Tarbiya

3



novda

Education Alliance Finland

TIER 1

CERTIFIED

www.idum.uz saytidan yuklab olindi

O. V. Usmanova
Y. V. Risyukova

Tarbiya

3-sinf

Umumiy o'rta ta'lim maktablari
uchun darslik

Ta'limni rivojlantirish Markazi huzuridagi ilmiy-metodik
kengash tomonidan tavsiya etilgan.

TASDIQLANGAN
PLAGIATGA QARSHI
TASDIQLANGAN

novda
edutainment
Toshkent – 2023

O'ZBEKISTON RESPUBLIKASI
FARG'ONA VILOYATI
RISHTON TUMANI
MAKTABGACHA VA MAKTAB
TA'LIMI BO'LIMI
33-UMUMIY
O'RTA TA'LIM
MAKTABI
№ 58
18. 10 2023 y.

www.idum.uz saytidan yuklab olindi

UO'K: 17(075.3)
KBK 87.7ya72
T 23

Usmanova O. V., Risyukova Y. V.
Tarbiya 3-sinf [Matn] : darslik / O. V. Usmanova, Y. V. Risyukova - Toshkent : Novda Edutainment, 2023. - 104 b.

Taqrizchilar:

Sh. T. Rizayev – Kinematografiya agentligi bosh direktori o'rinbosari, professor, O'zbekistonda xizmat ko'rsatgan yoshlar murabbiyi;
B. N. Karimov – Alisher Navoiy nomidagi Toshkent davlat o'zbek tili va adabiyoti universiteti professori, filologiya fanlari doktori, O'zbekistonda xizmat ko'rsatgan yoshlar murabbiyi;
Sh. O. Ergasheva – O'zbekiston Respublikasi Oliy ta'lim, fan va innovatsiyalar vazirligi bosh mutaxassisi, filologiya fanlari nomzodi.

Shartli belgilar:



Yangi ma'lumotni o'rganing



Savollarga javob bering



Vaziyatni o'rganing



Ijodiy topshiriq



Uy vazifasi



Bu – qiziq!



Topshiriqni bajaring



Og'zaki topshiriq



Guruh bo'lib ishlang



Eslab qoling!



Xalq o'gitlari



Tabiatni asrang

ISBN 978-9943-9690-0-1

© O. V. Usmanova
© "Novda Edutainment", 2023

Aziz bolajon!

Qo‘lingizda uchinchi sinf uchun mo‘ljallangan “Tarbiya” darsligi. Umid qilamizki, bu darslik siz uchun foydali, u bilan ishlash esa maroqli bo‘ladi.

Kitobda siz uchun turli mavzudagi ma’lumotlarni, topshiriqlarni jamladik. Ular yordamida siz turli vaziyatlarda to‘g‘ri qaror qabul qilishni, o‘z his-tuyg‘ularingizni, birovlarning quvonch va kechinmalarini his qilishni, tushunishni o‘rganasiz. O‘zbekistonda yashovchi millat va elatlarning urf-odatlari, madaniyati haqida ham qiziqarli ma’lumotlarni bilib olasiz.

Bilimlar olamiga sayohatingiz foydali va qiziqarli bo‘lsin!



VATANIM HAQIDA NIMALARNI BILAMAN?



Madina, esingdami, yozda shaharni aylanib yurganimizda maydonda juda katta bayroq ko‘rgan edik?



Ha, esimda. Bayroq ham xuddi gerb va madhiya kabi davlatimiz ramzi hisoblanadi. Sport musobaqalarida qaysi davlatning sportchisi g‘olib bo‘lsa, o‘sha davlatning bayrog‘i ko‘tariladi, keyin madhiyasi yangraydi. Shahar yoki qishloqda birorta binoning ustida bayroq ko‘rsang, demak, bu davlat muassasasi bo‘ladi.



Davlat gerbi pulda ham bor-a?



