vaziyatni tasavvur qiling.

Darajangizni aniqlang

Quyidagi gaplarni daftaringizga ustun holda yozing. O‘zingiz uchun ushbu bahoni qo‘llagan holda o‘ylab ko‘ring va har bir jumla qarshisiga “tez-tez”, “kamdan kam”, “ba’zan” so‘zlarini qo‘ying.

1. Agar nohaq bo‘lsam, men buni tan olaman.
2. Yolg‘on gapirishga majbur bo‘laman.
3. Men haqiqatni oxirigacha aytmayman, chunki yaqin insonlarimni xafa qilishni xohlamayman.
4. Do‘stlarim yolg‘on gapirganlari yoqmaydi.
5. Boshqalarga bergan so‘zimning ustidan chiqaman.
6. Begonalarning narsalarini olmayman.
7. Hamma faqat haqiqatni gapirishi kerak, deb o‘ylayman.

Mustaqil tayyorlash uchun topshiriq

Quyidagi gaplarni mos kelgan so‘zlar bilan to‘ldirib, rostgo‘y insonning portretini yarating.

Rostgo‘y inson har doim ... .
Rostgo‘y inson hech qachon ... .
Rostgo‘y inson ... qo‘rqmaydi.
Rostgo‘y inson ... .

5-MAVZU: ADOLAT – HAYOT HAQIQATI

Bugun quyidagilarni o‘rganasiz:

1. Adolat nima?
2. Adolat qanday namoyon bo‘ladi?
3. Nima uchun adolatli bo‘lish kerak?

Topshiriqlarni bajaring

1-topshiriq. Rasmlar bilan tanishib chiqing va savolga javob bering. Sizningcha, qaysi rasmda bajarilgan ish uchun adolatli mukofot ko‘rsatilgan? Javobingizni asoslang.



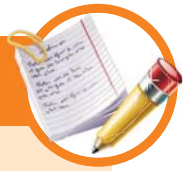
Diqqat bilan o‘qing

Insonlar o‘rtasida axloqiy va ma’naviy qoidalar mavjud. Huquqiy munosabatlar qonunlarda o‘z aksini topgan. Ular davlat tomonidan tartibga solinadi. Axloqiy va ma’naviy qoidalar esa hech qayerda yozilmagan, lekin ularga insonlar rioya qiladilar va tartibga soladilar.

Adolat insonlarning xatti-harakatlarini ezgulik va yovuzlik, yaxshi yoki yomon oqibatlarga olib kelishi nuqtayi nazaridan baholash va shunga qarab jazolash yoki mukofotlash demakdir.

Axloqiy nuqtayi nazardan adolatli munosabatlarning misollari quyidagilardir: ezgulik uchun ezgulik bilan javob berish; minnatdorchilik bildirish; nohaq xafa qilganlik uchun kechirim so‘rash.

Topshiriqlarni bajaring



2-topshiriq.

O‘ylab ko‘ring va adolatli qaror qabul qilishingizga quyidagi xislatlardan qaysi biri yordam berishini ayting:

- haqiqatgo‘ylik, to‘g‘rilik;
- sezgir, hamdard bo‘lish;
- yaxshilik va rahm-shafqat;
- qonunlarni va jamiyatdagi axloqiy qoidalarni bilish;
- ezgulik va yovuzlik o‘rtasidagi farqni bilish;
- yolg‘on va adolatsizlikka murosasiz bo‘lish.

Diqqat bilan o‘qing



Bir keksa muallim bo‘lib, uning o‘quvchilari allaqachon voyaga yetgan, biroq uni unutishmagandi. Bir kuni ularning ikki nafari muallimning uyiga kelib:

– Biz sizga uy yumushlarida yordam berish uchun keldik, – deyishibdi.

Muallim ulardan minnatdor bo‘libdi va bir bo‘sh idishni suv bilan to‘ldirishlarini iltimos qilibdi. Daraxt yonida katta og‘ir chelak, shoxida esa kichkina chelak osilgan edi.

O‘spirinlardan biri kichkina chelakni tanlab, asta quduq tomon yuribdi, ikkinchisi esa katta chelakni olib, o‘rtog‘ining ortidan ergashibdi.

Ular quduqdan suv tashishibdi. Muallim derazadan ularni kuzatib turardi. Ulardan biri tez-tez to‘xtab, og‘ir chelakni yerga qo‘yar va peshanasidagi terni artardi. Ikkinchisi uning yonida yugurib-yugurib, qiynalmay, kichkina chelakda suv tashirdi.

Katta idish suvga to‘lganida, muallim ikkovlonni yoniga chaqirib, ularga minnatdorchilik bildiribdi, so‘ngra dasturxonga asal to‘ldirilgan katta sopol xum va banka qo‘yibdi.

– Ushbu sovg‘amni onangizga olib boring, – debdi muallim va qo‘shib qo‘yibdi. – Endi, har biringiz o‘zingizga munosib bo‘lgan idishni oling.

Biroq ikkisi ham qo‘llarini uzatishmabdi.

– Biz buni taqsimlay olmaymiz, – deyishibdi ular xijolat tortib.

– Ishni qanday taqsimlagan bo‘lsangiz, shunday qilib taqsimlang, – debdi muallim vazminlik bilan.

Valentina Oseyeva, rus yozuvchisi

Savollarga javob bering

1. Nima uchun muallim sobiq o‘quvchilariga turlicha minnatdorchilik bildirdi?
2. Ikki xil idishdagi asalni qanday taqsimlash kerak?
3. Ular asalni qanday taqsimlagan bo‘lishlari mumkin?
4. Muallimning bunday qarori sobiq o‘quvchilari uchun saboq bo‘ldi, deb o‘ylaysizmi?

Topshiriqlarni bajaring

3-topshiriq. Masala matnini o‘qing va javobingizni asoslab bering.

Erkin, Akmal, Sardor, Bobur va Sherzod olma sotib olmoqchi bo‘ldilar. Sherzodning puli yo‘q ekan. Bobur esa pulini uyda unutib qoldiribdi, shuning uchun Erkin, Akmal va Sardor teng pul to‘lab, bir kilogramm olma sotib olishdi. Endi olmani qanday qilib teng taqsimlash mumkin?

4-topshiriq. O‘qing va savollarga javob bering.

1. Rasmlarga qarang. Qaysi holatda “barchaga teng”, qaysi holatda esa “kimga ko‘proq” tamoyiliga rioya qilingan?
2. Qaysi holat adolatli? Qaysi biri adolatsiz? Nega?





5-topshiriq. Quyidagi hikmatlarni o‘qing, ularni qanday tushunganingizni so‘zlab bering.

Adolat davlatning asosi va hukmdorlar shioridir.

Amir Temur

Qonun va adolat tantanasi uchun kurashadigan insonlar bugungi kunning qahramonlari bo‘lishi kerak.

Shavkat Mirziyoyev

6-topshiriq. Vaziyatlarni ko‘rib chiqing va ulardan adolatli yechimni topishga harakat qiling.

1-vaziyat. Oxirgi paytlarda do‘stingiz uy vazifalarini bajarmayapti va uni ko‘chirib olish uchun daftaringizni so‘rayapti.

2-vaziyat. Do‘stingiz sinfda chopib yurib, gultuvakni sindirdi va aybini boshqa sinfdoshingizga ag‘dardi.

3-vaziyat. Siz uyda ukangiz bilan qoldingiz, birga o‘ynadingiz. Kutilmaganda gilamga bo‘yoqni to‘kib yubordingiz. Oqibatda gilam dog‘ bo‘lib qoldi. Dog‘ni ukangiz bilan birgalikda tozaladingiz.

Darajangizni aniqlang

Quyidagi gaplarni daftaringizga ustun holda yozing. O‘zingiz uchun ushbu bahoni qo‘llagan holda o‘ylab ko‘ring va har bir jumla qarshisiga “tez-tez”, “kamdan kam”, “ba’zan” so‘zlarini qo‘ying.

1. Men adolatli bo‘lishga harakat qilaman.
2. Men adolatsizlikni ko‘rsam, adolatni tiklashni xohlayman.
3. Boshqalarga nisbatan adolatsizlik qilaman.
4. Menga nisbatan adolatsiz bo‘lishayotganini sezaman.

Mustaqil tayyorlash uchun topshiriq



Qadimgi Yunon mifologiyasida adolat, haqqoniylik, qonun va tartib-intizomni ma’buda Femida aks ettirgan. Uning asosiy atributlari tarozi, qilich, ko‘zidagi bog‘ich hisoblanadi.

Femidaning qo‘lidagi qilich, tarozi va ko‘zidagi bog‘ich nimani anglatadi? Javobingizni daftaringizga yozing.

6–7-MAVZU: MINNATDORLIK YURAGIMDA YASHAYDI

Bugun quyidagilarni o‘rganasiz:

1. Minnatdor bo‘lish nimani anglatadi?
2. Minnatdorlik qanday namoyon bo‘ladi?
3. Nima uchun minnatdor bo‘lish kerak?



Diqqat bilan o‘qing

Ko‘pchiligimiz qachon navbatdagi “rahmat” aytilishi mumkinligini hatto xayolimizga ham keltirmaymiz. Aslida, kimgadir va o‘zimizga ham minnatdorchilik bildirilishi juda muhim ahamiyatga ega.

Topshiriqlarni bajaring

1-topshiriq. Quyidagi vaziyatlarni o‘qing. Qanday tuyg‘ularni his qilganingizni sinfdoshlaringiz bilan muhokama qiling.

1-vaziyat. Siz do‘kondan kelyapsiz, qo‘llaringiz og‘ir paket va qutilar bilan band. Siz bundan qiynalyapsiz, sababi do‘kondan uyingizgacha uzoq yo‘l bosib o‘tdingiz. Uyingizning eshigi oldiga kelib qarasangiz, u yopiq ekan. Toliqqaningizdan hatto yuklarni bir qo‘lingizga olib, eshik tutqichini tortishga ham kuchingiz yetmayapti. Shunda mutlaqo notanish kishi oldingizdan o‘tib eshikni ochib beradi va sizning yo‘lakka kirishingizga yordamlashadi.

2-vaziyat. Siz tushlikka mo‘ljallangan pulni uyda unutib qoldirdingiz. Tushlik vaqti keldi, qorningiz ochdi, biroq pulingiz yo‘q, demak, tushlik ham bo‘lmaydi. Shu payt do‘stingiz murabboli shirin kulcha va kichik qog‘oz qutichada olmali sharbatni sizga uzatib qoldi.

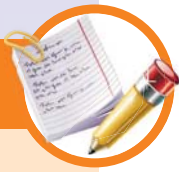
3-vaziyat. Siz shamollab qoldingiz, isitmangiz ko‘tarildi, ahvolingiz yomonlashdi. Yarim tun bo‘lishiga qaramay, dadangiz uyingiz yaqinidagi dorixonaga chiqib ketdi va birozdan so‘ng sizga kerakli dorilarni olib keldi. Onangiz esa dorilaringizni ichirib, tun bo‘yi yoningizda o‘tirib, peshfnangizni sochiq bilan artib chiqdi. Tongda o‘zingizni ancha yaxshi his qilib uyg‘ondingiz. Ota-onangiz ahvolingiz yaxshilanganini ko‘rib xursand bo‘lib ketishdi.

4-vaziyat. Siz ko‘chada ketayotib, bolalar maydonchasida baland ovozda yig‘layotgan qizchani ko‘rib qoldingiz. Ma’lum bo‘lishicha, u arg‘imchoqda uchish uchun yugurib ketibdi va onasini yo‘qotib qo‘yibdi. Siz uning qo‘lidan ushlab, onasini izlaysiz. Besh daqiqadan so‘ng ro‘paradan tashvishlangan onaning siz tomonga yugurib kelayotganini ko‘rasiz. U qizcha tomon talpinadi va uni bag‘riga bosadi. Keyin qo‘lingizdan mahkam tutib: “Rahmat”, – deydi.



Savollarga javob bering

1. Sizga biror kimsa yaxshilik qilsa, unga nisbatan dilingizda qandaydir tuyg‘u paydo bo‘ladimi?
2. Siz bu tuyg‘uni qanday so‘zlar bilan ifodalagan bo‘lardingiz?
3. Siz boshqalarga yaxshilik qilganingizda, ular sizga javoban samimiy “rahmat” aytadilar, shunda dilingizda qanday tuyg‘u paydo bo‘ladi?
4. Sizga minnatdorchilik bildirganlarida va siz minnatdorchilik bildirganingizda dilingizda paydo bo‘ladigan tuyg‘ularingiz bir xil bo‘ladimi?



Topshiriqlarni bajaring

2-topshiriq. O‘z holatingizni ifodalash uchun so‘zlar bankidan foydalanib gaplar tuzing, tuzgan gaplaringizni daftaringizga yozing. Holatingizni o‘z so‘zlaringiz bilan ham ifodalashingiz mumkin.

Menga yordam berganlarida	Men yordam berganimda
Dilimda ……..…… his qilaman.	Dilimda ……..…… his qilaman.
Men ……..... aytishni xohlardim.	Men …… aytishni xohlardim.

So‘zlar banki: rahmat, sizga minnatdorchilik bildiraman, iltimos, iliqlik, quvonch, charchoq, mag‘rurlik, baxt, yordam berishga doim tayyorman, arzimaydi, juda xursandman.

Diqqat bilan o‘qing

Minnatdorchilik – bu ko‘rsatilgan yaxshilik uchun minnatdorlik hissi. Agar kimdir biz uchun foydali va xayrli ish qilgan bo‘lsa, biz buni iliq his-tuyg‘ularimiz hamda ijobiy fikrlarimiz bilan qadrlashimiz mumkin. Biror kishiga minnatdorchilik bildirsangiz, siz unga qilgan ishini qadrlaganingizni bildirasiz.

Eng ajablanarlisi shundaki, minnatdorchilik yaxshi “virus” kabi tarqalishi mumkin. Masalan, siz biror bir kishiga yaxshilik qilgani uchun “rahmat” aytasiz. U bunga javoban, minnatdorchiligingizga munosib bo‘lish uchun yana yaxshilik qilishga harakat qiladi.

Topshiriqlarni bajaring

3-topshiriq.

Dunyoda turli millat vakillari bir xil ishora bilan so‘zsiz, tushunarli holda, qo‘llarini ko‘ksilariga qo‘yib, minnatdorchilik bildirishadi. Rasmga qarang va ular aytishi mumkin bo‘lgan minnatdorchilik iboralarini o‘ylab toping.



Diqqat bilan o‘qing

Ba’zan odamlar minnatdorchilikni turli harakatlar orqali bildiradilar: minnatdorlik xatlarini yozadilar, she’rlar bitadilar, qo‘shiqlar yozadilar, rasmlar chizadilar va ularni taqdim etadilar. Ko‘pincha bolaligimizdan bizga tanish bo‘lgan quyidagi so‘zlar orqali minnatdorchilik izhor etiladi:

- Rahmat (senga, sizga)!
- Sizga minnatdorchilik bildiraman!
- Chin qalbimdan minnatdorman!
- Men sizga minnatdorchilik bildirmoqchiman.
- Men sizni qadrlayman!

Ularni ko‘p takrorlashdan tortinmang. Hatto ozgina e’tibor uchun ham bir-biringizga minnatdorchilik bildiring.

Rahmat – ushbu oddiy so‘zni hech qachon unutmang, o‘z minnatdorligingizni izhor etishning turli usullarini toping. Yaqinlaringizga minnatdorchilik bildirishni yoddan chiqarmang.

Agar daraxt senga o‘z soyasi, mevalari va gullarini taqdim etsa, nahotki, minnatdorchilik evaziga uni yerdan yulqib olib, o‘zing bilan olib ketishni xohlasang?

Vasishtxa, hind donishmandi

Topshiriqlarni bajaring

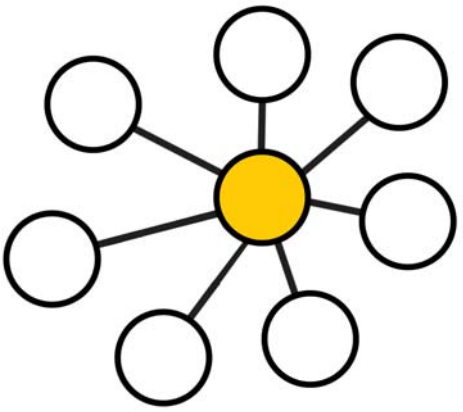
4-topshiriq.

Tasavvur qiling, tug‘ilgan kuningizga 10 nafar do‘stingiz sovg‘alar bilan kelib, sizni tabriklashdi. Ularning har biriga minnatdorchilik so‘zlarini izhor etishga urinib ko‘ring. Bunda so‘zlaringiz takrorlanmasligiga harakat qiling. Ularni daftaringizga yozing. Imo-ishoralardan ham foydalanishingiz mumkin.



Mustaqil tayyorlash uchun topshiriq

Bir varaq qog‘oz oling. Varaqning o‘rtasiga doira chizib, ichiga ismingizni yozing. Sizga yordam bergan, sizni tushunadigan va siz uchun juda muhim ishlar qila olgan yaqin insonlaringiz haqida o‘ylang. So‘ng chizgan doirangizning atrofiga boshqa doiralarni chizib, o‘ylagan odamlaringizning ismlarini doiralar ichiga yozing. O‘z doirangizni ushbu doiralar bilan chiziqlar yordamida bog‘lang. Har bir doira ostiga bu inson siz uchun qanday yaxshiliklar qilganini yozing. Endi ularning har biriga minnatdorchilik sifatida gap tuzing va yozing.



Diqqat bilan o‘qing

Hayotda har doim, har qanday joyda, har qanday vaqtda minnatdorlik tuyg‘usini his qilish mumkin.



Biroq odamlar ikki toifaga bo‘linadi: minnatdorlar va noshukurlar. Noshukur odamlar doim nimadandir xafa, ranjigan, norozi bo‘lishadi, har doim biror narsadan shikoyat qilishadi, ularga doimo nimadir yetishmaydi.

Do‘stlari ko‘p, atrofdagilari unga yaqin bo‘lishni xohlaydigan va ularni hurmat qiladigan inson minnatdor odamdir.

E’tiborli odamlargina barchadan minnatdor bo‘lib, “rahmat” ayta oladilar. Shu sababli ishlaringiz, televizor, planshet, smartfonlaringizdan bir necha daqiqa uzoqlashing va atrofingizdagi olamga nazar tashlang. Dunyoda doim minnatdor bo‘lish mumkin bo‘ladigan narsalar mavjud va bu ro‘yxat juda uzun.

Bir paytlar mashhur fransuz futbolchisi va Ispaniyaning “Real Madrid” klubi bosh murabbiyi Zineddin Yazid Zidan shunday degandi:

“Bolaligimda futbol o‘ynash uchun oyoq kiyimim (kedam) yo‘qligi sababli yig‘lardim, kunlarning birida men oyoqlari yo‘q insonni ko‘rib qoldim”.

Savollarga javob bering

1. Zineddin Zidanning so‘zlarini qanday tushundingiz?
2. Sizning fikringizcha, ushbu uchrashuvdan keyin u yangi kedasi yo‘qligidan afsuslanmay qo‘ydimi?
3. O‘ylab ko‘ring, sizda oyoq kiyim borligi uchun hozirning o‘zidayoq kimga “rahmat” aytgan bo‘lardingiz?
4. Siz minnatdor bo‘lishni yoqtirasizmi? Nima uchun?











Topshiriqlarni bajaring

5-topshiriq.
Yuqoridagi fotosuratlarni kuzating va quyidagi savollarga javob bering:

1. Chapdagi va o‘ngdagi fotosuratlarda qanday farq mavjud?
2. Birinchi juft fotosuratdagi sinfxonalar o‘rtasida qanday farq bor?
3. Ikkinchi juft fotosuratda uxlayotgan bolalar o‘zlarini qanday his qilayotgan bo‘lishlari mumkin?
4. Uchinchi juft fotosuratdagi qizlar kayfiyatini ta’riflab bering. Ular bunday kayfiyatda ekanliklarining sababi nimada?
5. Qaysi bolalarning holati sizga ko‘proq ta’sir qildi? Nima uchun?

Diqqat bilan o‘qing

Siz O‘zbekistonda yashayapsiz. Boshimiz uzra osmonimiz tinch, urush nimaligini bilmaysiz, janglar ovozini eshitmayapsiz, urush dahshatlarini ko‘rmayapsiz. Sizning o‘z qobiliyat va iste’dodlaringizni ochishga yordamlashuvchi maktabingiz bor. Sizda har kuni qandaydir qiziqarli narsalarni o‘rganish, yangi insonlar bilan tanishish, ularga yordam berish va buning evaziga minnatdorchilik eshitish imkoniyati mavjud.

Darajangizni aniqlang

Quyidagi gaplarni daftaringizga ustun shaklida yozing. O‘zingiz uchun ushbu bahoni qo‘llagan holda o‘ylab ko‘ring va har bir jumla qarshisiga “tez-tez”, “kamdan kam”, “ba’zan” so‘zlarini qo‘ying.

1. Men rahmat aytaman.
2. Men boshqalarga yordam beraman.
3. Men minnatdorlik his qilaman.
4. Men oilamdan minnatdorligimni his etaman.
5. Men – minnatdor insonman.

Mustaqil tayyorlash uchun topshiriq

Sizga yaqin bo‘lgan har qanday insonga (oila a’zolaringiz, do‘stlaringiz), Vatanimizga, sayyoramizga va tabiatga minnatdorchilik xati yozing.

8-MAVZU: KECHIRIMLILIK KUCHLILAR XISLATIDIR

Bugun quyidagilarni o‘rganasiz:

1. Xafa bo‘lish va kechirish qanday xislat?
2. Nima uchun arazlamaslik va gina saqlamaslik kerak?
3. Kechirimlilik qanchalik muhim xislat?
4. Kimdan va qanday kechirim so‘rash kerak?

Diqqat bilan o‘qing

1-vaziyat. Qo‘ng‘iroq chalindi, o‘quvchilar tezda nazorat ishi daftarlarini olib, o‘qituvchining stoli tomon yugurishdi. Siz ham yugurdingiz, biroq to‘satdan sinfdoshingiz sizni turtib yubordi-da, daftarini birinchi bo‘lib o‘qituvchining stoliga qo‘ydi.

2-vaziyat. Jismoniy tarbiya darsida “Quvlashmachoq” o‘ynayotgandingiz. Bir qizcha qochish uchun zalning bir tomonidan boshqa tomoniga yugura boshladi. Siz uni to‘xtatmoqchi bo‘lib, yo‘liga atayin oyoq qo‘ydingiz. Qizcha qoqilib, yiqilib tushdi. Qo‘li qattiq shikastlandi.

3-vaziyat. Maktabda eng yaxshi devoriy gazeta uchun tanlov e’lon qilindi. Siz sinfingiz tanlagan jamoaga o‘z yordamingizni taklif qildingiz, ammo ular qabul qilishni xohlashmadi. Jamoa a’zolari siz chizishni bilmasligingiz va faqat xalaqit qilishingizni aytishdi.

Savollarga javob bering

1-topshiriq.

1. Vaziyatlarni o‘qiyotganda qanday tuyg‘ularni his qildingiz?
2. Qanday vaziyat alohida ajralib turibdi va nima uchun?
3. Kimdir sizni xafa qilgan yoki siz kimnidir xafa qilgan holatlarga duch kelasizmi?

Diqqat bilan o‘qing

Xafagarchilik – bu bizga nohaq zarar yetkazilgan (baqirishgan, turtishgan, haqorat qilishgan va boshqa vaziyatlar)da his etiladigan va insonlar orasidagi munosabatlarni buzadigan tuyg‘u. Uzoq saqlangan xafagarchiliklar insonni g‘azablantiradi, uni yaqinlaridan mahrum qiladi.

Xafagarchilik – bu qalb jarohati. U insonlar orasidagi kayfiyat va munosabatlarni buzadi.

Savollarga javob bering

Nima deb o‘ylaysiz, fotosuratlardagi qizcha nimalarni his qilyapti?





Topshiriqlarni bajaring

2-topshiriq.

Bir varaq oq qog‘ozni oling va uni xafa qilingan inson deb tasavvur qiling. Qog‘ozni qo‘lingiz bilan yaxshilab g‘ijimlang. Keyin qog‘oz varag‘ini dastlabki holatigacha tekislab ko‘ring.

1. Qog‘oz qay ahvolga tushdi? Uni tekislay oldingizmi?
2. Biror kishini xafa qilganimizdan keyin nimanidir o‘zgartira olamizmi?
3. Topshiriqni bajarayotganingizdagi his-tuyg‘ularingizni izohlang.
4. Sizning fikringizcha, hamma narsadan xafa bo‘laverish kerakmi?

Diqqat bilan o‘qing

Turlicha tarzda kechirim so‘rash mumkin. Eng oson yo‘li – bolaligimizdan biz bilgan so‘zlar: “Kechirasiz”, “Kechiring”, “Mendan ayb o‘tdi” kabi so‘zlarni aytish hisoblanadi.

O‘zining nohaqligini his qiladigan, lekin buni so‘z bilan ayta olmaydigan odamlar ham bor. Ular o‘z xatti-harakatlari va muomalalari bilan nohaq ekanliklarini ko‘rsatishga harakat qiladilar. Bu kechirim so‘rashning yana bir usulidir.

Topshiriqlarni bajaring

3-topshiriq. So‘zlar bankidan kechira oladigan va kechirim so‘rashga qodir insonda bo‘lishi shart bo‘lgan so‘zlarni tanlang. O‘z tanlovingizni tushuntiring.

So‘zlar banki: yaxshilik, nafrat, jasurlik, sabr-toqat, jahl, qiziqish, do‘stlik, rahm-shafqat, hurmat, baxt, darg‘azablik, samimiylik, halollik, alam, xudbinlik, odoblilik.

Maslahatlar

Xafagarchilikni yengish va kechirim so‘rashni o‘rganish uchun bir necha oddiy qoidalarga amal qilish kerak.

- Hamma ham xato qilishi mumkin.
- Aybingizni tan olishni o‘rganing.
- Kechiring – sizni ham kechirishadi.
- Kechirish – bu g‘azab va nafratga qarshi eng yaxshi davo.





Topshiriqlarni bajaring

4-topshiriq.
O‘qituvchingiz ishtirokida tajriba o‘tkazing.

Zarur materiallar: suv solingan shaffof stakan, oziq-ovqat bo‘yog‘i (ranglari ahamiyatga ega emas), oqartiruvchi modda (1– 2 osh qoshiq).

Tajriba:

1. Shaffof stakan oling va unga suv soling.
2. Stakandagi suvga oziq-ovqat bo‘yog‘idan qo‘shing.
3. Bir daqiqadan so‘ng oqartiruvchi moddani qo‘shing.
4. O‘z kuzatuvlaringizni daftaringizga yozing. Quyidagi atamalarning o‘rnini boshqa nom bilan qiyoslang.
5. Suv solingan shaffof stakan – inson qalbi.
6. Oziq-ovqat bo‘yog‘i – xafagarchilik.
7. Oqartiruvchi modda – kechirim.

5-topshiriq. Agar sinfingizda siz xafa qilib qo‘ygan o‘rtog‘ingiz bo‘lsa, hozir uning yoniga borib, kechirim so‘rang. Agar bu qo‘lingizdan kelmasa, bir varaq qog‘oz olib, unga kechirishini so‘rab xat yozing.

Darajangizni aniqlang

Jadvalni daftaringizga ko‘chiring va to‘ldiring.

Mezon	Ko‘pincha	Ba’zan	Kamdan kam
Men xafa bo‘lgan insonni tushunaman			
Men xatolarimni tuzatishga harakat qilaman			
Men agar haq bo‘lmasam, kechirim so‘rayman			
Men aybimni tan olaman			
Men yaqinlarimni kechiraman			

Mustaqil tayyorlash uchun topshiriq

“Kechirishning sehrli kuchi” haqida hikoya o‘ylab toping.

9-MAVZU: SABR-TOQATLILIK

Bugun quyidagilarni o‘rganasiz:

1. Sabr nima?
2. Sabrli bo‘lish nima uchun muhim?
3. Sabrlilik qanday namoyon bo‘ladi va sabrli bo‘lishni qanday o‘rganish mumkin?

Diqqat bilan o‘qing

Kunlarning birida badavlat kishidan so‘rashibdi: “Millioner bo‘lishingizga qaysi xislatingiz yordam berdi?” U shunday javob beribdi: “Sabrlilik”. Shunda undan yana so‘rashibdi: “Xo‘sh, sabrli bo‘lish doim ham qo‘l keladimi? Masalan, siz elakda suv keltirib berolmaysiz-ku, axir bu holda sabrlilik yordam berolmaydi”.



Millioner tabassum bilan javob berdi: “Qish kelsin, buning ham yechimi topiladi”.

Savollarga javob bering

1. Hikoya qahramoni o‘zining boyib ketishiga nima uchun aynan shu xislati yordam bergan, deb hisoblaydi?
2. “Sabrlilik” tushunchasiga ta’rif bering.

Topshiriqlarni bajaring

1-topshiriq. Vaziyatlarni o‘qing.

1-vaziyat. Ro‘parangizdagi stol ustida “Pazl” jumboqli o‘yin qutichasi turibdi. Katta tasvir yuzlab mayda bo‘laklarga bo‘lingan. Vaqtingizni ayamay o‘tirib, uni bir necha soat davomida jamlaysiz.

2-vaziyat. Tanaffus. Bolalar oshxonaga yugurib chiqishdi va faqat siz chetda turib, shirin kulcha hamda sharbat uchun navbatdagilar kamayishini kutdingiz.

3-vaziyat. Adabiyot darsida o‘qituvchi jurnal bo‘yicha so‘rov o‘tkazdi. Familiyasi jurnal ro‘yxatining oxirida bo‘lgan partadoshingiz qo‘lini cho‘zib, navbatidan oldin javob bermoqchi bo‘lyapti.



Savollarga javob bering

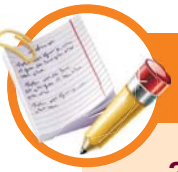
1. Vaziyatlarni o‘qiganingizda qanday tuyg‘ularni his qildingiz?
2. Qaysi vaziyatda sabrlilik ko‘rsatilgan?
3. Qaysi vaziyatda sabrsizlik tasvirlangan?
4. Insonning sabrli bo‘lishiga nima yordam beradi?



Diqqat bilan o‘qing

Sabr (chidam, bardosh, iroda) – biror holat yoki hodisani bardosh bilan kutish, qanoat qilish, o‘zini tiyish.

Sabrlilik – insonga xos bo‘lgan muhim xislat. U hech qachon taslim bo‘lmaslik, maqsad sari ildam borishni o‘rgatadi. Yoqtirgan ishingiz bilan shug‘ullansangiz, bundan zavqlanasiz. Biroq ish yoqmasa-da, uni bajarishga majbur bo‘lsangiz, sizga sabrlilik va mehnatsevarlik xislati yordam beradi.



Topshiriqlarni bajaring

2-topshiriq.
Quyidagi maqollarni o‘qing va tahlil qiling:

- Sabr tagi – sara oltin.
- Asl boylik – qanoat.
- Bardoshliga yog‘li osh.
- Sabr – yutuq kaliti.

3-topshiriq.
Qaysi vaziyatlarda sabrli va sabrsiz ekanligingizni belgilang.

1-vaziyat. Shifokor xonasi oldida navbat kutayotganlar ko‘p.
2-vaziyat. Siz yangi planshet olishni juda xohlayapsiz, tug‘ilgan kuningizga esa hali bir oy bor.
3-vaziyat. Samolyot reysi kechikmoqda, yo‘lovchilar kutish zalida kutmoqdalar.



Diqqat bilan o‘qing

Siz deyarli har kuni sabr qilish holatiga duch kelasiz, buni o‘zingiz hatto sezmasligingiz ham mumkin. Har kuni maktabga borasiz, darsda o‘tirasiz va o‘qituvchining so‘zlarini tinglaysiz, do‘konda navbatda turasiz, ukangiz yoki singlingizga qaraysiz, televizorda sevimli filmingiz boshlanishini kutasiz, uy vazifalaringizni tayyorlaysiz, maqsadlar qo‘yasiz va ularga erishish uchun intilasiz.

Topshiriqlarni bajaring

4-topshiriq. Rasmlarga qarang va ularni nomlang. Qaysi birini yoqtirasiz? O‘z misollaringiz bilan to‘ldiring.



Topshiriqlarni bajaring

5-topshiriq. Ifodalardan birini tanlang va o‘z tanlovingizni tushuntirib bering.

Har kimsaki, aylamas oshuqmoqni xayol,
Yaproqni ipak qilur, chechak bargini bol.

Alisher Navoiy

Sabr aylagan kishi yetar oxir murodiga,
Shoshqaloq yetolmas ishning adog‘iga.

Sa’diy Sheroziy

Darajangizni aniqlang

Jadvalni daftaringizga ko‘chiring va to‘ldiring.

Mezon	Ko‘pincha	Ba’zan	Kamdan kam
Men kuta olaman			
Men ko‘p vaqt talab qiladigan vazifalarni mamnuniyat bilan bajaraman			
Darsda o‘qituvchini diqqat bilan tinglayman			

Mustaqil tayyorlash uchun topshiriq

Laboratoriya ishi. Laboratoriya ishi uchun 100 gramm mosh va kichik quticha kerak bo‘ladi.

Ish ta’rifi: mosh solingan qutichani olib, oldingizdagi stolga qo‘ying. Qutichani oching va moshni birma-bir chiqarib, stolga bir qator qilib terib qo‘ying. Keyin mosh tugagach, qutichani yoping va stolga qo‘ying. Ushbu mashqni kuniga 10–15 daqiqa 7 kun davomida bajaring.

Daftaringizga ushbu jadvalni chizib, natijalarni yozing.

Kun	Mashqni boshlash vaqti	Mashqni tugatish vaqti	Mening tuyg‘ularim
1.			
2.			

10-MAVZU: ONA YURTIM – OLTIN BESHIGIM

Bugun quyidagilarni o‘rganasiz:

1. O‘z Vatanimiz bilan nega faxrlanamiz?
2. Vatandoshlarimizning turmush tarzini yaxshilash uchun qanday ishlar amalga oshirilmoqda?
3. Vatanimizning ravnaqi uchun biz qanday hissa qo‘sha olamiz?

Topshiriqlarni bajaring

1-topshiriq. Fotosuratlarga qarang. Ularni nima birlashtiradi?






Diqqat bilan o‘qing

BIZ FAXRLANADIGAN VATAN

Bizning Vatanimiz – O‘zbekiston. Biz shu Vatanda qadrli insonlarimiz bilan birga yashaymiz, shu yerda bilim olamiz. Nonning xushbo‘y isi, dilrabo kuy-u laparlar, sho‘x raqslar, tarixiy obidalar,

dorbozlarning tomoshalari vatandoshlarimiz hamda yurtimiz mehmonlarini befarq qoldirmaydi.

Butun dunyo xalqlari ona yurt tushunchasini benihoya aziz va muqaddas deb bilishadi. Ayniqsa, Sharq xalqlari uchun Vatan mo‘tabar makon sanaladi. Vatanga sodiqlik – shu tuproqning muqaddas sarhadlarini turli tahdidlardan himoya qilmoq, unda yashovchi xalqning tilini, e’tiqodini urf-odatlarini sevmoq. Tabiiyki, inson farzandi qayerda, qaysi mamlakatda dunyoga kelsa, ana shu yer uning ona Vatani hisoblanadi. Kindik qoni to‘kilgan joy inson uchun muqaddas dargohga aylanadi.

Vatanni sevish, undagi bor narsalarni ardoqlab, sog‘inib yashash inson tabiatida mavjud bo‘lgan nozik tuyg‘udir.

Buyuk alloma Alisher Navoiy hazratlarining quyidagi so‘zi ona Vatanini sevadigan sadoqatli har bir kishining qalbida g‘ayrat va shijoat uyg‘otadi:

Vatan tarkini bir nafas aylama,
Ani ranji – g‘urbat, havas aylama.



Savollarga javob bering

1. Yurtimizning qanday yutuqlari bilan faxrlanishimiz mumkin?
2. Sizning Vatan oldidagi burchingiz nimalardan iborat? Vatanimiz kelajagiga o‘z hissangizni qo‘shish uchun hozirdan harakat qilyapsizmi?
3. Alisher Navoiyning Vatan haqidagi hikmatli so‘zlariga o‘xshash hikmatlardan misollar keltiring.



Topshiriqlarni bajaring

2-topshiriq. Quyidagi hikmatlarni o‘qing. Uning ma’nosini sharhlab bering.

Vatan mening jon-u tanim, sajdagohimdir.

Abdurauf Fitrat

Odam ersang ma’ni bil dona-dona,
Vatan erur senga ikkinchi ona.

Anbar Otin

Diqqat bilan o‘qing

VATANPARVARLIK



Bizning buyuk ajdodlarimiz halollik, jasoratlilik, adolatlilik kabi xislatlari bilan avlodlariga namuna bo‘lib kelishgan. Zamondoshlarimiz orasida ham bunday insonlar ko‘p. Ana shunday qahramonlarimizdan biri Lolaxon Murodovadir.

Lolaxon oddiy dehqon oilasidagi ikkinchi farzand edi. Akasi Nabijon ota-onasining izidan borib dehqonchilikka mehr qo‘ydi. Hali maktab o‘quvchisi bo‘lsa-da, Lolaxon goh otasi, goh onasi bilan dalaga chiqar, yerni ekishga tayyorlashdan to paxta terib olinguncha ularning yonidan ketmas edi. U otasi Ne’matjon aka muhandis bo‘lib ishlagani uchunmi, hali u, hali bu traktorni haydab ko‘rardi. Qiz bolaga mexanizatorlik og‘irlik qiladi, degan gap-so‘zlarga quloq solmagan Lolaxon Murodova maktabni tugallaboq mexanizatorlikka o‘qidi.

“Birinchi bor traktorga o‘tirganimda qo‘llarim qaltirar edi. Biror ko‘chatga zarar yetkazmay deb, ohista haydardim. Keyin otam kabinaga chiqib yonimga o‘tirdi, – deb eslaydi Lolaxon Murodova. – Texnikani bo‘ysundirish o‘ziga bo‘lgan ishonchga bog‘liq, endi aslo ikkilanma, – degan edi otam o‘shanda. Shu-shu men boshqarmagan texnika qolmadi. Ekdim, ishlov berdim, paxta terdim, yer haydadim...”

Bu inson bir umr halol mehnat qilib, qiyinchiliklarni o‘z aql-u zakovati bilan yengib o‘tgan. U ko‘p yillar davomida mexanik, traktorchi, tabelchi, usta, bo‘lim boshlig‘i vazifalarida faoliyat yuritgan.

Lolaxon Murodova O‘zbekiston Qahramoni unvoni bilan taqdirlangan.

Siz nima deb o‘ylaysiz, Lolaxon Murodova qanday xislatlari sababli yutuqlarga erishgan?

Mustaqil tayyorlash uchun topshiriq

Kutubxona yoki internet saytlaridan foydalanib, “El-yurt hurmati” ordeni bilan taqdirlangan insonlardan biri haqida ma’lumot to‘plang va daftaringizga yozing.

11–12-MAVZU: MENING MAHALLAM – MENING FAXRIM

Bugun quyidagilarni o‘rganasiz:

1. Mahalla faoliyatini qanday amalga oshiradi?
2. Mahallaning hayotimizdagi o‘rni qanday?
3. Mahalla rivojiga qanday hissa qo‘shishimiz mumkin?

Diqqat bilan o‘qing

MAHALLA

Ajdodlardan meros bo‘lib kelayotgan ming yillik turmush tarzi hamda an’analar asosida tuzilgan muhim boshqaruv idorasi bu mahalladir.

Mahalla – o‘z-o‘zini boshqarishning xalqimiz an’analari va qadriyatlariga xos bo‘lgan usuli. Mahalla kichik ma’muriy hudud bo‘lib, turmush tarzi, qadriyatlar, an’analar, urf-odatlar umumiyligi bilan birlashgan kishilar jamoasidir. Mahallalarda kishilar o‘rtasida yaxshi qo‘shnichilik, yoshi kattalarni hurmat qilish, keksalar, bolalar, bemorlarga g‘amxo‘rlik qilish va mahalladagi jamoat ishlariga yordam berish kabi munosabat turlari shakllanib, an’anaviy tarzda avloddan avlodga o‘tib kelmoqda.

Mahalla raisi va faollari to‘y, dafn marosimlari, turli xil bayramlarni tashkillashtirishda ishtirok etadi, hasharlar uyushtiradi.

Topshiriqlarni bajaring

1-topshiriq. Rasmlarga qarang. Ularning ma’nosini tushuntiring. Qishloq va shahar mahallalarining o‘rtasida qanday farqlar bor?





O‘zbekistonda o‘n mingga yaqin mahalla mavjud.

Mahalla arabcha so‘zdan olingan bo‘lib, “o‘rin”, “joy” ma’nolarini bildiradi.

Mahallani **mahalla raisi** boshqaradi. Mahalla raisi 3 yilga mahalla aholisi tomonidan saylanadi.

Mahalla nima?

- O‘zini o‘zi boshqarish organi.
- Qo‘shnichilik jamoasi.
- Hududning ma’lum o‘lchamidagi qismi.

Ma’lum hududdagi ishlarni muvofiqlashtiradi.

Asosiy tamoyillar

- ochiqlik;
- oshkoralik;
- ijtimoiy adolat;
- insonparvarlik;
- mahalliy muammolarni hal qilishda erkinlik.

Mahallaning vazifalari

- jamiyatning davlat bilan bog‘liqligi va xalq hokimiyatini amalga oshirish;
- o‘zaro yordam berish;
- ijtimoiy-gumanitar masalalarni hal etish;
- oilaviy va diniy munosabatlarni, marosimlarni, bayramlarni saqlash;
- mahalla aholisini tegishli hududda, shu jumladan, uyda ishlash sharoiti bilan ta’minlash.



Savollarga javob bering

2-topshiriq.

1. “Mahalla” deganda nimani tushunasiz?
2. Mahallaning asosiy vazifalari nimalardan iborat?
3. Mahalla hayotimizda qanday o‘ringa ega?
4. Mahalla rivojiga qanday hissa qo‘shish mumkin?

Diqqat bilan o‘qing

Mahallamning rivojlanishiga hissamni qo‘shaman

Mening mahallam go‘zal so‘zlar bilan yozilgan arkadan boshlanadi. Mahallamizning ko‘chalari tekis, daraxtlari bahorda oppoq bo‘lib gullaydi. Har bir uyning yonida rang-barang gulzorlar bor.

Bularning barchasi mahalla aholisining mehnati bilan yaratilgan bo‘lib, uni toza-ozoda saqlash va yanada chiroyli qilish bizning qo‘limizda.

Jadvaldan namuna sifatida foydalanib, qadrdon mahallangizni rivojlantirishga qanday hissa qo‘shishingiz mumkinligini ko‘rib chiqing.

Mening javobgarligim

Mol-mulkka nisbatan ehtiyotkor bo‘lish.

Masalan: *suv, elektr, gaz resurslaridan oqilona foydalanish; chiqindilarni belgilangan joyga tashlash.*

Mening rahmdilligim va mehrim

Yoshi ulug‘ insonlarning holidan xabar olish, jonivorlarga g‘amxo‘rlik qilish, qushlarga don berish.

Masalan: *qo‘lida og‘ir yuk ko‘targan insonga ko‘maklashish.*



Mening mehnatsevarligim

Hovli, maktab miqyosidagi hasharlarda ishtirok etish, yordamga muhtojlarga jamoaviy yordam ko‘rsatish uchun ko‘ngillilar guruhini tashkil qilish.

Masalan: *mahalladagi jamoat joylari, hovlilarni ozoda saqlash, daraxtlar ekish, bog‘larni parvarish qilishda ko‘maklashish, qariyalar, yordamga muhtoj odamlar, nogironlarga yordam berish.*



Mening hushyorligim

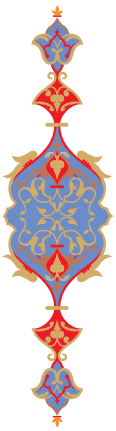
O‘zini shubhali tutayotgan kishilar haqida kattalarni xabardor qilish.

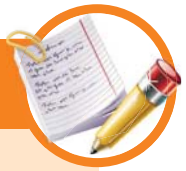
Masalan: *notanish kishi kimnidir tinimsiz kuzatayotganining guvohi bo‘lsangiz.*



Mening qiziqishlarim

Maktab yoki mahallada aholining dam olishi hamda vaqtini chog‘ o‘tkazishi uchun sharoitlar yaratish.





Topshiriqlarni bajaring

3-topshiriq. Mahallangiz uchun qanday foydali ish qilishingiz mumkinligi haqida o‘z misollaringizni yozing.



Bu qiziq!

Uzoq o‘tmishda mahalla chegaralarini belgilash muazzin ovozi bo‘yicha aniqlangan. Muazzin minoradan mahalla aholisini namozga chaqirgan, uning ovozini eshitgan aholi esa bitta mahallada yashovchi qo‘shnilar bo‘lib hisoblangan.

Ba’zi mahallalar hunarmandlar uyushmasidan tashkil topgan bo‘lib, ularning ustaxonasi uyining yonida bo‘lgan. Mahallalar o‘z hududida joylashgan yodgorlik yoki diqqatga sazovor joylar nomiga bog‘liq holda nomlangan. Ba’zan mahalla aholisi ko‘chib kelgan shahar yoki qishloq nomi bilan atalgan.