Ha, bor. Deyarli har bir davlatning o‘z valyutasi, ya’ni pul birligi bor. Qog‘oz pul yoki tangada mashhur insonlar, me’moriy obidalar, tarixiy binolar tasviri bo‘ladi.



Amir ta'tilda ota-onasi bilan chet elga, qarindoshlarinikiga bordi. O'ynagani hovliga chiqqanida u yerlik bolalar Amirga "O'zbekiston haqida gapirib ber-chi", – deb qolishdi. Amir nima deyishini bilmay qoldi. "O'zbekistonning aytarli hech narsasi yo'qmi?" – dedi bolalardan biri. Amir alamidan yig'lab yuboray dedi.

1. Nima deb o'ylaysiz, Amir bu voqeadan qanday xulosa chiqardi?
2. Amirning o'rnida bo'lsangiz, O'zbekiston haqida nimalarni aytib bergan bo'lardingiz?

Vatanga muhabbat, o'z xalqining qadriyatini, madaniyatini hurmat qilish, yurtini qo'riqlash va himoya qilishga doim tayyor turish – vatanparvarlik deb ataladi.



Do‘pka voqeasi



Do‘pka – bu kepkaning sharqona naqshlar bilan bezatilgan ko‘rinishi. U o‘zining kim ekanligini, naqshlarining ma’nosini bilgisi kelardi. Unutilmas sayohatga yo‘l olishni orzu qilardi. Do‘pkaning yo‘lida uchragan qahramonlar bilan suhbatidan biz boshqa turli xildagi do‘ppilarda aks ettirilgan naqshlar va ularning kelib chiqishi haqidagi ma’lumotlarni bilib olamiz.



– Men xunuk bo‘lsam kerak... Men hech kimga qiziq emasman, hech kim oldimga kelmayapti. Meni hech kim kiyib ko‘rmayapti. Menda qanday naqshlar tasvirlanganini ham bilmayman. Qaniydi, menda ham boshqa kepkalarga o‘xshagan belgilar bo‘lsa... Meniki chiroyli bo‘lmasa kerak...

– Sen o‘z ildizingni ham bilishing kerak.

– Ildizimni? Nima uchun? – deb so‘radi Transformer Do‘ppi.

– O‘zligingni, kimligingni bilib, faxrlanish uchun. Buning uchun tug‘ilgan joying tarixini bilishing lozim: u yerda nimalar bor, u yer nimasi bilan tanilgan? Bu narsalarning hammasini bilish lozim. Shunda ko‘p savollarga javobing bo‘ladi.





– Oddiy kepkalarga o‘xshamoqchi bo‘lganingni bilaman. Lekin esdan chiqarmagin: har birimiz noyobmiz. Noyob degani – bu boshqalarga o‘xshamaydigan degani. Senda bor xislatlar boshqalarda bo‘lmasligi mumkin, boshqalardagi xislatlar senda bo‘lmasligi mumkin. Bu kimdir boshqadan yomonroq yoki kimdir birovdan ko‘ra yaxshi degani emas. Har birimizning ajoyib xususiyatlarimiz bor, o‘zimizga xos tabiatimiz va iste’dodimiz bor.

1. Do‘pkaning ko‘rinishi qanday ekan? Aytib bering.
2. Do‘pka nega xafa bo‘ldi?
3. Nima uchun har bir inson o‘zining tarixini, qaysi yurtdan ekanini, bu yurt nimasi bilan mashhurligini bilishi kerak?



Bolalar uchun kitob yozish fikri bir voqeadan keyin paydo bo‘ldi. Bir kuni dugonamga sovg‘a qilish uchun milliy naqshlar chizilgan bosh kiyim sotib oldim. Unga qaradim-u... o‘zimga o‘xshatdim.

Zamonaviy bosh kiyimga o‘zbek milliy naqshlari chizilgan edi. U xuddi menga o‘xshardi. Keyinchalik, kitobning qahramonlari kim bo‘lishini o‘ylab yurganimda, ular bolalar emas, buyumlar bo‘ladi, deb qaror qildim. Shunday qilib, O‘zbekiston bo‘ylab sayohatga otlangan Do‘pka bilan marg‘iloncha Transformer-do‘ppi paydo bo‘ldi. Ular aylanib yurib, Vatanimiz bilan yaqindan tanishib chiqishadi, keyin esa bu haqida boshqalarga aytib berishadi.