Mustaqil tayyorlash uchun topshiriq

Kichik tadqiqot o‘tkazing va natijasini daftaringizga yozing.

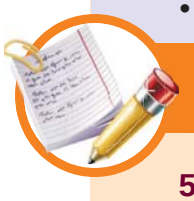
Savollar	Javoblar
Mahallangizning nomi kimning yoki nimaning sharafiga qo‘yilgan?	
Mahallangizda nechta oila yashaydi?	
Mahallangizda nechta bolalar bog‘chasi va maktab mavjud?	
Mahallangizdagi asosiy ko‘chalarning nomi	
Mahallangizdagi tarixiy joylar	
Mahallangiz raisining familiyasi va ismi	



Savollarga javob bering

4-topshiriq. O‘zbek xalq maqollarini o‘qing. Ularning ma’nosini tushuntiring. Dars mavzusiga ularning qanday aloqasi bor?

- Pishiq arqon ham ingichka tolalardan to‘qiladi.
- Shiddatli yomg‘ir qalin barglarga shikast yetkazolmaydi.
- Toma-toma ko‘l bo‘lur.
- Birniki mingga, mingniki tumanga.
- Xalqda bor – senda bor.



Topshiriqlarni bajaring

5-topshiriq. Matnni o‘qing.

Jahon sog‘liqni saqlash tashkiloti dunyoda “Covid-19” nomli yangi koronavirus tarqalganligini e’lon qildi. Ushbu virusning tez tarqalishi butun dunyo aholisining hayotini o‘zgartirib yubordi. Ko‘plab mamlakatlar karantin e’lon qildi. Shu sababli chegaralar, fabrikalar, ta’lim muassasalari, istirohat bog‘lari, teatrlar, kinoteatrlar, kafe va restoranlar, maishiy va kiyim-kechak do‘konlari, go‘zallik salonlari, sport zallari va boshqa gavjum joylar yopildi.

Koronavirusning tarqalishiga qarshi kurashish uchun odamlarga uyidan tashqariga chiqish taqiqlandi. Bu jarayon, ayniqsa, yolg‘iz keksalar, imkoniyati cheklangan va kam ta’minlangan oilalar uchun qiyin kechdi. Ularning aksariyati yordamga muhtoj bo‘lib qolishdi. Bu holat O‘zbekistonga ham o‘z ta’sirini ko‘rsatdi.





Savollarga javob bering

6-topshiriq. Matndagi ma’lumotlardan foydalanib, savollarga javob bering.

1. Nima uchun davlatlar karantin e’lon qilish va gavjum joylarni yopishga majbur bo‘ldi?
2. Nega keksa, yolg‘iz hamda imkoniyati cheklangan insonlar qiyin ahvolga tushib qolishdi?
3. Mahallangizda yordamga muhtoj bo‘lib qolganlarga qanday ko‘mak berdingiz?

Topshiriqlarni bajaring

7-topshiriq. 5-topshiriqdagi ma’lumotlardan foydalanib, har bir xatboshi uchun sarlavha qo‘ying.

8-topshiriq. “Mahallamizda karantin” mavzusida kichik matn tuzing. Matningizda karantin vaqtida qanday qoidalarga amal qilganingiz va o‘z tavsiyalaringiz haqida ham ma’lumot bering.

Diqqat bilan o‘qing

Fayzli mahalla jamiyatning faxri. Mahalla obod bo‘lsa, jamiyat farovon bo‘ladi, yurt ravnaq topadi.

Bir bolaga yetti mahalla ota-ona deganlaridek, mahallada farzandlar tarbiyasiga alohida e’tibor qaratiladi. Bu, albatta, yosh-larning kelajagi haqida qayg‘urishlaridan darak beradi. Kattalarning pand-nasihatlari, ibratli rivoyat-u hikoyatlari turmushimizda katta ahamiyatga ega. Shuning uchun ularning har bir so‘zlariga amal qilishimiz va yoshi ulug‘larni e’zozlashimiz lozim. Ana shundagina o‘zimiz ham qadr topamiz.

Mening bobom hamda buvim mahallamizdagi hurmatli va yoshi ulug‘ insonlardan biri hisoblanadi. Ular mahallamizda o‘tadigan to‘y va ma’rakalarda bosh-qosh bo‘ladilar. Bobom va buvimdan mahal-lamizdagi barcha kishilar o‘rnak olishadi.









Savollarga javob bering

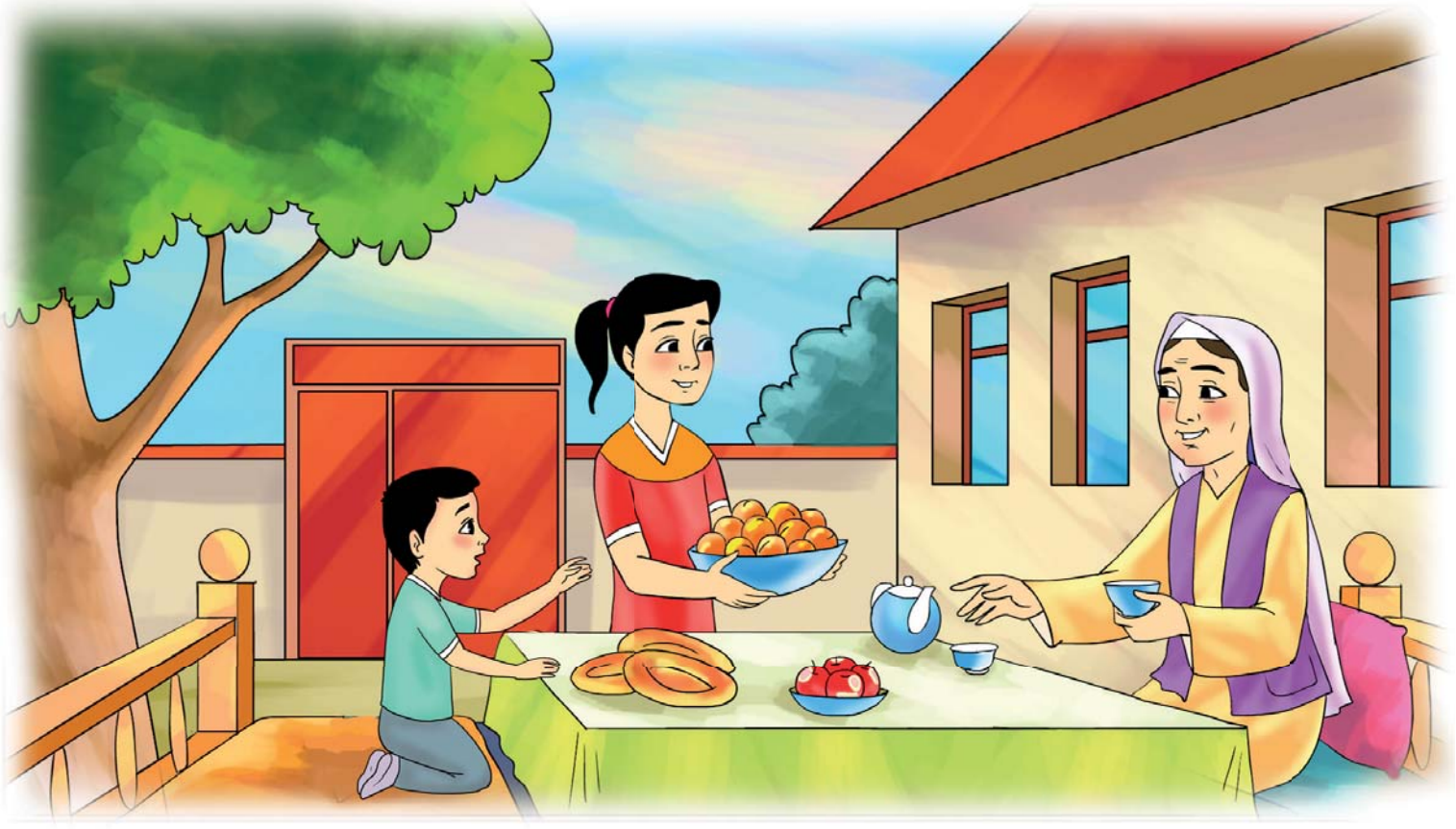
1. Siz ham mahallangiz obodligiga hissa qo‘shdingizmi?
2. Milliy qadriyatlar haqida gapirib bering.
3. Mahalladagi tengdoshlaringizga o‘rnak bo‘lish uchun nima qilishingiz kerak ekan?

Diqqat bilan o‘qing

Qishloqda

Umida to‘rtinchi sinfni bitiriboq yozgi ta’tilda qishloqqa, xolasinikiga keldi.

Pochchasi va xolasi har kuni ertalab ishga ketishadi. Uyda Dilbar momo, Umida va kichkina Doniyorbek qoladi. Umida yumshoq-fe’l Dilbar momo bilan tezda til topishdi, uni momojon deydi. Momoning bir o‘zi to‘polonchi Doniyorni eplay olmaydi, shuning uchun dastyor Umidaning yordamiga muhtoj.



Bir kuni Umida Doniyorni yetaklab, bog‘ni aylanib yurganda qo‘shni bog‘dagi o‘rikni ko‘rib qoldi. Daraxt juda katta bo‘lib, shoxlari xolasining bog‘iga o‘tgan ekan. O‘riklar g‘arq pishgan edi.

Doniyor “o‘rik yeyman“, deb xarxasha qildi.

– Bu o‘rikning egasi bor, yeyish mumkin emas, – dedi Umida.

Doniyor arazlab momosi tomonga yugurib ketdi.

Ertasi kuni eshikdan bir bola chaqirib keldi.

– Onam berib yubordi, – dedi qo‘shni bola qo‘lidagi o‘riklarni ko‘rsatib. – Momo, idishni bo‘shatib berar ekansiz.

Momo o‘riklarni boshqa chelakka bo‘shatib, ichiga non, qand-qurs solib qo‘shni bola berdi va Umidaga o‘rikdan yuvib kelishni buyurdi. Umida mevalarni yuvib, dasturxonga qo‘ydi. Kichkina Doniyor shu zahoti mevalarga talpindi, Umida esa qo‘lini tortdi.

– Ol, qizim, yemaysanmi? – dedi Dilbar momo.

– Bu birovniki-ku?

– Qo‘shnimiz bizga ilinib berib yuboribdi, yeyaver, qizim.

Shundan so‘ng Umida mevalarga qo‘lini cho‘zayotib, dedi:

– Pulini bermadik-ku, momojon?

– Buning puli berilmaydi, qizim, – dedi momo. – Pul berish uyat sanaladi. Bu qo‘shni haqi, butun yoz bo‘yi bunga amin bo‘lasan.



Savollarga javob bering

1. Umida yozgi ta’tilni qayerda va qanday o‘tkazdi?
2. Uyingizda qanday mevali daraxtlar ekilgan. Shu haqida sinfdoshlaringizga so‘zlab bering.
3. Siz ham qo‘ni-qo‘shningizga hovlingizda pishgan mevalardan ulashib turasizmi?



Mustaqil tayyorlash uchun topshiriq

“Mahallam – faxrim” mavzusida so‘rovnoma o‘tkazing va kichik matn shaklida taqdim eting. So‘rovnoma savollarini tuzishda quyidagi namunalardan foydalaning.

1. Mahallangiz haqida qisqacha ma’lumot bering.
2. Mahallangizda qanday tarixiy va zamonaviy muassasalar joylashgan?
3. Siz yashayotgan hududdan yetishib chiqqan taniqli davlat arboblari, olimlar, ijodkor va ziyolilardan kimlarni bilasiz?
4. Mahallangiz yutuqlari haqida do‘stlaringizga so‘zlab bering.

13–14-MAVZU: XATTI-HARAKAT QANDAY BO‘LSA, OQIBAT HAM SHUNDAY BO‘LADI

Bugun quyidagilarni o‘rganasiz:

1. Xatti-harakat nima, u qanday amalga oshiriladi?
2. Qanday harakatlar qahramonlikka sabab bo‘ladi?
3. Noo‘rin xatti-harakat nima va u qanday oqibatlarga olib keladi?

Diqqat bilan o‘qing



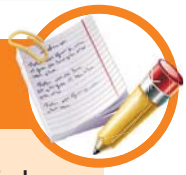
Inson hayoti davomida ko‘plab xatti-harakatlarni oqilona yoki o‘ylamasdan amalga oshiradi. Shuni esda tutish kerakki, har qanday harakatning natijasi yaxshi va yomon sifatlarga ajratiladi. Shuning uchun ham dono xalqimiz: “Yetti o‘lchab, bir kes”, deb bejizga ta’kidlamagan.

Xatti-harakat – bu insonning xulq-atvori, yurish-turishi hisoblanadi. Masalan: keksalarga transportda joy berish, singlisiga uy vazifasini bajarishda yordamlashish yoki do‘stining telefonini ruxsatisiz olish va boshqalar. Shu kabi harakatlar insonning qanday shaxs ekanligini baholab beradi.

Harakatni amalga oshiruvchi shaxs tomonidan bajarilishi kerak bo‘lgan ketma-ketlik



Topshiriqlarni bajaring



1-topshiriq. Quyidagi so‘zlar bankidagi iboralar harakatlarni bajarish ketma-ketligining qaysi bosqichiga kirishini aniqlang.

So‘zlar banki: qiziqarli tanlovni o‘ylab topish, she’r o‘qish, do‘stni aldash, faxriy yorliq olish uchun a’lo o‘qish, oilaviy tushlikdan keyin idishlarni yuvish, do‘stlarning ishonchini yo‘qotish, foydali ish qilishni xohlash, shahar bo‘ylab sayohatni rejalashtirish, bolalar bog‘chasidan ukasini olish.

2-topshiriq. Fotosuratlarga qarang. Ularda tasvirlangan harakatlarni baholang. Yaxshi va yomon harakatlarga misollar keltiring.






Diqqat bilan o‘qing

HARAKAT VA UNING NATIJASI

Inson har kuni erta tongda uyg‘onadi, badantarbiya qiladi, yuvinadi, nonushta qiladi va o‘qish yoki ishga ketadi. Bunday tartibli harakat insonni muvaffaqiyat sari yetaklaydi. Shuningdek, harakatlar so‘zlar, imo-ishoralar orqali ham amalga oshirilishi mumkin.

Mardonavor harakatlar orqali insonlar qahramonlik ko‘rsatishadi. Qahramonlik, avvalo, fidokorlikni talab etadi. Insonning o‘zi, oilasi va jamiyat uchun astoydil qilgan har bir ezgu amali qahramonlik hisoblanadi.

Savollarga javob bering

3-topshiriq.

1. Qanday harakatlar imo-ishoralar orqali ifodalanadi?
2. Qanday harakatlar qahramonlik hisoblanadi?
3. Sizningcha, qanday xislatli insonlar qahramonlik ko‘rsata oladilar?

Topshiriqlarni bajaring

4-topshiriq. She’rni o‘qing. Ma’nosini tushuntiring.

Nihol

Yurtdoshim, bog‘ingga bir nihol qada,
Bu nihol nomini yaxshilik ata.
Niholning yoniga bir gul ekib qo‘y,
Bu gulning nomini go‘zallik deb qo‘y.

Gul-u niholingga baxsh etib hayot,
Suv ber va bu suvga mehr deb qo‘y ot.
Sendan farzandingga bog‘ qolsin, ey do‘st!
Bog‘ing Vatan deya nom olsin, ey do‘st!

Erkin Vohidov

5-topshiriq. Maqollarni o‘qing. Ularning ma’nosini tahlil qiling.

Daraxt yaprog‘i bilan ko‘rkam,
Odam – mehnati bilan.

Aytilgan so‘z – otilgan o‘q.

O‘zbek xalq maqollari

Diqqat bilan o‘qing

Bir donishmand qo‘liga bo‘sh ko‘zani olib, uni toshga to‘ldirdi. So‘ng shogirdlarini chaqirib, dedi: “Ayting-chi, ko‘za to‘ldimi?” Shogirdlar: “Ha, to‘ldi”, – deyishdi. Shunda ustoz qo‘liga no‘xatli idishni olib ko‘zaga to‘kdi. No‘xat toshlar orasidagi bo‘sh joylarga joylashdi. Ustoz shogirdlariga yana savol berdi: “Endi ko‘za to‘ldimi?” Shogirdlar yana ko‘za to‘lganini aytishdi.

Endi ustoz qum to‘la qutini oldi-da, yana ko‘zaga to‘kdi. Qum zarralari tosh va no‘xatlar orasidan o‘tib, bo‘sh qolgan joylarni egalladi. Ustoz yana o‘sha savolni berdi, shogirdlari o‘sha javobni qaytarishdi.

Nihoyat donishmand suvli idishni olib, uni ko‘zaga quya boshladi. Idish suv bilan to‘ldi. Buni ko‘rgan shogirdlar hayron bo‘ldilar va ustozga savol nazari bilan qaradilar.

Ustoz dedi: “Bundan men sizlarga aytmoqchi bo‘lgan o‘gitim: ko‘za bu bizning hayotimiz, toshlar eng aziz bo‘lgan kishilarimiz, oilamiz, sog‘lig‘imiz. No‘xat yaxshi ish, uy, mashina kabi qimmatbaho narsalar. Qum esa, hammaning hayotida bo‘lgan mayda-chuyda narsalardir.

Agar ko‘zani avval qum bilan to‘ldirsang, no‘xat va toshlarga joy qolmaydi. Hayot ham xuddi shunday: vaqtingni bekorchi narsalarga sarflasang, eng asosiysiga vaqt qolmaydi.

Yaqinlaringizga, qarindoshlaringizga e’tiborli bo‘ling, boshqa ishlarga vaqt keyin ham topilaveradi. Vaqtingizni avval toshga, so‘ng qumga ajrating”.

Shu so‘zlarni aytib donishmand o‘rnidan turgan ediki, shogirdlardan biri savol berdi: “Suv nega kerak edi?” Ustoz nimtabassum bilan: “Men ko‘zaga suvni qo‘shishimdan maqsad: hayotda vaqt qanchalik tig‘iz bo‘lmasin, bekor vaqt ham topiladi, deyish edi”, – dedi.



Savollarga javob bering

1. Donishmand nega ko‘zaga birinchi toshlarni soldi?
2. Tosh, no‘xat, qum va suv qanday ma’noni anglatar ekan?
3. Hikoyaga qanday nom qo‘ygan bo‘lar edingiz?



Diqqat bilan o‘qing

YAXSHILIK HAQIDA HIKOYA

Bir kuni ustoz shogirdini yoniga chaqirib shunday dedi: “Faqat tilda yaxshilik haqida bot-bot so‘zlab, ammo amalda yaxshilik qilmaslik, ma’nosiz tovushga o‘xshaydi”. U shunday so‘zlarni aytib, shogirdini muhtoj kishilarga yordam berishi uchun qishloqqa yubordi. Kech-qurun shogird ustozining yoniga juda g‘azablangan holda keldi.

– Biror hodisa yuz berdimi? – so‘radi ustoz.

– Ha, ustoz… Muhtoj odamlar ko‘p ekan, juda charchadim. Ularning ba’zilari menga biror so‘z ham aytishmadi, – javob berdi shogird.

– Nima deyishlarini istaganding? – yana so‘radi ustoz.

– Hech bo‘lmaganda minnatdorchilik bildirishlarini kutgan edim, – dedi shogird. Ustoz shunday dedi:

– Agar sen xayrli ishlaring uchun bozordagi buyumlarni savdo-lashganday savdolashishni o‘ylay boshlagan bo‘lsang, unda sen mening shogirdim bo‘lolmaysan, – dedi ustoz.

– Ustoz... Axir yaxshilik qilish oson emas-ku, – dedi shogird.

– Sening qalbingda ezgulik eshigi ochilmabdi. O‘z ustingda hali ancha ishlashing kerak ekan, – dedi ustoz.

– Oson bo‘lishi mumkinmi? – yana so‘radi shogird.

– Ha, agar ezgu amallar tabiatingning bir qismiga aylangan bo‘lsa, – dedi ustoz shogirdiga o‘ychan qarab. – Inson yaxshilikni hurmat qozonish, shuhrat topish yoki maqtanish uchun bajarmasligi kerak.

Savollarga javob bering

1. Bu hikoya nima haqida?
2. Uning asosiy g‘oyasi nima?
3. Nega inson qilgan yaxshiliklari uchun minnatdorchilik kutmasligi kerak?
4. Maqtov yoki shuhrat qozonish uchun yaxshilik qilish kerakmi?

Diqqat bilan o‘qing



NOO‘RIN HARAKATLAR

Oramizda shunday insonlar borki, ular umumqabul qilingan me’yorlar va xulq-atvor qoidalarini buzadigan xatti-harakatlar qiladilar.

Bunday noo‘rin harakatlarga jamoat transportida chiptasiz yurish, yo‘l harakati qoidalarini buzish, texnika xavfsizligi qoidalariga rioya qilmaslik va boshqalar misol bo‘ladi.

Topshiriqlarni bajaring

6-topshiriq.

1. Inson o‘rinli va noo‘rin xatti-harakatlari uchun javobgar bo‘ladimi?
2. Noo‘rin xatti-harakatlarga misollar keltiring.

Guruhda ishlash

7-topshiriq. Quyidagi hikoyani o‘qing va uni partadoshingiz bilan muhokama qiling.

Jurnalist erta tongdan ishxonasi tomon yo‘l oldi. U ko‘chada har doimgidek shoshilib ketar edi, to‘satdan kimlarningdir baland ovoz-

da kulgani qulog‘iga chalindi. Notanish ikki kishi ko‘chaning oxirida ta’mirtalab uyda yolg‘iz yashaydigan bir keksa odamni masxaralar, uyining abgor holatini esa askiya qilishardi. O‘sha kuni jurnalist bir ezgu ish qilishga qaror qildi. U bu yoshi ulug‘ kishiga ko‘mak bera oladigan tashkilotlardan biriga murojaat yozdi va uning uyini ta’mirlashga yordam berishlarini so‘radi. O‘sha kuni jurnalist o‘z murojaatiga javob oldi va uyni ta’mirlash ishlari boshlandi.

Savollarga javob bering

1. Hikoyada tasvirlangan notanish ikki kishining qilgan ishi to‘g‘ri deb o‘ylaysizmi? Nega?
2. Siz ham shunday nochor ahvolda yashaydigan insonlarni uchratganmisiz?
3. Ularga qanday yordam bergan bo‘lar edingiz?
4. Muhtojlarga jurnalist bo‘lib ishlaydigan insonlargina yordam bera oladimi?

Darajangizni aniqlang

8-topshiriq. Quyidagi fotosuratlarda tasvirlangan holatlar haqida jadval shaklida daftaringizga yozing.

Vaziyat raqami	Harakatlar	Sabablar	Oqibatlar
1.	Odamlar o‘rmonga chiqindilarni tashlashadi	Mas’uliyatsizlik, dangasalik	Tabiat nobud bo‘lmoqda, tuproq ifloslanmoqda


1


2

Mustaqil tayyorlash uchun topshiriq

Maktabingiz kutubxonasi va internet manbalaridan foydalanib, “Shomahmudovlar oilasining qahramonliklari” mavzusida qisqacha bayon yozing.

15–16-MAVZU: BILIM OL, KASB-HUNAR TANLA!

Bugun quyidagilarni o‘rganasiz:

1. Bilim olish qanchalik muhim?
2. Bilim, malaka va ko‘nikma o‘rtasida qanday bog‘liqlik bor?
3. Tajriba qanday shakllanadi va to‘planadi?
4. Bizning yurtimiz hunarmandchilikning qanday turlari bilan mashhur?
5. Qanday kasblar bor va ular nima uchun paydo bo‘lgan?
6. Kasbiga umrini bag‘ishlagan qanday yurtdoshlarimizni bilasiz?

Diqqat bilan o‘qing

INSONGA BILIM NIMA UCHUN KERAK?



Biz yashayotgan, o‘sib-ulg‘ayayotgan dunyo ulkan va murakkab, ba’zan hatto xavflidir. Bu dunyoda o‘z o‘rnimizni topish uchun har birimiz ko‘p narsalarni bilishimiz va o‘rganishimiz lozim.

Bir necha yildan keyin biz kasb tanlashimiz kerak bo‘ladi. Buni maktabdagi barcha fanlardan puxta tayyorlangan holda amalga oshirish mumkin.

Tarixiy va adabiy asarlarni, ularning qahramonlarini chuqur o‘rganishimiz, xatti-harakatlaridan o‘rnak olishimiz mumkin.

Ona tilimizni o‘rganish asnosida biz fikr va mulohazalarimizni bayon etishni o‘rganamiz. Xorijiy tillarni o‘rganish esa, dunyo xalqlari haqida ma’lumotlarga ega bo‘lishda, ular bilan hamkorlik qilishda asqatadi.

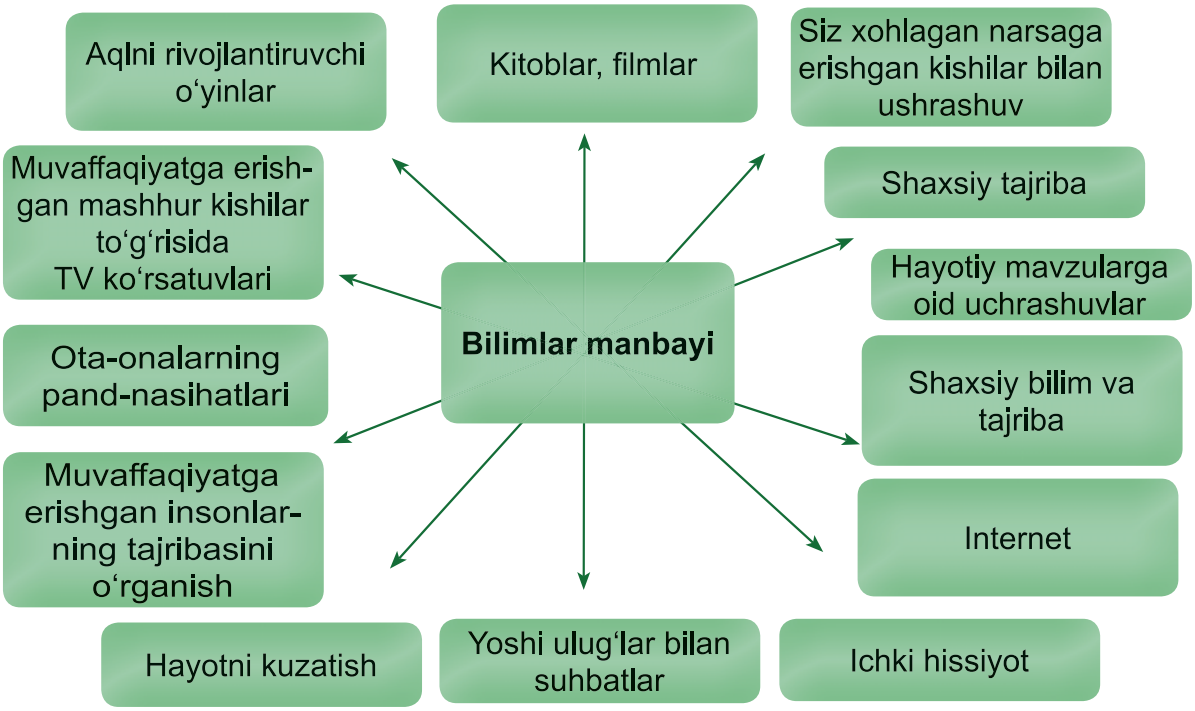
Shular qatorida botanika, biologiya, kimyo, fizika, geografiya fanlari tabiat sirlari va uning qonuniyatlarini ochib beradi, matematika esa, fikrlash va tasavvurni rivojlantiradi.

Topshiriqlarni bajaring

1-topshiriq. Yuqoridagi matnga yana nimalarni qo‘shimcha qilgan bo‘lardingiz? Fikrlaringizni asoslang.

2-topshiriq. Quyida keltirilgan bilimlar manbayi diagrammasidan foydalanib, har kuni qaysi manbalar orqali bilimingizni oshirayotganingizni o‘ylang va izohlang.





3-topshiriq. Quyidagi hikmatlarning ma’nosini tushuntiring.

- Bilim barcha kulfatlarga qalqon.
- Odamlar qalbining charog‘i bilim,
  Balodan saqlanish yarog‘i bilim.

Abu Abdulloh Rudakiy

Diqqat bilan o‘qing

BILIM VA KO‘NIKMALAR

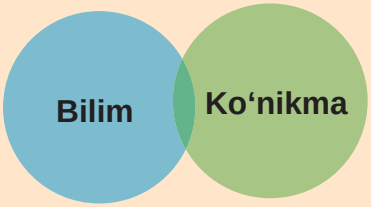
Buyuk nemis faylasufi Gyote aytganidek: “Bilimning o‘zi yetarli emas, uni amalda qo‘llay bilish ham kerak; istakning o‘zi yetarli emas, harakatlanish kerak”. Ya’ni inson uchun shunchaki bilimga ega bo‘lishning o‘zi kifoya qilmaydi, bu bilimlarni hayotda qo‘llay bilishi ham zarur.

Masalan, siz yaxshi xulq-atvor qoidalarini bilasiz, ammo bu o‘zingizni yaxshi xulqli inson, deb hisoblash uchun yetarli emas. Ushbu qoidalarni vaziyatga qarab, qanday qo‘llashni bilish malaka orqali yuzaga chiqadi. Malaka – bu kasb-hunarni, ishni o‘zlashtirish orqali orttirilgan tajriba.

Inson muayyan amallarni bilishi va bajara olishi, har safar ularni amalda yaxshiroq hamda aniqroq takrorlashi sababli ko‘nikma paydo bo‘ladi. Ko‘nikma esa, tajriba va mahoratga ega bo‘lishga olib keladi.

Topshiriqlarni bajaring

4-topshiriq. Eyler-Venn diagrammasini diqqat bilan ko‘rib chiqing. “Bilim” va “Ko‘nikma” tushunchalarini taqqoslang, ular o‘rtasidagi umumiy va o‘ziga xos xususiyatlarni toping. Jadval shaklida yozing.



Topshiriqlarni bajaring

BEBAHO SABOQ

5-topshiriq. Hikoyani o‘qing.



Tibbiyot sohasida qator muhim kashfiyotlar qilgan bir olim yoshligida muzlatgichda turgan shisha idishdagi sutni olmoqchi bo‘lganida idish qo‘lidan tushib sinibdi va sut hamma joyga sachrab ketibdi.

Onasi oshxonaga kirib, o‘g‘liga baqirish, tanbeh berish yoki jazolashning o‘rniga shunday debdi: “Bolam, qanday ajoyib tartibsizlik qilibsan! Nima ham qilardik, bo‘lar ish bo‘libdi. Agar xohlasang, biroz o‘ynashing mumkin, keyin hammasini yig‘ishtirib olamiz”.

U o‘ynay boshlabdi, bir necha daqiqadan so‘ng onasi unga shunday debdi: “O‘g‘lim, hamma joyni ifloslantirgandan keyin uni tozalash kerak. Buni nima yordamida tozalashni xohlaysan, shimgich, sochiq yoki cho‘tka bilan?”

U shimgichni tanlabdi va birgalikda to‘kilgan sutni artib olishibdi.

Keyin onasi unga shunday debdi: “Bu kichik qo‘lchalaring bilan sutli idishni ko‘tarishingni muvaffaqiyatsiz tajriba, deb atash mumkin. Kel, tashqariga chiqib, shisha idishga suv solamiz va uni to‘kmasdan ko‘tarishning boshqa usulini sinab ko‘ramiz”.

O‘shanda bo‘lajak olim agar shisha idishni qopqog‘ining tagidan ushlasa, suvni to‘kmay ko‘tara olishi mumkinligini tushungan ekan.

Taniqli olim shunday debdi: “Aynan o‘sha paytda xato qilishdan qo‘rqmaslik kerakligini, aksincha, xatolar yangi bilimlarni o‘rganish uchun imkoniyat ekanligini va ular ilmiy tajribalarning mohiyatini tashkil etishini tushundim. Hatto tajriba muvaffaqiyatsiz bo‘lsa ham. Odatda, uning yordamida qandaydir muhim bilimlarni o‘rganamiz”.

Savollarga javob bering

6-topshiriq.

1. “Tajriba” so‘ziga o‘z ta’rifingizni keltiring.
2. Sut to‘kilganini ko‘rgan ona o‘g‘liga nimalar dedi?
3. Olimning fikriga ko‘ra, nimadan qo‘rqmaslik kerak?
4. Yo‘l qo‘yilgan xatolardan xulosa chiqarish mumkinmi?

Topshiriqlarni bajaring

7-topshiriq. Quyidagi rasmlarda tasvirlangan faoliyat turlarini nomlang va ulardan biri asosida kichik matn tuzing.








Diqqat bilan o‘qing

INSON KASBLAR OLAMIDA

Dunyoda hech bir inson yo‘qki, hayot uchun zarur bo‘lgan hamma narsani yolg‘iz o‘zi ishlab chiqarsa. Insoniyat asrlar davomida ong-u tafakkurini ishga solib, taraqqiy etib bordi va yashash uchun zarur bo‘lgan barcha mahsulotlarni birgalikda ishlab chiqara boshladi. Natijada malakasi oshdi, ma’lum ko‘nikmalar vujudga keldi, turli-tuman kasblar paydo bo‘ldi.

Kasb qanchalik muvaffaqiyatli tanlansa, inson o‘zini shunchalik baxtli his qiladi. Ammo har qanday mutaxassislikni egallash uchun yaxshi o‘qish va tanlangan kasbga ko‘proq qiziqish kerak.

Olimlarning ta’kidlashicha, dunyoda 40 mingdan ortiq kasblar bor.

Savollarga javob bering

8-topshiriq.

1. Sizning fikringizcha, nima uchun yangi kasblar paydo bo‘la boshlagan?
2. Siz qaysi kasbni yoqtirasiz?

Topshiriqlarni bajaring

9-topshiriq. Quyida berilgan rasmlar va ularning izohlari yordamida har bir yo‘nalishga ikkitadan kasb yoki hunar nomini yozing.



INSON – INSON

Kasb o‘qish, xizmat ko‘rsatish, tarbiyalash, rahbarlik qilish bilan o‘zaro bog‘liq.



INSON – TABIAT

Kasb jonli tabiat obyektlariga yo‘naltirilgan.



INSON – BELGI

Kasb formulalar, belgilar, sxemalar, raqamlar va shu kabilar bilan o‘zaro bog‘liq.



INSON – BADIIY OBRAZ

Kasb insonning atrof-muhit go‘zalliklarini yaratish, insoniy meroslarni saqlash bilan o‘zaro bog‘liq.



INSON – TEXNIKA

Kasb texnik obyektlar (mashinalar, mexanizmlar, materiallar) bilan o‘zaro bog‘liq.

ZAMONDOSHLARIMIZNING QAHRAMONLIKLARI



Jamoliddin Hayitmatov – yigirma yillik tajribaga ega bo‘lgan o‘t o‘chiruvchi. Xizmat faoliyati davomida u juda ko‘p voqealarni ko‘rdi, yuzlab kishilarning hayotini saqlab qoldi. Kamtarin, jasur o‘t o‘chiruvchi Jamoliddin Hayitmatov yong‘in ichidan olti nafar o‘quvchini qutqargani uchun “Jasorat” medali bilan taqdirlangan.



Sergey Tobias – Toshkent shahridagi klinikalardan birida otolaringolog (quloq, tomoq, burun kasalliklarini davolovchi shifokor) bo‘lib ishlaydi. U 2019-yil 18-iyul kuni klinikaga ota-onasi behush holatda olib kelgan ikki yoshli bolaning hayotini saqlab qoldi. Ko‘rsatgan tezkor va beg‘araz yordami uchun O‘zbekiston sog‘liqni saqlash vazirligi shifokorni “Sog‘liqni saqlash a’lochisi” ko‘krak nishoni bilan taqdirladi.

Savollarga javob bering



1. Sizning fikringizcha, o‘t o‘chiruvchi Jamoliddin Hayitmatov va shifokor Sergey Tobiasni qaysi xislatlar birlashtiradi?
2. Siz bu kabi qahramon va kasbiga fidoyi insonlardan kimlarni bilasiz?

Diqqat bilan o‘qing



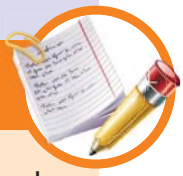
Inson tanlagan kasbini yoki hunarini mukammal o‘zlashtirishi va muvaffaqiyatli faoliyat yuritishi uchun ushbu kasbga oid muayyan xislatlarga ham ega bo‘lishi kerak. Ba’zi mutaxassisliklar uchun aniqlik, yuqori intizomlilik, tartibga qat’iy rioya etish, topqirlik talab etiladi. Ba’zi kasblar uchun odamlar bilan ishlash jarayonida barqaror yaxshi kayfiyat, muloqotchanlik zarur bo‘lib, o‘zini boshqa kishining o‘rniga qo‘yish, maqsadni tezda anglash qobiliyati talab etiladi.

Savollarga javob bering



1. Inson o‘z kasbining mohir mutaxassisi bo‘lishi uchun shu kasb bilan bog‘liq xislatlarga ham ega bo‘lishi kerakmi?
2. Siz tanlamoqchi bo‘lgan kasb uchun qanday xislatlarga ega bo‘lish kerak?

Topshiriqlarni bajaring



10-topshiriq. Quyidagi kasblardan birini tanlang va ushbu kasbdagi insonlarning kasbga xos bo‘lgan sifatlarini tavsiflovchi beshta belgini daftaringizga yozing.

Kasb	Qanday xususiyatlarga ega bo‘lish kerak?	Nimani bilish kerak?
Haydovchi	ehtiyotkor, sabrli, bardoshli, mas’uliyatli, puxta va ishini o‘z vaqtida bajaruvchi – hech qachon kechikmaydigan	YHQ va avtomobil qurilmasini
Aktyor		
Veterinar		
Fermer		

17–18-MAVZU: ZAMONAVIY TEXNOLOGIYALAR EZGULIK XIZMATIDA

Bugun quyidagilarni o‘rganasiz:

1. Raqamli texnologiyalar hayotimizda nechog‘lik muhim ahamiyatga ega?
2. Zamonaviy texnologiyalar sizning hayotingizda qanday o‘rin tutadi? Siz o‘z hayotingizni, o‘quv faoliyatingizni ularsiz tasavvur eta olasizmi?
3. Texnologiyalardan foydalanayotganda qanday qoidalarga rioya etish kerak?
4. Texnologiyalarning ijobiy va salbiy jihatlari nimada?

Diqqat bilan o‘qing

ZAMONAVIY TEXNOLOGIYALARNING HAYOTIMIZDAGI O‘RNI



Bugungi kunda barcha insonlar zamonaviy texnologiyalardan foydalanadi: mobil aloqa; matnli, ovozli va videoxabarlar; kompyuter o‘yinlari; internet orqali xaridlar; rasm va videotasvirga olish hamda ularni dunyoning xohlagan joyiga bir zumda yuborish. Shuningdek, zamonaviy texnologiyalar maishiy hayotimizni ham yengillashtiradi: mikroto‘lqinli pechlar, kir yuvish mashinalari, kabelli televideniye, raqamli elektr-gaz-suvhisoblagichlari, elektron pul o‘tkazmalari va hokazo.



Zamonaviy texnologiyalarning ko‘plab afzalliklari mavjud. Masalan, audio, video va matnlar orqali chet tillarni mustaqil ravishda o‘rganishimiz, matematikadan turli funksiyalarning grafiklarini tahlil qilishimiz mumkin.

Topshiriqlarni bajaring

1-topshiriq. Internet yordamida qanday ishlarni, qachon va qancha vaqtda amalga oshirishingizni quyida berilgan jadval asosida daftaringizda aks ettiring.

Internet tarmog‘ida qanday ishlarni amalga oshirasiz?	Qachon va qancha vaqt davomida amalga oshirasiz?
Musiqa tinglayman	...
O‘yin o‘ynayman	...
Axborot izlayman	...
Uy vazifasini bajaraman	...
Filmlar tomosha qilaman	...
Do‘stlarim bilan muloqot qilaman	...
...	...

2-topshiriq. Bugungi kunda foydalanayotgan texnologiyalaringiz haqida o‘ylab ko‘ring va quyidagi topshiriqni bosqichma-bosqich bajaring:

1. Doim foydalanadigan texnologiyalaringizdan beshtasining nomini keltiring.
2. Siz foydalanayotgan ushbu texnika siz uchun qanday ahamiyatga ega?
3. Ular o‘rnini bosuvchi boshqa texnologiyalar bormi?
4. Agar ushbu texnologiyalar hayot tarzingizdan chiqib ketsa, hayotingiz qanday o‘zgarar edi? Ulardan voz kecha olasizmi?

Raqamli olam – zamonaviy axborot texnologiyalari va qurilmalar, ular orqali taqdim qilingan turli xizmatlar.

Media – axborotni saqlash, qayta ishlash va uzatish uchun xizmat qiluvchi vositalar.

Raqamli media – elektron axborot va aloqa vositalari. Masalan, kompyuter dasturlari, raqamli video va audio, veb-saytlar, elektron kitob, gazeta va jurnallar.

Diqqat bilan o‘qing



SMARTFON VA PLANSHET

Smartfon va planshetlar bugungi kunda barcha insonlar foydalanadigan asosiy qurilmaga aylandi. Ularning juda ko‘plab qulayliklari mavjud va ular bizning eng yaqin yordamchimiz. Lekin biz ularga bog‘lanib qolmayapmizmi? Smartfondan foydalanish bilan bog‘liq bo‘lgan quyidagi savollarga javob bering va o‘z faoliyatingizni tahlil qiling.

Guruhda ishlash

3-topshiriq. Guruhlarga birlashib, jadvalda berilgan savollarga javob toping:

Smartfonlarning qanday afzalliklari bor? 1. So‘zlashish mumkin 2. Matn, audio, video va surat yuborish mumkin...	**Smartfonlarning qanday kamchiliklari bor?** 1. Narxi qimmat 2. Doimiy to‘lovlarni amalga oshirish...
Smartfonlar qanday imkoniyatlar beradi? 1. Bilim olish 2. Til o‘rganish...	**Smartfonlar qanday zarar yetkazishi mumkin?** 1. Sog‘lig‘imizga 2. Bog‘lanib qolish, qaramlik...

Diqqat bilan o‘qing

Bugungi kunda zamonaviy axborot texnologiyalarini (smartfon, planshet, noutbuk va Internet tarmog‘ini) “sutkada 24 soat, haftada 7 kun” ishlatish imkoniyati mavjud. Biroq bu imkoniyatlardan oqilona foydalanish zarur.

Mazkur QR-kod orqali “Raqamli olam” nomli videoni tomosha qiling.

Topshiriqlarni bajaring

4-topshiriq. QR-kod orqali berilgan videoda qaysi amallar texnologiyalar yordamida, qaysi amallar texnologiyasiz bajarildi? Guruhingizda o‘z fikrlaringiz bilan o‘rtoqlashing.

Xulosalaringiz asosida quyidagi jadvalni to‘ldirishni davom ettiring. Ularni o‘zaro taqqoslang: yutuq va kamchiliklarni sanab o‘ting.

Texnologiyalar yordamida	Texnologiyalarsiz
Smartfon orqali suhbatlashish (gaplashish, xabar yozish)	Inson bilan yuzma-yuz gaplashish
Internet orqali qadimiy shaharlarni tomosha qilish ...	O‘sha shaharni borib ko‘rish ...

Diqqat bilan o‘qing



Zamonaviy texnologiyalar katta imkoniyatlarga ega, biroq ayrim ishlarni texnologiyalarsiz amalga oshirishning ham o‘z afzalliklari mavjud.

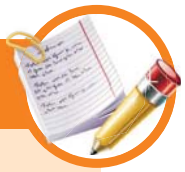
Texnologiyalardan foydalanishda me’yor va muvozanatni shunday tutish kerakki, ulardan foydalanganimizda salomatligimizga, o‘qishimizga, qiziqishlarimizga, shu bilan birga, oila a’zolarimiz hamda do‘stlarimiz o‘rtasidagi munosabatlarimizga zarar yetmasligi kerak.

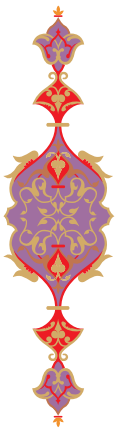
Mustaqil tayyorlash uchun topshiriq



Texnologiyadan foydalanishda me’yor va muvozanatni qanday taqsimlash mumkinligi haqida o‘ylang va ularni sinfdoshlaringiz bilan o‘rtoqlashing.

Topshiriqlarni bajaring





5-topshiriq. Texnologiyalar bilan bog‘liq bo‘lmagan faoliyatingizni tahlil qiling. Qaysi mashg‘ulotlar sizga ko‘proq zavq va quvonch bag‘ishlaydi? Ular orasida eng ko‘p vaqtingizni sarflayotgan 3–4 ta faoliyatingizni daftaringizga yozib, belgilab chiqing.