Saida Rashidova, kitob muallifi

O‘zingiz tug‘ilgan joy va uning tarixi haqida qisqa hikoya tayyorlang.

O‘ZBEKISTON XALQI – VATANIMIZ FAXRI



– Akmal, kun bo‘yi xonangdan chiqmay, biz ekkan gulga tikilib o‘tiribsanmi?



– Ha, ustozimiz uyga vazifa bergan edi. Mashhur o‘zbekistonliklar haqida ma’lumot topishim kerak. Men bir ajoyib biolog olima bilan gaplashdim. Bu olima kashf etgan foydali mikroblar o‘simliklarning tez o‘sishiga yordam berar ekan. Qoyilmisan, Madina?





– Dilfuza opa, kashfiyotingiz qanchalik muhim? Aytib bering.

– Men ekologik toza meva-sabzavotlar yetishtirish texnologiyasini ixtiro qildim. Ularning tarkibida zararli kimyoviy elementlar bo‘lmaydi. Bunday meva-sabzavotlarni yegan bolalar sog‘lom bo‘ladi.

– Bunday olamshumul kashfiyot qilish uchun nimalarni bilish kerak?

– Hozirgi kunda ilm-fanga tegishli eng so‘nggi ma’lumotlar Internetda ingliz tilida berib borilyapti. Shuning uchun har bir inson o‘zining ona tilini mukammal bilib olgach, chet tillarni, ayniqsa, ingliz tilini yaxshilab o‘rganishi kerak. Ingliz tilini yaxshi bilganim uchun kimyo sohasidagi eng yangi ma’lumotlarni o‘rganib, shular yordamida ushbu texnologiyani kashf qildim.

– Olima bo‘lish uchun necha yil o‘qigansiz?

– Inson olim bo‘lish uchun o‘qimaydi. Avvalo, ilm olish farz bo‘lgani uchun o‘qish kerak. Keyin esa o‘sha ilmlarni insonlarning foydasiga sarflash zarur. Har bir insonda ilmning qaysidir sohasiga qobiliyat bor. O‘sha iste’dodni topib, uni ro‘yobga chiqarish kerak.

– Yirik ilmiy kashfiyotlar qanday qilinadi?

– Inson bu dunyoni, borliqni o‘rganishga qiziqsa, “Nima uchun?” degan savolga javob izlasa, ajoyib yangiliklarga duch keladi. Ilmda har bir ishga ijodiy yondashish kerak, shunda qandaydir kashfiyotlar, ixtirolar qilinadi.

– Inson hayot yo‘lini qanday tanlashi kerak?

– Inson hayotda eng ko‘p qaysi sohaga qiziqsa, ana shu soha uning bir umrlik ishi va kasbiga aylanishi kerak. Chunki hayotimizning asosiy qismi ishxonada o‘tadi. Inson o‘z kasbini sevsa, hayoti mazmunli bo‘ladi, oldiga qo‘ygan maqsadlarga, orzulariga erishadi.

– Nima uchun ilm-fanni tanlash kerak?

– Bugun insoniyat global muammolarga duch keldi: pandemiya, iqtisodiy inqiroz, qashshoqlik, iqlim o‘zgarishi, qurg‘oqchilik va hokazo. Bu muammolarni hal qilishning yagona yo‘li – bu ilm-fan. Sayyoramizni asrab, unda farovon hayot kechirish, insoniyatni toza havo, toza suv, toza yegulik bilan ta’minlash uchun ilm-fan bilan shug‘ullanish kerak. Buning uchun esa bolalikdan ilm olishga qattiq harakat qilish kerak.



Egamberdiyeva Dilfuza Rustamovna,
qishloq xo‘jaligi fanlari doktori, professor,
Butunjahon fanlar akademiyasi a’zosi.