Texnologiyalar yordamida qanday ishlarni bajaraman?	Qaysi vaqtda va qancha vaqt davomida
Axborot izlash	Kunduzi va kechki vaqt/2 soat
Uy vazifalarini bajarish	Kunduzi va kechki vaqt/1 soat
Kompyuterda o‘yin o‘ynash	Kechki vaqt/3 soat
…	…

Texnologiyalar bilan bog‘liq bo‘lmagan faoliyatingiz?	Qaysi vaqtda va qancha vaqt davomida
Ochiq havoda sayr qilish	Kunduz kuni/2 soat
Oila a’zolarim davrasida bo‘lish	Kunduz va kechki vaqt/3 soat
…	…

6-topshiriq. Mulohazalarda 2 ta bo‘sh o‘rinlar bor. Birinchisiga ijobiy (baxtiyorman, xursandman, bandman) yoki salbiy (bezovtaman, xavotirdaman, yolg‘izman) hissiyotlaringizni, ikkinchi bo‘sh o‘ringa esa yuqoridagi faoliyatlaringizdan birini yozing.

Masalan:

Agar men sport bilan shug‘ullansam, o‘zimni juda tetik his qilaman.
Agar men kompyuterda o‘yin o‘ynasam, o‘zimni yolg‘iz his qilaman.
Agar men ..... , juda .....
Agar men ..... , o‘zimni ..... his qilaman.

7-topshiriq. Quyidagi fikrlarni avval o‘zingiz tahlil qilib ko‘ring, keyin sherigingiz bilan fikr almashing.

1. Siz kompyuter, smartfon va internetdan foydalanganingizda ba’zida charchoq, toliqish holatlari yuz beradi. Ushbu holat sog‘lig‘ingizga aks ta’sir etishi mumkin. Ulardan foydalanishda me’yorlarga qat’iy rioya qilishingiz zarur.
2. Texnologiya va texnologiyalarsiz faoliyatimiz o‘rtasida me’yor o‘rnatish uchun o‘z ishlarimizni rejali asosda tashkil etishimiz kerak. Texnologiyalar sog‘lig‘imizga zarar yetkazmasligi lozim.



Diqqat bilan o‘qing

Texnologiyalar hayotimizda o‘ta muhim hisoblanadi. Ular yordamida ishlarimizni osonlashtiramiz, uzog‘imiz yaqin bo‘ladi. Bilimlarimizni oshirishda texnologiyalar katta imkoniyatlar yaratadi. Biroq ulardan foydalanishda me’yorlarga rioya etmasak, sog‘lig‘imizga, yaqinlarimiz o‘rtasidagi munosabatlarga salbiy ta’sir qiladi.

Texnologiyalardan zarur paytda foydalanishimiz va bo‘sh vaqtimiz bo‘lganida oila a’zolarimiz davrasida suhbatlashish, ko‘proq ochiq havoda sayr qilishimiz, sport bilan shug‘ullanishimiz kerak.



Maslahatlar

Eslatma. Texnologiyalardan foydalanganingizda o‘zingizni noxush his qilsangiz, qurilma va internetdan foydalanishni darhol to‘xtatishingiz zarur.

Ulardan foydalanishda bir kunda 2–3 soatdan oshiq vaqt sarflamang.

Diqqat bilan o‘qing

ANVARNING HIKOYASI

Yozgi ta’til ham boshlandi. Soat ertalabki 9:00. Tashqarida onam tandirdan issiq non uzayotgan edi. Dadam mendan bugun nimalarni rejalashtirganimni so‘radi. Men esa qo‘limdagi smartfon bilan ovora edim. Dadam e’tiborimni yana o‘ziga qaratib: “Balki shu telefoningni qo‘yib turarsan? Hayot quvonchlari faqat shu telefondangina iborat emas”, – dedi.

Dadamning tanbehidan so‘ng xonamni tartibga soldim, yaqinda o‘qiy boshlagan kitobimni qo‘limga olib, davom ettirdim. Kichik singlim Oysha menga hovlida o‘yin o‘ynashni taklif qildi. Men rozi bo‘ldim. Ikkimiz ham zavq bilan o‘ynardik.

Men singlimning kulgilaridan, hatto yutqazganida xafa bo‘lganidan ham olam-olam zavq oldim. O‘zimni juda ham boshqacha his qildim. Telefonda soatlab befoyda vaqt sarflab o‘tirganimda, bunday zavq olish mumkinligini bilmagan edim. Shu kundan bo‘sh vaqtimni ko‘proq oila a’zolarimga bag‘ishlaydigan bo‘ldim.



Savollarga javob bering

1. Anvarning telefondan doimiy tarzda foydalanishi sizning odatlaringizga o‘xshaydimi?
2. Siz ham Anvar kabi odatlaringizni o‘zgartirishga qaror qilganmisiz?
3. Anvarning hikoyasidan o‘zingizga qanday xulosa chiqardingiz?
4. Odatlaringizni o‘zgartirishga tayyormisiz?

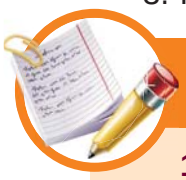
Mustaqil tayyorlash uchun topshiriq

“Agar telefon bo‘lmaganda...” mavzusida qiziqarli matn tuzing.

19–20-MAVZU: SALOMATLIK – ULKAN BOYLIK

Bugun quyidagilarni o‘rganasiz:

1. Nima uchun salomatlikni ulkan boylik deyishadi? Sizning salomatligingiz oilangizning boyligimi?
2. Inson salomatligiga qanday omillar salbiy ta’sir ko‘rsatadi?
3. Nima uchun inson doim yaxshi kayfiyatda bo‘lishi kerak?



Topshiriqlarni bajaring

1-topshiriq. Maqollarni yakunlang.

Sog‘ tanda ...
Boylik – bir oylik, salomatlik ...
Ko‘ylakni yangiligida asra, ...
Sog‘liq – ... qimmat.
Mening sog‘lig‘im ...

Badanning salomat va quvvatli bo‘lmog‘i insonga eng kerakli narsadur. Chunki o‘qimoq, o‘qitmoq, o‘rganmoq, o‘rgatmoq uchun insonga kuchli tana lozimdir.

Abdulla Avloniy



Diqqat bilan o‘qing

Abu Ali ibn Sino vafotidan oldin o‘zining shogirdlarini chaqirib, ularga o‘z vasiyatini qoldirayotgan paytda, shogirdlari: “Ustoz, bizlarni tashlab ketmang, Sizsiz bu dunyodagi kasalliklar bilan qanday kurashamiz? Kasal bo‘lgan odamlarga qanday yordam beramiz? Sizdan o‘rgangan ilmimiz ojizlik qilsa, biz nima qilamiz?” – deb iltijo qilishibdi. Ibn Sino o‘z shogirdlariga qarab: “Sizlarni 5 ta buyuk tabiblarga qoldirib ketyapman. Agar ularning gaplariga doimo amal qilsangiz, bir umr kasal bo‘lmaysiz”, – deb javob qaytaribdi. Shogirdlar bu javobdan yanada hayratda qolib: “Doimo Siz bilan birga, ilmingizni qunt bilan egallab yurgan bo‘lsak, biz bu 5 ta tabibni hech ko‘rmaganmiz”, – deyishibdi. Ibn Sino: “Bularning birinchisi – ozodalik, ikkinchisi – badantarbiya, uchinchisi – parhez, to‘rtinchisi – mizoj, beshinchisi – kayfiyat. Sizlar doimo shu

tabiblarning aytganlariga amal qilsangiz, umringiz uzun bo‘ladi, hech qanday kasallik sizlarni yengga olmaydi. Mening bu gaplarimni boshqalarga ham yetkazinglar”, – deb uqtiribdi.

Savollarga javob bering



1. Abu Ali ibn Sino shogirdlariga qanday tabiblar haqida so‘zlab berdi?
2. Kayfiyatning salomatlikka qanday ta’siri bor?
3. Qanday qilib sog‘lom va baquvvat bo‘lish mumkin?

Maslahatlar



1. Badanni baquvvat va chiniqtirish uchun 3 ta ishonchli vosita bor: badantarbiya, sport, ochiq havodagi mashg‘ulot.
2. Muvaffaqiyatga erishish uchun kun tartibiga rioya qilish, kun davomida qiziqarli va foydali ishlar bilan shug‘ullanish, vaqtida dam olish hamda uxlash lozim!

Guruhda ishlash



2-topshiriq. Kichik guruhlarga bo‘linib, “Sog‘lom odam” iborasiga ta’rif bering.

Sog‘lom odam – bu...

Baquvvat, kuchli, chiniqqan, qo‘rqoq, nimjon, quvnoq, chaqqon, chiroyli, qad-qomati kelishgan, xushchaqchaq, yuzlari tiniq. (Berilgan so‘zlardan sog‘lom odamga xos bo‘lgan so‘zlarni tanlab oling.)



Bu qiziq!



Amir Temurning haqiqiy surati yo‘q. Lekin uning zamondoshi tarixchi Ibn Arabshoh so‘z bilan ifodalagan surati bor: “Temur qad-qomati kelishgan, baland bo‘yli, tik qomatli, keng peshanali, bag‘oyat kuchli, salobatli, yuzi oq-qizildan kelgan, lekin bironta dog‘i yo‘q, bug‘doyrang emas, qo‘l-oyoqlari baquvvat, yelkalari keng, barmoqlari yo‘g‘on, boldir va poychalari semiz, sersoqol, ikki ko‘zi bamisoli sham bo‘lsada, shodligi bilinmas, yo‘g‘on ovozli edi, ...badani to‘la va pishiq, xuddi toshmisol qattiq edi...”.

Savollarga javob bering

1. Nima deb o‘ylaysiz, chiniqish inson organizmining sog‘lom rivojlanishi va o‘sishiga foyda keltiradimi?
2. Sog‘lom, baquvvat, kuchli bo‘lib voyaga yetishishga nimalar xalaqit beradi?
3. Qanaqa zararli odatlarni bilasiz?

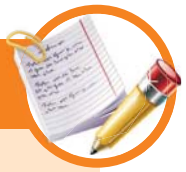
Diqqat bilan o‘qing

ZARARLI ODATLAR

Bu odatlar, tabiiyki, hammamizda uchraydi: dars qilish kerak bo‘lgan vaqtda qiziqarli filmdan ko‘zimizni uzolmaymiz; shifokor shirinliklarni yeyishni man etsa-da, biz baribir shokoladlarni sevib iste’mol qilamiz; muzdek narsa yeyish tishimiz va oshqozonimizni og‘ritsa-da, baribir muzdek ichimlik ichaveramiz. Agar inson chekishni boshlasa, tamakiga bog‘lanib, tamaki mahsuloti tarkibidagi inson organizmi uchun zararli bo‘lgan nikotin moddasiga tobe bo‘lib qoladi.

Bunday zararli odatlardan qutulish har bir insonning o‘z qo‘lida.

Topshiriqlarni bajaring



2-topshiriq. Quyidagi matnni diqqat bilan o‘qing va mazmunini tushuntiring.

Tozalik – sog‘liq garovi. Bu jumla bizlarga yoshlikdan hamroh. Ota-bobolarimiz qanday davr va sharoitda yashamasinlar, ozodalikka doimo e’tibor qaratganlar. Ajdodlarimiz pokiza, ozoda, orasta bo‘lib yurishga undaganlar. Ayniqsa, uy-hovlilarni sarishta tutishga, qo‘llarimizni yuvib yurishga chaqirganlar. Hozirgacha xalqimiz orasida bu ajoyib odat saqlanib qolgan.

Savollarga javob bering



1. “Tozalik – sog‘liq garovi” deganda nimani tushunasiz?
2. Ota-bobolarimizdan qanday odatlar meros qolgan?
3. Siz uyingizni ozoda saqlash uchun qanday ishlarni amalga oshirasiz?
4. Sog‘lig‘imiz uchun muhim ahamiyatga ega bo‘lgan yana qanday odatlarni bilasiz?

Diqqat bilan o‘qing



IBRAT SO‘QMOQLARI

Luqmoni hakim aytadi:

– Barcha yukni ko‘tardim, ammo burchdan og‘irroq yukni ko‘rmadim. Barcha lazzatni totib ko‘rdim, ammo salomatlikdan mazaliroq lazzatni totmadim. Eng shirin lazzat sog‘-salomatlikda ekanini angladim.

* * *

Uzoq yil umr ko‘rib, qad-qomati yoydek bukilgan bir kishi hassaga tayanib borardi. Bir yosh yigit cholni masxara qilgandek bo‘lib:

– Bobojon, bu hassani qayerdan va necha pulga oldingiz, men ham shunday hassa sotib olmoqchiman, – dedi.

Keksa kishi kulib:

– O‘g‘lim, hali yoshsan, bunday hassani senga sotmaydilar, sabr qil, umring uzun bo‘lib, mening yoshimga kirgan vaqtingda senga tekinga keltirib beradilar, – dedi.

* * *

Bir donishmand shogirdlaridan:

– Dunyoda inson uchun eng yaxshi narsa nima? – deb so‘radi.

Shogirdlaridan biri: “Komil aql”, – dedi. Ikkinchisi: “Yaxshi o‘rtoq”, – dedi. Yana bir shogird: “Chora-tadbir”, – deb javob berdi. Donishmand ularning fikrlarini qabul qilmadi. Nihoyat bir shogird: “Inson uchun eng yaxshisi va keraklisi – pok qalb”, – dedi.

Donishmand bu shogirdining so‘zini ma’qullab:

– Barakalla, to‘g‘ri aytding, bu bo‘lsa, avvalgilarning hammasi bo‘ladi, pok qalb inson uchun eng keraklisidir, – dedi.



Maslahatlar

STRESS, XAVOTIR, BEZOVTALANISH: ULARNI QANDAY YENGISH MUMKIN?

1. Agar siz o‘zingizda yuqoridagi holatlar kechayotganini sezsangiz bu haqidagi o‘y va fikrlaringiz, hissiyotlaringiz ro‘yxatini tuzib chiqing va ularni ota-onangiz, o‘qituvchingiz, opangiz yoki akangiz bilan o‘rtoqlashing.
2. Stress holatidan chiqishingizda yoqtirgan musiqalaringizni tinglash katta yordam beradi. Ular asablaringizni tinchlantiradi, yaxshi narsalar, hodisalar haqida o‘ylashga undaydi, kayfiyatingizni ko‘taradi.
3. Muhim tadbirlardan, musobaqalardan oldin yengil jismoniy mashq asabingizni tinchlantirishga, fikringizni bir joyga jamlashga katta yordam beradi.
4. Sog‘lom ovqatlanish, o‘z vaqtida va me’yorida uxlash, dars mashg‘ulotlari va sport to‘garaklaridan keyin dam olish lozim.



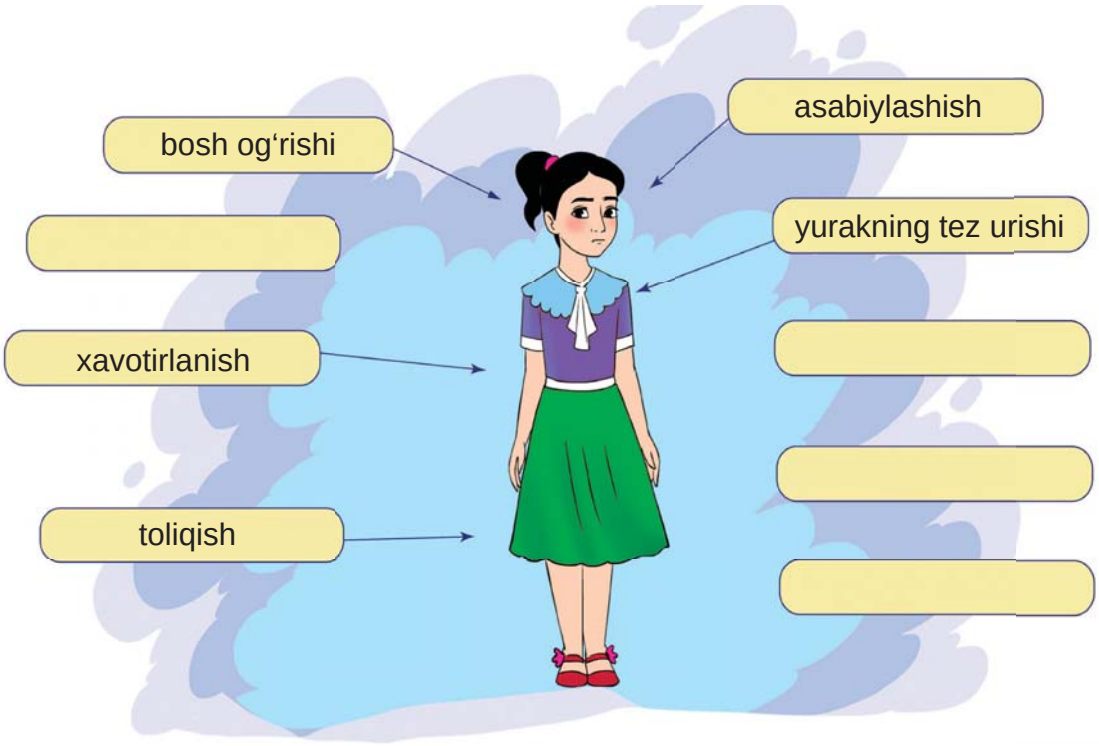
Topshiriqlarni bajaring

3-topshiriq. Daftaringizga quyidagi jadvalni chizing va undagi savollarga javob bering.

Salomatligingizga nimalar foyda beradi?	Salomatligingizga nimalar zarar keltiradi?
O‘z vaqtida va to‘g‘ri ovqatlanish	Pala-partish ovqatlanish
Jismoniy harakatda bo‘lish	O‘z vaqtida dam olmaslik
...	...
...	...

Stress – turli tashqi ta’sirlar natijasida sodir bo‘ladigan jismoniy yoki ruhiy toliqish.

4-topshiriq. Daftaringizga odam tanasini chizing. Ushbu rasmda tanangizni qaysi qismida stress, bezovtalanish, xavotir hislarini sezayotganingizni aks ettiring. Bunda so‘zlar, turli ranglar, belgilardan foydalanish lozim.



Diqqat bilan o‘qing



A vitamini bo‘yni o‘stiradi, ko‘z faoliyatini yaxshilaydi. *A* vitamini sut, sabzi, ko‘kpiyoz, ismaloq va salat barglarida bo‘ladi.

B_1 va B_2 vitaminlari yetishmasligi oqibatida lab chetlari yoriladi, teri quriy boshlaydi. Bu vitaminlar non mahsulotida, bo‘tqalarda, sut, tvorog, pishloq va tuxumda ko‘p uchraydi.

C vitamini sarimsoqpiyozda, karam, piyoz singari sabzavot va mevalarda uchraydi. Agar bu vitamin yetishmasa, organizmning tashqi ta’sirlarga kurashuvchanlik qobiliyati susayadi. Odam tez shamollaydi va tez kasal bo‘ladi.

D vitamini tishlarni asraydi. Shuningdek, raxit kasalligining oldini oladi. Organizmda ushbu vitamin kamayib ketsa, tishlar yumshoq, tez sinuvchan bo‘lib qoladi va tez yemiriladi. Bu vitamin sut, baliq, tvorog, sariyog‘, jigar, tuxum sarig‘ida ko‘p bo‘ladi.



Mustaqil tayyorlash uchun topshiriq

1. Qaysi vitaminli ovqatlarni ko‘p iste’mol qilishingiz kerak?
2. Sut, sabzi, ko‘kpiyoz, ismaloq va salat barglarida qaysi vitamin bor?
3. *D* vitamin organizmga qanday ko‘mak beradi?
4. *C* vitamin qanday vitamin ekan?

21–22-MAVZU: DO‘STLIK VA MEHR-OQIBAT

Bugun quyidagilarni o‘rganasiz:

1. Nima uchun do‘stlik insonning ijobiy fazilatlaridan biri sanaladi?
2. Do‘stlikning o‘ziga xos jihatlari nimalardan iborat?
3. Do‘stlikning sifatlarini qanday tushuntirgan bo‘lardingiz?

Diqqat bilan o‘qing

CHIN DO‘STLIK

Nodira maktabning eng a’lochi o‘quvchilaridan biri. U hamma bilan til topishib ketadigan xushchaqchaq qiz. U quvnoqligi, shirinso‘zligi, doim yordam berishga tayyorligi bilan boshqalardan ajralib turar, shu sababli o‘rtoqlari ko‘p edi.



Lekin hammasi bir kunda o‘zgardi. Kunlarning birida o‘quvchilar “Mening do‘stim” mashqini bajarishdi. Barcha o‘quvchilar qog‘ozga tilak yozib, uni eng yaqin uch do‘stiga ulashishi kerak edi. Nodira ham boshqa o‘quvchilar qatori tilaklarini qog‘ozga yozib, sinfdoshlari orasidan uch nafarini tanladi. Hamma o‘quvchilar o‘z tilaklarini ulashishdi. Biroq Nodiraga hech kim tilak yozilgan qog‘oz bermadi! U sinfda tilak olmagan yagona o‘quvchi bo‘ldi va bunday holatdan o‘zini juda yomon his qilib, hattoki yig‘lab yubordi. Axir u hammaga shirin so‘zlab, doim sovg‘a ulashib yurar edi-da! Xafa bo‘lib o‘tirgan Nodiraning oldiga sinfdoshlari birma-bir kelib yupatishar va tezda o‘z yumushlari bilan ovora bo‘lb ketishar edi. Chunki Nodira ham boshqalar bilan aynan shunday muomala qilar edi. Uning yordami yoki e’tibori boshqalarga samimiy emas, ko‘proq yuzaki bo‘lar edi.

Hamma bilan do‘stona, yaqin munosabatda bo‘lish – bu yaxshi do‘st bo‘lish degani emasligini u shu kuni tushundi. Chunki bular haqiqiy do‘st bo‘lishga yetarli emas ekan.

Uyga kelib onasiga: “Qayerdan haqiqiy do‘st topish mumkin?” – deb savol berdi. Onasi: “Qizim, do‘stlikni shirin so‘z va tabassum bilan qozonolmaysan. Do‘stlaringga doim samimiy munosabatda bo‘lishing, ularga ko‘maklashishing, xursandchilik va tashvishli kunla-

rida yonlarida turishing kerak. Sen hammaga birday do‘st bo‘lolmaysan. Ularning hammasiga vaqting va imkoning yetmaydi”, – dedi.

Bu gaplarni eshitgan Nodira o‘zgarishga ahd qildi.



Savollarga javob bering

1. Do‘stlik so‘zi nimani anglatadi?
2. Do‘stim va tanishim so‘zlari o‘rtasida qanday farq bor, deb o‘ylaysiz?
3. Nodira haqidagi hikoyadan qanday muhim saboq oldingiz?



Diqqat bilan o‘qing

DO‘STLIK QOIDALARI

Chin do‘st topishingiz uchun haqiqiy do‘st bo‘lishingiz kerak. Chin do‘stlikning “oltin qoidalari”:

- chin do‘stlarda o‘zaro hurmat bo‘ladi, ular bir-birini haqorat qilmaydilar, kamsitmaydilar, xafa qilmaydilar;
- chin do‘stlar bir-birining kayfiyatlarini tushunadilar;
- chin do‘stlar qiyin damlarda yordamga keladilar;
- chin do‘stlar ishonchli bo‘ladilar;
- chin do‘stlar do‘stining ko‘ngliga ozor yetkazmay kamchiliklarini aytadilar.



Do‘stlik qiyin kunlarda sinovdan o‘tadi. O‘zaro hamkorlik do‘stlik emas, u shartlarga asoslangan o‘zaro kelishuvdir. Unda do‘stlik rishtalari bo‘lmaydi.

Mahatma Gandi



Maslahatlar

Do‘stlarning soni muhim emas. Muhimi kimlar siz bilan samimiy, do‘stona munosabatda bo‘lishi, sizni qo‘llab-quvvatlashi va sizga ozor yetkazmasligi. Siz juda ham band yoki tortinchoq bo‘lishingiz mumkin. Bu sabablar sizga do‘st bo‘lishga xalaqit qilmasligi kerak.

Diqqat bilan o‘qing

DO‘STONA MUNOSABAT O‘RNATISH OSONMI?

Qiziqishlaringiz o‘xshash bo‘lgan insonlarga e’tibor qiling. Tanishlaringiz bilan siz yoqtirgan kitob, musiqa yoki film haqida suhbatlashing. Ular bilan gaplashganingizda chalg‘imang, masalan, suhbat paytida telefoningiz bilan ovora bo‘lmang.

Do‘st bo‘lish uchun adolat, ishonch, sabr-toqat, bag‘rikenglik sifatlari zarur bo‘ladi. Xalqimizda “Do‘st og‘ir kunda bilinadi”, degan maqol bor. Ushbu maqol orqali biz haqiqiy do‘stlar doim yordamga shay ekanligini anglaymiz. Do‘stlar bir-biriga maslahatlar berib, to‘g‘ri yo‘lni ko‘rsatadi. Do‘stingiz sizga qanday munosabatda bo‘lishini xohlasangiz, siz ham unga shunday munosabatda bo‘ling.

Savollarga javob bering

1. Yaxshi do‘st bo‘lish uchun qanday fazilatlar muhim deb o‘ylaysiz?
2. Do‘stingiz bilan munosabatingiz taranglashsa, siz qanday yo‘l tutgan bo‘lardingiz?
3. Do‘stlikka xos bo‘lmagan qanday salbiy fazilatlarni bilasiz?

Diqqat bilan o‘qing

ISHONCHLI DO‘ST



Qadimda bir badavlat kishi bo‘lgan ekan. Uning hashamatli do‘koni bo‘lib, ko‘p kelib turadigan bir xaridor bilan do‘stlashib qolibdi. Kunlarning birida badavlat kishi o‘zining oilasi bilan bir muddatga boshqa shaharga ketishi kerak bo‘lib qolibdi. Uni bir muammo tashvishga sola boshlabdi: jamg‘argan katta mablag‘ini kimga ishonib tashlab ketishni bilmay, o‘ylanibdi. Shunda oila a’zolari uning do‘sti borligini esiga solib, jamg‘armalarini o‘sha do‘stiga tashlab ketishni maslahat berishibdi. Badavlat kishi do‘stini chaqirib, unga boyligi saqlanadigan sandiq hamda uning kalitini topshiribdi va oilasi bilan

yo‘lga tushibdi. Birmuncha vaqt o‘tgach do‘kondor uyiga qaytib kelibdi va bu haqda do‘stiga xabar yuboribdi. Do‘sti uning uyiga kirishi bilan: “Sen menga ishonmaganmiding? Men senga do‘stmanmi yoki dushman? Menga ishonmay sandiqqa tosh solib qo‘ygan ekansanda?” – deb jahl qilibdi. Badavlat kishi esa kulimsirab shunday debdi: “Sandiqdagi boylik toshlar ekanligini qanday bilding? Demak, sandiqni ochibsan-da! Seni sinab ko‘rish uchun unga tosh solgan edim”. Bu gapni eshitib do‘sti lol bo‘lib qolibdi. So‘ngra uyalganidan uning uyini tark etibdi.



Savollarga javob bering

1. Badavlat kishining do‘sti qanday xatoga yo‘l qo‘ydi?
2. Hammaga ham ko‘r-ko‘rona ishonish mumkinmi?
3. Badavlat kishining qilgan ishini oqlaysizmi yoki qoralaysizmi?



Mustaqil tayyorlash uchun topshiriq

1. Siz do‘stingizda qanday fazilatlar bo‘lishini xohlaysiz?
2. Mustahkam do‘stlik uchun nimalar qilishingiz kerak?
3. Do‘stingiz bo‘lishi siz uchun qanchalik muhim?



Diqqat bilan o‘qing

OG‘ZI BO‘SH TULKI

Ayiq, bug‘u va tulki do‘st ekan. Kunlarning birida ayiq va bug‘u o‘rmonda juda ko‘p meva topib olishib, ularni hech kim ko‘rmaydigan joyga berkitib qo‘yishibdi. Yo‘lda tulkini uchratishibdi. Tulki unga ishonishlari mumkinligini uqtirib, ularning sirlaridan voqif bo‘libdi. Biroq va’dasini unutib, sirni barcha hayvonlarga aytib beribdi.

Tulkidan ranjigan ayiq va bug‘u unga saboq berib qo‘yishga ahd qilishibdi. Ular tulkini chaqirib, bir ajoyib ko‘l topishganini, unda behisob baliqlar suzib yurganini gapirib berishibdi. Tulki bu safar ham yangilikdan o‘rmonning barcha hayvonlarini xabardor qilibdi.

Tulki ertasi kuni ayiq va bug‘uning oldiga yunglari to‘zg‘igan, oyog‘i oqsagan holda kelibdi. Uning aytishicha, o‘rmondagi hayvonlar ko‘lga borishgan ekan, ammo u yerda hech qanday baliq yo‘q emish. So‘ng aldangan hayvonlar uni rosa do‘pposlashibdi. Tulki do‘stlarining ishonchini oqlash kerakligini, buning uchun doim bergan va’dasida turishi lozimligini tushunib yetibdi.

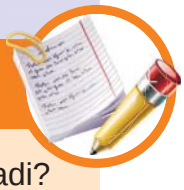
Pedro Pablo Sakristan

Savollarga javob bering



1. Sizning fikringizcha, ishonch nima? Do‘stlikda ishonch qanchalik muhim?
2. Qanday qilib do‘stingiz ishonchini qozonishingiz mumkin?
3. Ishonchingizni yo‘qotgan do‘stingizga qanday munosabatda bo‘lasiz?

Topshiriqlarni bajaring



1-topshiriq. Sadoqatli va sadoqatsiz do‘st qanday bo‘ladi? Jadvalda xatolar bo‘lsa, ularni o‘ziga mos ustunga joylashtirib, daftaringizga ko‘chiring.

Sadoqatli do‘st	Sadoqatsiz do‘st
1. Kamchiliklaringizni boshqalarga gapiradi	1. Muammolaringizni tushunishga intiladi
2. Muammolaringizni tinglamaydi	2. Ruxsatsiz narsalaringizni oladi
3. Xato qilsangiz, kechirmaydi	3. Kamchiliklaringizni kechiradi
4. Muammolaringizni hal etishga intiladi	4. Sizni masxara qiladi
5. Sirlaringizni boshqalarga aytib beradi	5. Sizga doim yordam beradi
6. Sizga yaxshi muomalada bo‘ladi	6. Qiyin damda ham sizning yoningizda bo‘ladi
7. Faqat o‘zi haqida qayg‘uradi	7. Muammolaringizni tinglamaydi
8. Siz haqingizda qayg‘uradi	8. Siringizni saqlaydi
9. Siz haqingizda orqangizdan gapiradi	9. Muammolaringizni tushunishga harakat qiladi

Diqqat bilan o‘qing



DO‘STINGNI XAFA QILMA

Bir kuni Munisaning navbatdagi tanqididan so‘ng Ra’no: “Nega meni doim tanqid qilganing-qilgan?” – deb so‘radi. Unga javoban Munisa: “Menda boshqalarning kamchiliklarini ko‘ra olish qobi-

liyati bor”, – dedi. “O‘zingning kamchiliklaring-chi, o‘zingga ko‘rinmaydimi?” – deb taajjublandi Ra’no. Munisa esa hech ikkilanmay: “Men o‘zimning kamchiliklarimni sezmaslikka harakat qilaman”, – degan javob bilan Ra’noni yana lol qoldirdi.

Guruhda ishlash

2-topshiriq. Quyidagi mashqni “Men do‘stimga ishonaman” shiori ostida juft-juft bo‘lib bajaring. Mashqni bajarish uchun sinfxonadagi partalarni chekkaga surib, keng joy ochish kerak. Bo‘sh joylarga koptok, turli o‘yinchoqlar, stul kabi sun’iy to‘siqlar qo‘yiladi. O‘zingizga sherik tanlaysiz. Sherigingiz ko‘zingizni mato bilan bog‘laydi va qo‘lingizdan ushlab, barcha to‘siqlardan oshib o‘tishingizga yordam beradi. Siz uning “o‘ngga”, “chapga”, “to‘g‘riga”, “orqaga” kabi buyruqlariga asoslanib harakat qilasiz. Keyin sherigingiz bilan o‘rin almashasiz.

Topshiriqqa oid savollar: Do‘stlikni mustahkamlash uchun qanday yo‘l tutishingiz kerak? Do‘stingizni sizga o‘rnak bo‘luvchi jihatlari bormi? Do‘stingizning qanday hislatlaridan ibrat olgansiz? Do‘stingiz sizda ijobiy fazilatlar shakllanishiga sababchi bo‘lganmi?



Mustaqil tayyorlash uchun topshiriq

Do‘stlikni qanday mustahkamlash haqida oilangiz, do‘stlaringiz, qo‘shnilaringiz va tanishlaringiz o‘rtasida so‘rov o‘tkazing. Olingan ma’lumotlarni daftaringizga yozib oling.

23–24-MAVZU: ROSTGO‘YLIK VA HALOLLIK

Bugun quyidagilarni o‘rganasiz:

1. Yolg‘on so‘zlashning oqibatlari qanday bo‘lishi mumkin?
2. Rostgo‘ylikning qadr-qimmatini siz qanday baholaysiz?

Diqqat bilan o‘qing

CHO‘PON BOLANING YOLG‘ONI

Yolg‘onning umri qisqa.
Xalq maqoli



Kunlardan bir kuni qishloqdagi odamlarning qo‘ylarini boqib kun ko‘radigan cho‘pon bola juda zerikib ketganidan bir nayrangni amalga oshirmoqchi bo‘libdi. U qoyadan pastga yugurib: “Odamlar, yordam bering! Bo‘ri! Bo‘ri!” – deb qattiq qichqira boshlabdi. Qishloqdagi odamlar cho‘pon bolaga yordam berish maqsadida tog‘ tomon yugurishibdi. Odamlar yetib kelib qarashsa, bo‘ridan darak yo‘q. Cho‘pon bola esa: “Kech qoldingiz, bo‘ri ovozlaringizni eshitib, qochib ketdi”, – deb yolg‘on gapiribdi va ichida: “Bu odamlar juda sodda-da, shunchalik ham ishonuvchan bo‘lishadimi!?” – deb kulibdi. Buni ko‘rgan qishloq odamlari: “Bu bolaning yolg‘on gapirishi bir kuni o‘ziga ziyon keltiradi”, – deb afsuslanib, uylariga qaytishibdi. Bir necha kundan keyin bo‘rilar galasi chindan ham qo‘ylarga hujum qilib qolibdi. Cho‘pon bola yana odamlarni yordamga chaqiribdi. Biroq bu safar yordamga hech kim kelmabdi...

Savollarga javob bering

1. Cho‘pon bola nima sababdan yolg‘on gapirgan edi?
2. Nega odamlar keyingi safar yordamga kelishmadi?
3. Bolaga qanday baho bergan bo‘lardingiz? Uning qilgan ishini oqlab bo‘ladimi?

Rostgo‘ylik – halollik belgisi. Halol odam doim rost so‘zlaydi, uning aytadigan gapi bilan qiladigan ishi bir xil bo‘ladi.

Diqqat bilan o‘qing

HECH KIM KO‘RMASA ...

Ona va o‘g‘il istirohat bog‘ida birga sayr qilib yurishardi. O‘g‘ilning suv ichgisi kelib, ichimliklar do‘konidan bir shisha suv sotib oldi. Sotuvchi adashib unga keragidan ortiqroq qaytim berib yubordi. Ona buni sezmadi. Biroq bola sotuvchi unga ko‘proq qaytim berganini bildi...

Guruhda ishlash



1-topshiriq. Voqeani guruhingiz bilan tahlil qilib, quyidagi savollarga javob bering:

1. Voqeada qanday fazilat haqida so‘z ketyapti?
2. Ushbu vaziyatda bola qanday yo‘l tutishi kerak?
3. Ortiqcha qaytimni qaytarib bermaslik sotuvchi uchun qanday oqibatlarga olib kelishi mumkin?
4. Agar sotuvchi bolani sinab ko‘rmoqchi bo‘lgan bo‘lsa, bu vaziyatda u qanday yo‘l tutishi mumkin?
5. Bolaning o‘rnida siz nima qilar edingiz?

Diqqat bilan o‘qing

Halol odamga yetkazish mumkin bo‘lgan eng katta zarar – uni halolsizlikda ayblash.

Uilyam Shekspir, ingliz yozuvchisi

Halollik – go‘zal insoniy fazilat. U kishilar o‘rtasida to‘g‘riso‘zlik, vatanparvarlik, mehnatsevarlik singari axloqiy xislatlarni targ‘ib qiladi. Halol narsalar inson uchun foydali, harom qilingan narsalar esa har tomonlama zararlidir.

Guruhda ishlash



2-topshiriq. Quyidagi vaziyatlarni sherigingiz bilan juftlikda tahlil qilib, o‘z fikrlaringizni bayon qiling.

1. Do‘stingiz sizni mehmonga chaqirdi. Sizning borgingiz kelmayapti.
   Siz quyidagicha javob berdingiz:
   a) “Albatta boraman”;
   b) “Men borardim-u, lekin boshim qattiq og‘riyapti-da”.

2. Tanishingiz telefoningizga qo‘ng‘iroq qilyapti, lekin siz u bilan gaplashmoqchi emassiz. Siz:
   a) qo‘ng‘iroqqa javob berasiz;
   b) onangizdan sizning uyda yo‘qligingizni aytib qo‘yishini so‘raysiz.

3. Dugonangiz sochini yangicha turmaklab keldi. Uning turmagi o‘ziga umuman mos kelmagan. Siz unga shunday deysiz:
   a) “Turmaging senga mos emas”;
   b) “Turmaging menga juda yoqdi”.

4. Avtobusda birovning telefonini topib oldingiz. Siz:
   a) egasini topishga harakat qilasiz;
   b) topilmadan xursand bo‘lasiz.

5. Sinf javonidan nazorat ishining javoblarini topib oldingiz. Siz:
   a) javoblarga qaramasdan, o‘qituvchingizga qaytarib berasiz;
   b) javoblardan nazorat ishida foydalanasiz.

Mustaqil tayyorlash uchun topshiriq



1. “Rostgo‘ylik” so‘zining sinonim va antonimlarini toping.
2. “Halollik” so‘zi bilan sinkveyn hosil qiling.
3. Yaqinlaringizdan halollik haqidagi fikrlarini so‘rang.

Diqqat bilan o‘qing

HALOL BOLA

Qadim zamonda bir bola bo‘lgan ekan. Sovuq kunlarning birida u boltasini olib, o‘tin terish maqsadida o‘rmonga yo‘l olibdi. Yo‘lda uning oldidan katta bir ko‘l chiqibdi. Ko‘l yoqasida esa baland daraxt o‘sib turgan ekan. Bola unga bolta ura boshlabdi. Bir payt uning boltasi qo‘lidan chiqib, ko‘lga tushib ketibdi. Bola boltasi suvga g‘arq bo‘lgani uchun rosa yig‘labdi. Shu vaqt ko‘l to‘lqinlanib, uning tubidan bir chol chiqibdi.

– Nega yig‘layapsan? – deb so‘rabdi chol.

Bola bo‘lgan voqeani aytib beribdi.

– Xafa bo‘lma, men boltangni topib beraman, – debdi chol va g‘oyib bo‘libdi.

Ko‘l yana to‘lqinlanib, suv tubidan chol chiqib kelibdi-da, qo‘lidagi oltin boltani bolaga tutqazib, debdi:

– Shu bolta seniki emasmi?

– Yo‘q, bobo, bu mening boltam emas! – debdi bola.

Chol yana ko‘l tubiga sho‘ng‘ib ketibdi. Oradan birmuncha vaqt o‘tgach, ko‘l yana to‘lqinlanib, suv tubidan chol chiqib kelibdi va qo‘lidagi kumush boltani bolaga tutqazib, debdi:

– Mana, boltangni topdim, ol!

Bola kumush boltaga qarab:

– Yo‘q, bobo, bu mening boltam emas! – debdi hafsalasa pir bo‘lib. – Mening boltam temirdan edi!



Chol uchinchi marta suvga sho‘ng‘ib, bu safar temir bolta bilan chiqibdi.

– Mana shu mening boltam, – debdi bola quvonib.

Chol esa mehr bilan bolaga qarab:

– Barakalla, o‘g‘lim. Senga tegishli bo‘lmagan narsani olmading. Hattoki, u oltin va kumushdan yasalgan bo‘lsa ham. Halolliging uchun senga oltin va kumush boltalarni sovg‘a qilaman.

Bola cholga rahmat aytib, oltin va kumush boltalar bilan uyiga qaytibdi.



Topshiriqlarni bajaring

3-topshiriq.

1. Ushbu ertak qanday ijobiy fazilat haqida?
2. Nega chol birinchi urinishda bolaning temirdan yasalgan boltasini emas, oltin va kumushdan yasalgan boltani olib chiqdi?
3. Nega bola oltin va kumush boltani olmadi?
4. Bolani halol odam desa bo‘ladimi?

Mustaqil tayyorlash uchun topshiriq

To‘g‘ri va noto‘g‘ri yo‘l tutgan insonlar haqida misollar keltiring. Keltirgan misollaringizni tahlil qilib bering.

Topshiriqlarni bajaring

4-topshiriq. Quyidagi vaziyatlarda qanday yo‘l tutish halollik hisoblanadi? Javobingizni daftaringizga yozing.

1. Siz bexosdan uyingizdagi ko‘zguni sindirib qo‘ydingiz. Onangiz sizdan ko‘zguni kim sindirganligini so‘radi:

a) ko‘zguni sindirmaganligingizni aytasiz;
b) ko‘zguni kim sindirganligidan xabaringiz yo‘qligini aytasiz.

Javobingizni tushuntiring _____

2. Do‘stingizning kitobi sizga yoqib qoldi va bu kitobni siz uyingizda o‘qimoqchisiz:

a) kitobni do‘stingizga bildirmay sumkangizga solasiz va ertasi kuni yana joyiga qo‘yib qo‘yasiz;
b) do‘stingizdan ushbu kitobni berib turishini so‘raysiz.

Javobingizni tushuntiring _____

3. Dadangiz sizga do‘kondan non olib kelishingizni aytdi. Do‘kondan non xarid qilib kelayotganingizda siz do‘stingizni uchratib qolib, u bilan yarim soat o‘ynab qoldingiz. Dadangiz sizdan uzoq vaqt qolib ketganingizning sababini so‘radi: Siz:

a) “Do‘konga non kechroq keldi”, deb aytasiz;
b) “O‘rtog‘imni uchratib qoldim va u bilan biroz o‘ynadik”, deysiz.

Javobingizni tushuntiring _____



Savollarga javob bering

1. Yuqorida keltirilgan vaziyatlarga o‘xshash vaziyatlar sizda uchraganmi?
2. Nima uchun ba’zi bolalar yuqoridagi vaziyatlardagi kabi yolg‘on sabablarni keltirishadi?
3. Siz yolg‘on gapirsangiz o‘zingizni qanday his qilgan bo‘lardingiz?

Kim rostgo‘y va haqiqatparvar ekan, uning ko‘ngli doimo tinch va to‘q bo‘ladi.

Xalq hikmatlaridan

Topshiriqlarni bajaring

5-topshiriq. Darslar tugaganidan so‘ng Omon yo‘lakdan 50 ming so‘m pul topib oldi va uni cho‘ntagiga solib qo‘ydi. U pulni maktab ma’muriyatiga topshirish haqida o‘yladi-da, bir zum o‘tmay uni o‘zida qoldirish qaroriga keldi.

Quyidagi fikrlarga sizning munosabatingiz qanday: to‘liq qo‘shilasiz, qo‘shilmaysiz yoki ikkilanyapsiz.

1. Omonning tutgan yo‘lida hech qanday nojo‘ya harakat yo‘q, chunki u pulni topib olganida uni hech kim ko‘rmagan edi. U pulni birovdan o‘g‘irlamadi-ku.
2. Omon topib olgan pulni maktab ma’muriyatiga topshirishi kerak edi.
3. E’lonlar taxtasiga pul topib olganligi haqida e’lon yozib qo‘yishi kerak edi.

Savollarga javob bering

1. Nega Omon topib olgan pulni o‘zida qoldirish qaroriga keldi?
2. Omonning qilgan ishini oqlaysizmi? Omon to‘g‘ri yo‘l tutdimi?
3. Omonning o‘rnida siz qanday yo‘l tutardingiz?

25-MAVZU: ISHONCHLI VA ISHONCHSIZ AXBOROTLAR

Bugun quyidagilarni o‘rganasiz:

1. Gazeta, internet va boshqa axborot vositalarida yolg‘on axborotlarga duch kelganmisiz?
2. Ishonchli va ishonchsiz axborotlar deganda siz nimalarni tushunasiz?
3. Internet tarmog‘idagi ma’lumotlarga har doim ham ishonib bo‘ladimi?

Diqqat bilan o‘qing

ISHONCHLI AXBOROTLARNI IZLAB

Soxta va yolg‘on axborotlar deganda biror bir voqea, hodisa, jarayon yoki insonlarga nisbatan haqiqatdan yiroq bo‘lgan, mish-mishlar va afsonalarga asoslanib tarqatilgan ma’lumotlar tushuniladi.

Insoniyat tarixida bosma nashrlardagi eng birinchi yolg‘on axborot 1835-yilda “New York Sun” nashri e’lon qilgan Oy va undagi jonzotlar haqidagi uydirma maqolalar hisoblanadi. Maqolalarda uchib yuruvchi o‘zga sayyoraliklar, soqolli hayvonlar rasmlari keltirilgan va ularning oydagi hayoti tasvirlangan.

Bugungi kunda ham internet nashrlari orqali uydirma axborotlar tarqatiladi. Bu kabi axborotlar o‘quvchilar sonini oshirishga va ko‘proq daromad olishga yordam beradi.





Savollarga javob bering

1-topshiriq.

1. Yolg‘on axborotlar deganda siz nimani tushunasiz?
2. Internet nashrlarida qanday yolg‘on va qalbaki axborotlarga duch kelgansiz?
3. Siz axborotning yolg‘on yoki qalbaki ekanligini qanday aniqlaysiz?

Maslahatlar



Axborot makonidagi yangiliklar va ma’lumotlar har doim ham haqiqat bo‘lmasligi mumkin. Ularning ba’zilarida yolg‘on va isbotlanmagan ma’lumotlar, mish-mishlar keltiriladi. Ana shu yolg‘on axborotlarga ishonib qolmasligimiz uchun quyidagilarni bilishimiz zarur:

- ishonchli va ishonchsiz axborotlarni farqlay olish me’zonlarini;
- qalbaki va yolg‘on axborot tarqatuvchilarning maqsadlarini;
- Internet tarmog‘idagi har qanday axborotga ishonavermasdan, ularni baholay olishni.

Axborotlarni baholash

Axborotni diqqat bilan o‘qing	Axborot manbasini aniqlang	Rostligiga tasdiq izlang
Uning asosiy ma’nosiga e’tibor bering. Haqiqatga yaqinmi? Matnga, veb-sahifaning tuzilishiga e’tibor qiling.	Sayt egalari, maqola muallifi haqida ma’lumot to‘plang	Boshqa manbalar qanday ma’lumotlar beryapti? Bo‘lgan voqea va hodisaning asosiy mohiyatini yorityaptimi? Ushbu manba ishonchlimi?

Diqqat bilan o‘qing



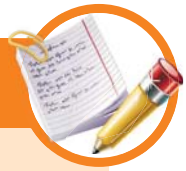
KO‘RGANIMIZGA ISHONISHIMIZ KERAKMI?

Matnli yangilik va maqolalarning hammasi ham rost emasligini tushundik. Agar voqea videotasvir orqali uzatilgan bo‘lsa-chi? Unga ham ishonishimiz kerakmi?

Hozirgi kunda Internet tarmog‘ida juda ham ko‘plab soxta videotasvirlar joylashtirilgan. Ularning soni kun sayin oshmoqda.

Ulardagi soxtalikni qanday aniqlashimiz mumkin?

Topshiriqlarni bajaring



2-topshiriq. QR-kodlari keltirilgan ikkita videoni tomosha qiling. Ushbu videolar rostmi yoki qalbakimi?

1. Avstraliya telekompaniyalaridan biri tog‘ chang‘ichisining ortidan quvayotgan ayiq videosini YouTube kanaliga joylashtirgan. Ushbu video butun dunyo axborot vositalari orqali namoyish etildi va juda mashhur bo‘lib ketdi. Internet orqali ushbu videoni 13,5 million kishi tomosha qildi.
2. Yana bir video Avstraliya sohillarida olingan. Mazkur videoda okeanda suzib yurgan akula va insonning “kurashi” aks etgan. Uni 39 milliondan ortiq insonlar tomosha qilgan.

Diqqat bilan o‘qing

Mazkur videolar yolg‘on axborotlarga misol sifatida o‘rganilishi mumkin. Yuqoridagi video mualliflari ushbu videolarni hazilomuz ma’noda suratga olishgan. Agar shunday usulda biron bir jiddiy voqea yoki hodisa haqida videotasvir tayyorlansa, oqibati nima bo‘lishi mumkin? Masalan, muhim yangilik yoki tabiiy ofat haqida yolg‘on video bo‘lsa-chi?

Internet makonida juda ko‘p axborotlar saqlanadi. Ushbu axborot ummonida o‘zimizni yaxshi his qilishimiz, yolg‘on axborotlarga ishonib qolmasligimiz uchun mediasavodxonligimizni shakllantirishimiz kerak.

Mediasavodxonlik – turli media manbalarda tarqatiladigan axborotlarni tahlil qilish, ularni baholash va media mahsulotlar yarata olish qobiliyati.





Mustaqil tayyorlash uchun topshiriq

Televideniye yoki radio orqali beriladigan axborot dasturlaridan birini kuzating va tahlil qiling. Yangiliklarga o‘z munosabatingizni ham bildiring.

26–27-MAVZU: OILA – QADRIYATLAR BESHIGI

Bugun quyidagilarni o‘rganasiz:

1. Oila va oilaviy qadriyatlar nima?
2. Oila ahil va mustahkam bo‘lishi uchun qanday qadriyatlar muhim ahamiyatga ega?
3. Jamiyatda oila va oilaviy qadriyatlar qanday rol o‘ynaydi?
4. “Oila” va “oilaviy qadriyatlar” so‘zlarini qanday tushunasiz?
5. Oila a’zolari o‘rtasidagi yaxshi munosabatlarni qadriyat deb atash mumkinmi?

Diqqat bilan o‘qing

Oila – jamiyatning bir qismi. Oila nafaqat birga yashaydigan qarindoshlar, balki qiziqishlari, his-tuyg‘ulari, maqsadlari, hayotga bo‘lgan munosabati bir-biriga yaqin bo‘lgan odamlardir.

Aynan oilada inson hayoti davomida qiyinchiliklarni yengishga yordam beradigan “immunitet” hosil bo‘ladi.

Inson dunyoga kelar ekan, avvalo, u hayotini atrofidagi olam bilan tanishishdan boshlaydi. Uning shaxs sifatida shakllanishi ham aynan oiladan boshlanadi va shu oila uni hayotga tarbiyalaydi. Har bir oilaning yozilmagan o‘z qonunlari bor. Mana shu qonunlarga amal qilgan holda yashash esa qadriyatlarning shakllanishiga sabab bo‘ladi.

Oilaviy qadriyatlar – bu oilaning barcha a’zolari tomonidan qadrlanadigan, ular uchun muhim bo‘lgan, hurmat qilinadigan an’ana va urf-odatlar.

Qadriyat – bu insoniyatning hayoti davomida turli sinovlardan o‘tib kelayotgan urf-odat, an’analar umumlashmasi sanaladi. Yoshi ulug‘larning hurmatini joyiga qo‘yish, ota-ona va ustozlarga hurmat ko‘rsatish, yoshlar qalbida oilaga, el-yurtga nisbatan sadoqat tuyg‘ularini shakllantirish milliy qadriyatlarimizning o‘zagini tashkil etadi.

Topshiriqlarni bajaring

1-topshiriq.

1. Quyidagi so‘zlarni o‘qing va ularni nima birlashtirishi haqida o‘ylang: *ona, ota, aka, xola, buvi, singil, amaki, bobo.*
2. Ushbu ro‘yxatga yana kimlarni qo‘shgan bo‘lardingiz?

Oila jamiyatning asosiy bo‘g‘inidir hamda jamiyat va davlat muhofazasida bo‘lish huquqiga ega.

O‘zbekiston Respublikasi Konstitutsiyasi, 63-modda.

Guruhda ishlash

AHIL OILANING PAYDO BO‘LISHI

O‘tgan zamonda yuz kishidan iborat bir oila bo‘lib, ular o‘rtasida ahillik, o‘zaro kelishuv tushunchasi yo‘q ekan. Ular ahillikda yashashni o‘rgatishini so‘rab, donishmandga murojaat qilishibdi. Donishmand ularni diqqat bilan tinglab, shunday debdi: “O‘zingiz ahil yashashni xohlamaguningizga qadar, hech kim sizga baxtli yashashni o‘rgatolmaydi. O‘zingiz baxtli bo‘lish uchun nima lozimligini tushunishingiz kerak”.

Donishmandning gaplaridan so‘ng oila a’zolarining hammasi bir yerga yig‘ilishibdi va bir-biriga do‘stona, samimiy munosabatda bo‘lish kerakligini hamda bu fazilatlarga doimo rioya qilish lozimligini anglab yetishibdi.





2-topshiriq. “Ahil oilaning paydo bo‘lishi” hikoyasini muhokama qiling. Oila ahil bo‘lishi uchun qanday fazilatlar zarurligini o‘ylab ko‘ring. Javobingizni quyidagi gaplarni to‘ldirgan holda izohlang.

“Biz ... ishonamiz, chunki ... . Biz buni misol orqali isbotlashimiz mumkin: ...shunga asoslanib, biz ... degan xulosaga kelishimiz mumkin”.

Diqqat bilan o‘qing

Agar odamlardan “oilaviy qadriyat” iborasi nimani anglatishi haqida so‘ralsa, ehtimol, sevgi, hurmat, kattalar va ota-onalarga ehtirom, mehribonlik va ko‘mak, yaqinlar uchun javobgarlik degan javoblarni eshitish mumkin. Bularning barchasi oilaning mustahkamligi va davomiyligining garovidir.

Hech bir xalq oilaviy munosabatlarsiz mavjud bo‘la olmaydi. Oilani yaratish barcha millat va elatlar uchun tabiiydir.

Abu Rayhon Beruniy

Topshiriqlarni bajaring

3-topshiriq. Ijodiy ish. Qog‘ozga kaftingizni qo‘yib, chizib oling. Kaftning markaziga o‘zingiz va oila a’zolaringizning rasmini chizishga harakat qiling. Barmoqlarga oilangizning mustahkam va ahil bo‘lishi uchun qanday xislatlarni yozishni xohlaysiz? Quyidagi so‘zlar bankidan ham foydalanishingiz mumkin.

So‘zlar banki: mehribonlik, sadoqat, g‘amxo‘rlik, o‘zaro yordam, sevgi, hurmat, sabr, tushunish, kechirimlilik, ishonch, rostgo‘ylik, sabrsizlik, minnatdorlik, hamjihatlilik.

1. Nega aynan shu xislatlarni tanladingiz?
2. Agar siz yana bir xislatni qo‘sha olganingizda, qaysi birini tanlagan bo‘lardingiz? Nima uchun?

Diqqat bilan o‘qing

Kunlarning birida ota dilbandiga dedi: “Ey farzand, agarki, vaqtdan unumli va mazmunli foydalanishni istasang, to‘rt narsaga amal qil, kam bo‘lmaysan. Birinchisi – ota-ona va ustozlardan ta’lim-tarbiya, odob-axloq sirlarini o‘rgan; ikkinchisi – kitob mutolaasi hamda jismoniy tarbiya bilan muntazam shug‘ullan; uchinchisi – chin do‘st izla, uni top va u bilan qadrdon do‘st bo‘l; to‘rtinchisi – hamisha to‘g‘riso‘z, kamtar, tirishqoq bo‘lib, tengdoshlaringga namuna bo‘l”.



Savollarga javob bering

1. Vaqtdan unumli foydalanish uchun nimalarga amal qilish zarur ekan?
2. Siz vaqtdan unumli foydalanayapsizmi?



Diqqat bilan o‘qing

Savol: *Farzand uchun ota-ona kim?*

Javob: Ibrat namunasi, hayotning baxtli va sinovli davrlarida samimiy maslahatgo‘y. Hamisha g‘animat bo‘lgan tabarruk zot. Mehrli va e’tiborli, g‘amxo‘r va mehribon, mustahkam qo‘rg‘on va ishonchli himoya.

Savol: *Opa kim?*

Javob: Singil va uka uchun mehr va sadoqat, iffat va hayo namunasi; xushxulq, mehnatsevar hamda ota-onasining ishonchli suyanchig‘i.

Savol: *Singil kim?*

Javob: Opa va akasiga xolis yordamchi, sirlarining ishonchli qo‘riqchisi, baxt, orzu va armonlarining doimiy hamrohi.

Savol: *Aka kim?*

Javob: Birodari va singlisining ishongan tog‘i, ibrat va jasurlik namunasi, ularning sirdoshi. Uka va singil uchun orzulariga qanot, ezgu intilishlariga omad tilovchi yaqin insonlardan biri...

Savol: *Uka kim?*

Javob: Aka va opa sirlarining mustahkam posboni, orzu-umidlarining tolmas davomchisi, har qanday vaziyatdan qat’i nazar, ishonchli do‘st, sulola davomchisi.

Savol: *Opa-singil, aka-ukalar bir-birlariga kimlar?*

Javob: Bir-birlariga cheksiz mehr qo‘ygan, kamchiliklarini berkitgan, muayyan bir sulolaning davomchilari hisoblanadi. Ular bir-birlarini tamasiz yaxshi ko‘ruvchi, o‘zlari mansub bo‘lgan sulola ma’naviy olamini boyituvchi, shuningdek, go‘zal odob-axloqning sobit targ‘ibotchilari hamdir.

Topshiriqlarni bajaring

4-topshiriq.

1. Yuqoridagi matn haqida qanday fikrga keldingiz?
2. Maqollarni o‘qing va ma’nosini sharhlab bering.

Oila tinch – yurt tinch.

Oila – qo‘sh ustunli ayvon.

Darajangizni aniqlang

Quyidagi savollarga javob topib, daftaringizga yozing:

1. Yuqorida berilgan qaysi ma’lumot siz uchun yangi?
2. Ushbu mavzudagi yangi so‘zlarning qaysi biri yodingizda qoldi?
3. Ushbu mavzuni o‘zlashtira olishingizga nima yordam berdi?
4. Qaysi topshiriqlarni qiziqarli deb topdingiz?
5. Qaysi topshiriqlar siz uchun murakkablik qildi?

Mustaqil tayyorlash uchun topshiriq

“Bizning oilaviy qadriyatlarimiz” mavzusida poster tayyorlang. Unda quyidagi ma’lumotlarni aks ettiring:

a) posterning nomini yozing;

b) posterga mos rasm tanlang;

d) posterning ma’nosini ochib beradigan so‘zlar va iboralardan foydalanib, taqdimot tayyorlang.



28–29-MAVZU: OILAVIY KITOBXONLIK

Bugun quyidagilarni o‘rganasiz:

1. Oilaviy mutolaa nima?
2. Shaxsiy kutubxonaning qanday ahamiyatli tomonlari bor?
3. Shaxsiy yoki oilaviy kutubxona deganda nimalarni tushunasiz?

Diqqat bilan o‘qing

Har bir inson dastlabki tarbiyani oilada ota-onadan oladi. Keyin esa maktabga boradi. Jamoada o‘zini qanday tutishni o‘rganadi. Ma’naviy oziqa olishning yana bir yo‘li bu kitob mutolaasi hisoblanadi. Inson kamoloti va bilimining manbayi kitob bilan bog‘liq. U insonni komillik sari yetaklaydi. Dunyoqarashini boyitadi, nutqini o‘stirib, xotirasini mustahkamlaydi.

Kitob maslahatchi, sadoqatli hamroh, eng yaqin do‘st va bebaho boylik hisoblanadi. Jahon madaniyatiga munosib hissa qo‘shgan ajdodlarimiz erishgan betakror yutuqlarning sababi ham kitob mutolaasidir. Shu bois yurtimizda kitobxonlik madaniyatini yuksaltirish masalasiga jiddiy e’tibor qaratilmoqda.



Maslahatlar



Oilaviy kitob o‘qish uchun quyidagilarga alohida ahamiyat berish zarur:

- kitob tanlay olish – u barcha oila a’zolari uchun qiziqarli bo‘lishi kerak;
- kitobni qanday o‘qishni bilish;
- kitob o‘qiganda nimalarga e’tibor berish va nimalarni esda saqlab qolish;
- olingan bilimni yoki xabarni yetkazib berish;
- qayta o‘qish – kitobxonlik ko‘nikmasini shakllantirish;
- kitobni tez va sekin o‘qishni farqlay olish;
- kitobni o‘qib, uning olamiga kira olish;
- kitobni mustaqil o‘qiy olish.

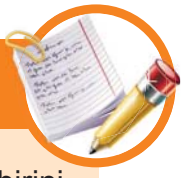
Diqqat bilan o‘qing



Sharqda azaldan oila hurmatga sazovor bo‘lgan va doim himoya qilingan maskandir, chunki aynan shu yerda shaxsning tug‘ilishi, ulg‘ayishi va shakllanishi sodir bo‘ladi. Bundan tashqari, oila sevgi, hurmat va mas’uliyat kabi buyuk tuyg‘ular beshigidir.

Sharq oilalarining qadimiy an’anasi hamda kattalar va bolalar o‘rtasidagi ma’naviy aloqaning ajralmas sharti oila davrasida kitob mutolaa qilishdir. Mashhur olimlarning asarlarida yozilishicha, oilada kitob o‘qishni odat qilish shaxsning ma’naviy shakllanishida, oila a’zolarining o‘rtasida mustahkam va ishonchli munosabatlar o‘rnatilishida katta ahamiyatga ega ekan.

Topshiriqlarni bajaring



1-topshiriq. Mashhur insonlarning fikrlarini o‘qing, ulardan birini tanlang va o‘z tanlovingizni asoslang.

Agar yolg‘iz esang, hamdam kitobdur,
Bilim subhidagi nur ham kitobdur.

Abdurahmon Jomiy

Har ko‘ngilning orzusi shul erur obihayot,
Qadrini bilgan kishiga, shubhasiz, jondir kitob.

Hamza Hakimzoda Niyoziy

Guruhda ishlash

2-topshiriq. Oilaviy mutolaani rivojlantirish uchun takliflarni daftaringizga yozing. Masalan, ota-onangiz bolaligida qanday kitoblarni o‘qishni yaxshi ko‘rganliklari haqida so‘rang.

Diqqat bilan o‘qing



Kitob insonni o‘qituvchi singari tarbiyalay oladigan muallimdir. Tarixda oilaviy kitobxonlik katta maqsadlarga erishishda yordam bergani hamda oila, jamiyat va Vatan manfaatlariga xizmat qilgani haqida ko‘plab misollar mavjud.

Masalan, mashhur fizik, muhandislik sohasidagi eng nufuzli xalqaro mukofot – “Jeyms Uatt” oltin medali sovrindorlaridan biri Ivan Ivanovich Artobolevskiy bolaligidan unga kitoblarni ovoz chiqarib o‘qib berishlarini juda yoqtirgan. Bolakay ulg‘ayib, o‘qishni o‘rgangach, bobosining kutubxonasiga boradi.

U yerda taniqli olimlarning asarlarini ovoz chiqarib, diqqat bilan o‘qiydi. O‘qiganlarini esa eslab qoladi. Bu unga hayotda katta muvaffaqiyatlarga erishishiga yordam beradi.

Bu qiziq!

ENG KATTA KITOB



Dunyodagi eng katta kitob payg‘ambarimiz Muhammad (s. a. v.)ga bag‘ishlangan.

Og‘irligi 1,5 tonna bo‘lgan mazkur kitobni yaratish uchun 30 nafar olim va 300 nafar ishchi mehnat qilgan. Ular bu kitobni to‘rt yil davomida yaratishgan. Ayni paytgacha ushbu kitob 22 ta xalqaro va mahalliy mukofotlarni qo‘lga kiritgan, shuningdek, Ginnesning rekordlar kitobidan faxrli o‘rinni egallagan.

Savollarga javob bering



1. Sizningcha, kitob o‘qimaydigan odam bilan kitob o‘qiydigan odam o‘rtasida qanday farq bor?
2. Qanday kitoblar o‘qishni yoqtirmaysiz?
3. Qanday kitoblarni o‘qish siz uchun maroqli?

Guruhda ishlash



3-topshiriq. “Kitobxonlar jangi”. O‘quvchilar bir-birlarini “jang”ga chaqiradilar. Ular navbat bilan asar qahramonlarining ismlari yoki kitoblarning nomlarini aytishadi. Kim ko‘p javob bersa, o‘sha ishtirokchi “Kitobxonlar jangi”da g‘alaba qozonadi.

Diqqat bilan o‘qing



O‘z kutubxonasini yaratishda kitobxon u yoki bu kitob uning mulki ekanligini ta’kidlashga har tomonlama harakat qiladi. Shunday qilib “ekslibris”lar paydo bo‘lgan, ular savdo belgisi, muhr, imzo sifatida kitob ma’lum bir odamga tegishli ekanligini tasdiqlaydi.

Mustaqil tayyorlash uchun topshiriq



Ekslibris o‘ylab toping hamda shaxsiy ma’lumotlaringiz (familiya va ismingiz, qiziqishlaringiz, ishqibozligingiz – xobbingiz)dan foydalanib uni chizing.

Usmonova Azizaning
shaxsiy kutubxonasidan

Umidaning
shaxsiy
kutubxonasidan

30-MAVZU: TO‘G‘RI OVQATLANISH QOIDALARI

Bugun quyidagilarni o‘rganasiz:

1. To‘g‘ri ovqatlanish inson hayoti uchun qanday muhim ahamiyatga ega?
2. Nima uchun to‘g‘ri ovqatlanish kerak?
3. Noto‘g‘ri ovqatlanish jamiyatga qanday ta’sir qilishi mumkin?

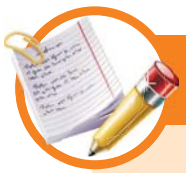


Diqqat bilan o‘qing

To‘g‘ri ovqatlanish – inson salomatligi va mehnat qobiliyatini ta’minlovchi eng muhim omil hisoblanadi. Shuningdek, to‘g‘ri ovqatlanish tanadagi salbiy ta’sirlarni yengishga yordam beradi. Ming yillar davomida insoniyat ovqatlanish va kasalliklarni davolash uchun tabiiy resurslardan: o‘simliklar, go‘sht va sut mahsulotlari, minerallardan foydalangan.

Makroelementlar va mikroelementlar inson tanasi: ichki a’zolar, muskul, suyak to‘qimalari hamda teriga kerak bo‘lgan moddalardir. To‘g‘ri ovqatlanish esa, tarkibida makroelementlar va mikroelementlar bo‘lgan oziq-ovqat mahsulotlarini iste’mol qilish demak. Bu moddalar inson organizmida energiya ishlab chiqarishi uchun juda zarur hisoblanadi.

Oziq-ovqat insonga nafaqat yashamoq uchun, balki dunyoqarashining shakllanishiga ham hissa qo‘shadi. Hozirgi vaqtda ovqatlanishga ikki xil: oziqlantiruvchi va tozalovchi sifatida qaralmoqda. Ovqatlanishni doimo bir vaqtda qilgan, qovurilgan taomlardan saqlangan, shakar o‘rniga asal iste’mol qilgan ma’qul. Asal ichki a’zolarni sog‘aytiradi, haroratni mo‘tadillashtiradi, uni uzoq vaqt iste’mol qilib yurish immunitetni oshiradi, vaznni yengillashtiradi, yoshlikni saqlashga yordam beradi va umrni uzaytiradi.



Topshiriqlarni bajaring

1-topshiriq. Yuqoridagi matn asosida to‘g‘ri tasdiqlarni toping.

1. To‘g‘ri ovqatlanish oziqa va quvvat manbayi bo‘lib, turli kasalliklarni davolashda yordam beradi.
2. To‘g‘ri ovqatlanish tarkibida makroelementlar, mikroelementlar bo‘lgan oziq-ovqat mahsulotlarini iste’mol qilishdir.

Savollarga javob bering

2-topshiriq. Yuqorida berilgan matnning asosiy maqsadi:

a) to‘g‘ri ovqatlanish mohiyatini ochib berish;
b) makroelementlar va mikroelementlarning inson sog‘lig‘i uchun nechog‘lik muhimligini anglab yetish;
d) kasalliklar haqida ma’lumot berish;
e) odamlarning sog‘lom ovqatlanishga bo‘lgan munosabatini rivojlantirish.

Topshiriqlarni bajaring

3-topshiriq. Quyidagi rasmlarning qay birida organizm uchun zararli bo‘lgan oziq-ovqat mahsulotlari tasvirlangan?





Kimki sog‘lom turmush tarziga erishmoqchi, o‘z sog‘lig‘ini saqlamoqchi va mustahkamlamoqchi bo‘lsa, ovqatlanish tartibi, iste’mol qilinayotgan ovqatning sifati, miqdori, ovqatni iste’mol qilish vaqti va uning hazm bo‘lish jarayoniga asosiy e’tiborini qaratmog‘i lozim.

Abu Ali ibn Sino

Maslahatlar

Faqat tabiiy mahsulotlardan foydalaning. Har kuni meva va sabzavotlar iste’mol qiling. Turli xil o‘simlik moylaridan foydalaning. Kun

tartibiga rioya qiling. Uglevodli oziq-ovqat mahsulotlaridan chekla-ning. Tuzdan me'yorida foydalaning.



Topshiriqlarni bajaring

4-topshiriq. Oziq-ovqat haqidagi maqollarni o'qing. Ular qanday ma'noga ega ekanligini partadoshingiz bilan birga muhokama qiling.

Oz demak – soz demak,
Oz yemak – soz yemak.

Taom tuz bilan,
Tuz o'lchov bilan.

Suv ichadigan qudug'ingga tupurma.

Taom lazzati o'zida – odam lazzati so'zida.

O'zbek xalq maqollari

5-topshiriq. 2 ta savol tuzing. Ulardan bittasi to'g'ri ovqatla-nish tarafdoriga, ikkinchisi esa to'g'ri ovqatlanishga qarshi bo'lgan insonga berilishi kerak.

1. Savol (qo'llab-quvvatlovchiga) .....
2. Savol (qarshi tarafga) .....

6-topshiriq. Quyidagi matnni o'qing. "Qandli diabet" kasalligi noto'g'ri ovqatlanish bilan bog'liqmi? Javobingizni asoslang.

Qandli diabet (qand kasalligi) asoratlari xavfli bo'lgan kasal-liklardan biri bo'lib, uni har bir bemor mustaqil ravishda o'z taom-nomasi va yo'riqnomalari orqali nazorat qilib borishi hamda ijobiy natijaga erishishi mumkin.

Qandli diabet kasalligining tomirlardagi asorati jismoniy mashqlar tufayli bartaraf etiladi.

Kundalik jismoniy mashqlardan tashqari bir qancha harakatli mashg'ulotlar, masalan, velosiped minish, konkida uchish, suvda suzish, raqsga tushish, yugurish va gimnastika bilan shug'ullanish ham profilaktik tadbirlar sirasiga kiradi.

7-topshiriq. Javoblaringizni daftaringizga yozing. Matndagi qaysi ma'lumotlar siz uchun yangilik bo'ldi?

8-topshiriq. Malikaga to‘g‘ri ovqatlanishi uchun organizmga foydali bo‘lgan oziq-ovqat mahsulotlarini tanlashga yordam bering. Quyidagi raqamlangan oziq-ovqatlarning qaysilarini iste’mol qilishni taklif qilgan bo‘lar edingiz? Nega qolgan mahsulotlarni iste’mol qilishni taklif qilmadingiz?

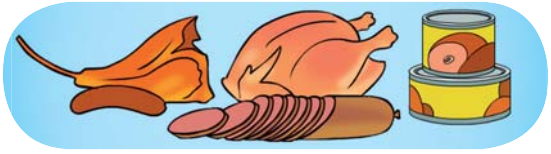


1


2


3


4


5


6


Darajangizni aniqlang

9-topshiriq.
Quyidagi savollarga javob topib, daftaringizga yozing:
1. Siz uchun qaysi ma’lumot yangi hisoblanadi?
2. Ushbu mavzudagi yangi so‘zlarning qaysi biri yodingizda qoldi?
3. Qaysi topshiriqlarni qiziqarli deb topdingiz?
4. Qaysi topshiriqlar siz uchun murakkablik qildi?

Mustaqil tayyorlash uchun topshiriq

Har bir inson nonushta to‘g‘ri ovqatlanishning eng muhim bosqichi ekanini yaxshi bilishi kerak. Nonushta maktabda bizga kerak bo‘ladigan quvvatni beradi. Shuning uchun nonushta to‘yimli va foydali bo‘lishi kerak. Nonushtaga vitaminga boy turli xil bo‘tqalar, quymoq yoki tvorog iste’mol qilishimiz mumkin. Buterbrodlarni nonushtada yeyish tavsiya etilmaydi.

Tushlik ikkita taomdan iborat bo‘lishi kerak: birinchisi suyuq ovqat, ikkinchisi quyuq taom, masalan, qaynatilgan guruch va kotlet. Sabzavotli salatni ham iste’mol qilishni esdan chiqarmaslik kerak, bu ovqat hazm qilishni yaxshilaydi.

Kechki ovqat yengil hazm bo‘ladigan taom bo‘lishi lozim. Chunki juda to‘yimli ovqatni hazm qilishda ichki organlarimiz zo‘riqib ishlay boshlaydi, natijada turli kasalliklarga chalinishimiz ehtimoli ortib boradi. Shuning uchun kechki ovqatni me’yorida iste’mol qilish kerak.

Ushbu ma’lumotlarga tayanib, o‘zingizning bir kunlik ovqatlanish tartibingizni tuzing va unga rioya qilgan holda ushbu jarayonni daftaringizga qayd etib boring.

Sana ..... Hafta kuni ..... .

Nonushta	Tushlik	Kechki taom	Maktabdagi yegulik
1.			
2.			
3.			
Xulosa:			

31–32-MAVZU: EKOLOGIK XAVFLAR

Bugun quyidagilarni o‘rganasiz:

1. Tabiat va inson o‘rtasidagi munosabatlarda qanday muammolar mavjud?
2. Ekologik muammolarning sabablari nimada?
3. Ekologik xavfsizlik nima?

Diqqat bilan o‘qing



INSON har doim TABIAT bilan tinchlik va uyg‘unlikda yashagan, uni oziqlantirib, hayot uchun zarur bo‘lgan narsalarni yaratgan. Tamaddun (sivilizatsiya)ning dastlabki qadamlaridan boshlab tabiat inson ta’siri ostida o‘zgardi. Buni jamiyat va tabiat o‘rtasidagi o‘zaro ta’sirning uchta asosiy davri orqali yaqqol ko‘rish mumkin. Birinchi bosqichda inson hayoti tabiiy sharoitlarga to‘liq bog‘liq edi. Bu davrda odamlar yig‘im-terim, ov qilish bilan shug‘ullanishgan va tabiatga hech qanday ta’sir ko‘rsatishmagan.

Taxminan 10 ming yil oldin insoniyat aqliy va jismoniy jihatdan rivojlanib, jamoaviy mehnat ko‘nikmalariga ega bo‘ldi. Endi odamlarga tabiat beradigan narsani olishning o‘zi kifoya qilmadi hamda dehqonchilik va chorvachilikni o‘rganishdi. Insonning tabiatga ta’siri sezilarli darajada oshdi: u o‘rmonlarni kesish, yerosti boyliklarini qazish, uylar va shaharlar qurishni boshladi.

Bugungi davrni sanoat va ilmiy-texnologik kashfiyotlar asri, deb atash mumkin. Insoniyat muvaffaqiyatli tarzda rivojlanmoqda, qo‘l mehnati mashinaga almashtirildi va avtomatlashtirildi. Aholining ko‘payishi bilan uning ehtiyojlari ham o‘smoqda. Natijada ishlab chiqarish hajmi oshmoqda, tabiatdan yanada ko‘proq resurslar qazib olinmoqda. Bu esa tabiatga ta’sir darajasining oshishiga, uning o‘zini o‘zi davolash qobiliyatining pasayishiga olib kelmoqda. Boshqacha qilib aytganda, tabiat odamlar yo‘q qiladigan va iste’mol qiladigan narsalarni qayta tiklashga ulgurmayapti. Bu esa inson hayotiga tahdid soluvchi ekologik muammolarning paydo bo‘lishiga va ularning yanada kuchayishiga sabab bo‘lmoqda.

Savollarga javob bering

1-topshiriq. Inson (jamiyat) va tabiat o‘rtasidagi munosabatlar jadvalini o‘rganing. Savollarga javob bering.

1. Inson tabiatdan nima oladi?
2. Inson tabiatga nimani qaytaradi? Nega bunday bo‘lmoqda?
3. Bu bilan tabiatda nima sodir bo‘ladi?
4. Tabiat insonga qanday munosabatda bo‘ladi?
5. Tabiatni asrab qolish uchun inson qanday harakatlar qilishi kerak?
6. Atrof-muhit muammolariga kim javobgar?

INSON VA TABIAT MUNOSABATLARIDAGI MUAMMOLAR

TABIAT INSONGA BERDI



Foydali qazilmalar, neft, gaz, suv, o‘rmon, hayvonlar, o‘simliklar – bularning bari hayot va rivojlanish uchun zaruriy vositalardir.

Inson shaharlar, fabrikalar, zavodlar, elektrostansiyalar qurdi, daryolar va botqoq suvlarini qurit-di, yaylovlar va qishloq xo‘jaligi dalalari uchun joy ajratdi. Avtomobillar, raketalar, samolyotlar, qurol-yarog‘ va harbiy texnika ishlab chiqarishni ko‘paytirdi, kosmik va sun’iy yo‘ldoshlarni fazoga olib chiqdi. Maishiy texnika, mebel, kiyim-kechak, poyabzal, oziq-ovqat kabi insonga zaruriy boshqa ko‘plab mahsulotlar ishlab chiqarishni ko‘paytirdi.

INSON TABI-ATGA QAY-TARDI



Suv va tuproqqa: kimyoviy moddalar, neft, neft mahsulotlari, plastmassa, sanoat va kanalizatsiya chiqindilari, zaharli moddalar bo‘lgan simob, qo‘rg‘oshin, og‘ir metallar, margimush, kimyoviy o‘g‘itlar, radioaktiv chiqindilar va boshqalar.

Atmosferaga: zaharli gazlar va moddalar: uglerod oksidi, oltingugurt oksidi, azot oksidi, freon; qo‘rg‘oshin, qo‘rg‘oshinning organik birikmalari, uglevodorodlar; ko‘p miqdordagi zarra moddalar: chang, cho‘kindi tutuni, qora kuyindi.

TABIATNING INSONGA JAVOBI



Okeanlar, dengizlar, suv havzalari, tuproq, atmosfera ifloslanmoqda, ozon tuynuklari paydo bo‘lmoqda, butun ekotizimlar nobud bo‘lmoqda, o‘simlik va hayvon turlari yo‘q bo‘lib ketmoqda. Yer hududlari o‘zgarmoqda, global isish sodir bo‘lmoqda, radioaktiv nurlanish kuchaymoqda, muzliklar erib, okeandagi suvlar chuchuklashib, okean oqimlari o‘zgarmoqda.

Kataklizmlar tobora kuchayib bormoqda: sunamilar, dovullar, zilzilalar, toshqinlar. Iqlim o‘zgarmoqda, atrof-muhit va insonlarning sog‘lig‘i yomonlashmoqda. Viruslar paydo bo‘lmoqda va bakteriyalar mutatsiyaga uchrab, yangi kasalliklar kelib chiqmoqda. Yuqumli kasalliklar epidemiyasi va pandemiyasi yuzaga kelmoqda. Odamlar qurbon bo‘lmoqda.

INSONNING KEYINGI QADAMI QANDAY BO‘LADI?

Diqqat bilan o‘qing

Atrof-muhit va insoniyatning yo‘q bo‘lishiga olib keladigan muammo *ekologik muammo* deb nomlanadi.

Yer sayyorasida deyarli har kuni tabiat hodisalari – kataklizmlar sodir bo‘ladi. So‘nggi asrda kataklizmlar soni qariyb 20 baravar ko‘paydi. Yigirmanchi asrning boshlarida dunyoda yil davomida o‘ndan ortiq, asrning o‘rtalarida esa ellikka yaqin tabiiy yoki texnogen hodisalar ro‘y bergan. Bugungi kunda esa bu ko‘rsatkich yil davomida ikki yuzdan ortmoqda. Har kuni jamiyatning ekologik xavfsizligiga tahdid soluvchi bu kabi hodisalar tobora ko‘payib bormoqda.



8 – Tarbiya, 6- sinf












YER


Bilasanmi, men endi boshqa bardosh berolmayman.

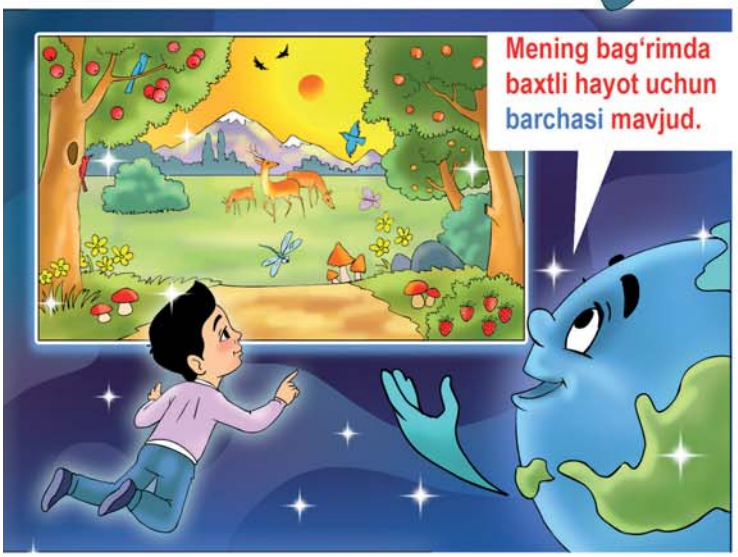

Men senga buni hikoya qilib berishim kerak. Meni diqqat bilan tingla.

Mening nomim Yer.
Men sen yashaydigan Quyosh tizimidagi sayyoralardan biriman.
Men o‘rmonlardan, tog‘lardan, okeanlardan, dengizlardan, daryolardan tashkil topganman.



Mening o‘rmonlarimda hayvonlar va qushlar, dengiz va okeanlarimda baliqlar yashaydi.
Mening yoshim 4,5 milliarddan oshgan.







Agar shunday davom etsa, men tez orada halok bo‘laman. Biroq men halok bo‘lsam, butun insoniyat halokatga uchraydi. Iltimos, menga yordam ber!!!









Savollarga javob bering

1. Sizningcha, insonning bir o‘zi ekologik muammolarni hal qilishga katta hissa qo‘sha oladimi?
2. Siz ekologik muammolarni hal qilishga yordam berish uchun nima qilyapsiz yoki qilasiz?
3. Oilangiz, do‘stlaringiz, qo‘shnilaringizga atrof-muhitga zarar yetkazishlari orqali tabiatga qanday xavf tug‘dirayotganlarini tushunishlari uchun nimalar haqida aytishni xohlardingiz?
4. Hozirning o‘zidayoq ekologik muammolarni hal qilishda faol yordam berish uchun qanday maslahat bera olasiz?



Guruhda ishlash

“BIZNING BIRINCHI EKOBOG‘” LOYIHASI

Loyihaning maqsadi: chiqindilarni yo‘q qilish va qayta ishlash muammosini hal qilishda ko‘maklashish, qadrdon o‘lkamizni ko‘kalamzorlashtirishga hissa qo‘shish.

Sinf ikki jamoaga bo‘linadi. Jamoaga yetakchi tanlanadi.	
Birinchi jamoaning vazifasi:	Ikkinchi jamoaning vazifasi:
Qog‘oz chiqindilarini to‘plash	Plastik buyumlarni to‘plash

1. To‘plangan chiqindilarni yig‘ish punktiga yetkazish.
2. Olingan daromad – mablag‘ga gul urug‘lari va daraxt ko‘chatlarini sotib olish.
3. Maktab uchastkasiga ko‘chatlar ekish va gulzorlarni parvarishlash.
4. “Ekologiya” mavzusiga oid rasm va fotosuratlar stendini tayyorlash.
5. “Qog‘oz varag‘ining ikkinchi hayoti”, “Plastik idishlarning ikkinchi umri” mavzularida taqdimot tayyorlash.

Topshiriqlarni bajaring

2-topshiriq. 5-sinf darsligida berilgan ekologik muammolarni eslang. Guruhda muhokama qiling. Daftaringizga quyidagi jadvalni chizing. Ekologik obyektlar bilan bog‘liq muammolar va ularning oqibatlari haqidagi fikrlaringizni jadvalga yozing.

	Ekologik obyektlar	Obyektlarning ahamiyati	Ekologik muammolar	Ekologik muammolarning oqibatlari
1.	Suv	–	–	–
2.	Atmosfera (havo)	–	–	–
3.	O‘rmon	–	–	–
4.	Hayvon va o‘simlik	–	–	–
5.	Global isish	–	–	–

3-topshiriq. O‘zbekistondagi umumta’lim maktablari o‘quvchilarining umumiy soni taxminan 6 119 440 nafar bolani tashkil etadi.

1. Agar har bir jamoa 15 kishidan iborat bo‘lsa, umumiy o‘quvchilar sonidan nechta jamoani yig‘ish mumkin?
2. Agar har bir jamoa gul ekib, bitta gulzor yaratsa, O‘zbekistonda nechta gulzor paydo bo‘ladi?
3. Agar har bir jamoa 5 tadan ko‘chat o‘tqazsa, O‘zbekistonda nechta daraxt paydo bo‘ladi?

4-topshiriq. Bitta katta daraxt yiliga taxminan 120 kilogramm kislorod ishlab chiqaradi, ya’ni deyarli 100 kubometr. Bu bir yil davomida uch kishilik oila nafas olishi uchun yetarli hisoblanadi.

1. Maktab o‘quvchilari tomonidan ekilgan daraxtlar o‘sib ulg‘ayganida, ular yiliga qancha kilogramm kislorod ishlab chiqarishi mumkin?
2. Maktab o‘quvchilari tomonidan ekilgan barcha daraxtlar ishlab chiqargan bir yillik kislorod miqdori bilan yil davomida qancha odam nafas olishi mumkin?

www.idum.uz

MUNDARIJA

I bob.Men insonman 4
1 – 2-mavzu: Men “oltin qoida” bo‘yicha yashayman 4
3 – 4-mavzu: Rostgo‘ylik va burchni his etib yashash 11
5 – mavzu: Adolat – hayot haqiqati 16
6 – 7-mavzu: Minnatdorlik yuragimda yashaydi 20
8 – mavzu: Kechirimlilik kuchlilar xislatidir 27
9 – mavzu: Sabr-toqatlilik 31

II bob. Men fuqaroman 35
10 – mavzu: Ona yurtim – oltin beshigim 35
11 – 12-mavzu: Mening mahallam – mening faxrim 38
13 – 14-mavzu: Xatti-harakat qanday bo‘lsa, oqibat ham shunday bo‘ladi 47
15 – 16-mavzu: Bilim ol, kasb-hunar tanla! 53

III bob. Men va mening do‘stlarim 60
17 – 18-mavzu: Zamonaviy texnologiyalar ezgulik xizmatida 60
19 – 20-mavzu: Salomatlik – ulkan boylik 66
21 – 22-mavzu: Do‘stlik va mehr-oqibat 73
23 – 24-mavzu: Rostgo‘ylik va halollik 79
25 – mavzu: Ishonchli va ishonchsiz axborotlar 86

IV bob. Oila – kichik Vatan 89
26 – 27-mavzu: Oila – qadriyatlar beshigi 89
28 – 29- mavzu: Oilaviy kitobxonlik 94
30 – mavzu: To‘g‘ri ovqatlanish qoidalari 98
31 – 32- mavzu: Ekologik xavflar 103

O‘quv nashri

**MUHAMMADJON QURONOV, YULIYA RISYUKOVA,
OKSANA TIGAY, OLESYA USMANOVA,
SANJAR XAFIZOV**

Tarbiya

*Umumiy o‘rta ta’lim maktablarining
6-sinf o‘quvchilari uchun darslik*

Muharrir *Javlon Yaxshiboyev*
Rassomlar: *N. Jo‘raboyev, A.Jabborov, A. Umerov*
Badiiy muharrir *Izzat Yo‘ldoshev*
Texnik muharrir *Elena Tolochko*
Musahhihlar: *Malohat Ibragimova, Dono To‘ychiyeva*
Sahifalovchi *Kamoliddin Nadjmiddinov*

Nashriyot litsenziyasi: AI № 290. 04.11.2016.
Original-maketdan bosishga ruxsat etildi 7-dekabrda 2020 yil. Bichimi 60x84 $^{1}/_{8}$
Kegli 12 shponli. “Arial” garniturasi. Ofset bosma usulida bosildi.
Adadi 674113. Buyurtma №

Dizayn konsepsiyasi va uslubi bosh pudratchi “Kolorpak”
MCHJ tomonidan ishlandi.

COLORPACK
время ярких решений

G‘afur G‘ulom nomidagi nashriyot-matbaa ijodiy uyi.
Toshkent shahri, 100128, Labzak – 86
Shartnoma № 000-000

www.gglit.uz info@gglit.uz

Ijaraga berilgan darslik holatini ko‘rsatuvchi jadval

№	O‘quvchining ismi va familiyasi	O‘quv yili	Darslikning olingandagi holati	Sinf rahbari-ning imzosi	Darslikning topshirilgan-dagi holati	Sinf rahbari-ning imzosi
1						
2						
3						
4						
5						
6						

Darslik ijaraga berilib, o‘quv yili yakunida qaytarib olinganda yuqoridagi jadval sinf rahbari tomonidan quyidagi baholash mezonlariga asosan to‘ldiriladi:

Yangi	Darslikning birinchi marotaba foydalanishga berilgandagi holati.
Yaxshi	Muqova butun, darslikning asosiy qismidan ajralmagan. Barcha varaqlari mavjud, yirtilmagan, ko‘chmagan, betlarida yozuv va chiziqlar yo‘q.
Qoniqarli	Muqova ezilgan, birmuncha chizilib, chetlari yedirilgan, darslikning asosiy qismidan ajralish holati bor, foydalanuvchi tomonidan qoniqarli ta’mirlangan. Ko‘chgan varaqlari qayta ta’mirlangan, ayrim betlariga chizilgan.
Qoniqarsiz	Muqova chizilgan, yirtilgan, asosiy qismidan ajralgan yoki butunlay yo‘q, qoniqarsiz ta’mirlangan. Betlari yirtilgan, varaqlari yetishmaydi, chizib, bo‘yab tashlangan. Darslikni tiklab bo‘lmaydi.