1. Nega Akmal biologiya faniga qiziqib qoldi?
2. Suhbatda sizga eng yoqqan savol qaysi?
3. Dunyoga mashhur olim bo‘lish uchun nima qilish kerak?

Ma‘lumotlarni o‘qib, guruhlarga bo‘lingan holda muhokama qiling. Ular bo‘yicha bir nechta savol tuzib, sinfdoshlaringizdan intervyu oling.

2021-yil 1-iyunda o‘zbekistonlik Sergey Denisenko sayyoramizning eng baland nuqtasiga – 8849 metrlik Everest cho‘qqisiga O‘zbekiston bayrog‘ini o‘rnatdi. Qor-yomg‘irli ob-havoda, qahraton sovuqda, nihoyatda qiyin sharoitlarda kechgan ekspeditsiya salkam ikki oy davom etdi.

Sergey Denisenkoga “O‘zbekiston iftixori” unvoni berildi.



Sergey Denisenko

1





Bahodir Yo‘ldoshev – o‘zbek teatr va kino aktyori, mashhur teatr rejissori. O‘zbekistonda xizmat ko‘rsatgan san’at arbobi. Turli bayram va yirik madaniy tadbirlar, jumladan, Mirzo Ulug‘bekning 600 yilligi, Amir Temurning 660 yilligiga bag‘ishlangan tantanalar, “Sharq taronalari” xalqaro musiqa festivali kabi tadbirlarning sahnalashtiruvchi rejissori. Bahodir Yo‘ldoshev ko‘plab davlat mukofotlari bilan taqdirlangan.

MEN YASHAYOTGAN OLAM

Atrofimizda qarindosh-urug‘larimiz, qo‘shnilarimiz, do‘stlarimiz, sinfdoshlarimiz yashaydi. Ularning orasida o‘zbek, qoraqalpoq, qozoq, tatar, rus, turkman, tojik, qirg‘iz va boshqa millat vakillarini uchratishimiz mumkin. Balki, uzoq yurtlardan – Angliya, Fransiya, Germaniya, Xitoydan kelganlar ham bo‘lishi mumkin.

Biz ular haqida nimalarni bilamiz?



1. Boshqa viloyatda yoki chet elda yashaydigan do‘stlaringiz bormi?
2. Siz ular bilan gaplashib turasizmi? Xat yozasizmi yoki qo‘ng‘iroq qilasizmi? Yana qanday aloqa vositalaridan foydalanasiz?
3. Boshqa shahar yoki davlatdagi odamlarning hayotida nima sizga qiziq tuyuladi?
4. Siz do‘stlaringizga O‘zbekiston haqida nimalarni aytib berishingiz mumkin?

Chet elga borsak, u yerda mehmon ekanimiz esimizdan chiqmasligi kerak. Mezbonlarni hurmat qilib, bizga yaratib bergan sharoitlari uchun ularga minnatdorchilik bildirishimiz lozim. Jamoat joylarida odob saqlab, tartib-qoidalarga rioya qilishimiz shart. Chet elga borishdan oldin u yerda yashaydigan xalqning tilida salomlashish, xayrlashish, rahmat aytishni o'rganib olsak, juda zo'r ish bo'ladi. Bundan tashqari, o'sha yurtning urf-odatlari, tartib-qoidalarini ham bilib qo'yish kerak.



Qaysidir mamlakatga sayohatga bormoqchisiz. Qanday qilib bu mamlakat haqida oldindan ma'lumot to'plash mumkinligini sinfdoshlaringiz bilan muhokama qiling. Sayohatga o'zingiz bilan nimalarni olib borishingiz kerak? O'ylab ko'ring.

Chet ellik o'rtog'ingizga xat yozib, unga O'zbekiston haqida hikoya qilib bering.



1. Xarita bo'ylab qaysi mamlakatlarga, qaysi shaharlarga virtual sayohat qildingiz?
2. Nimalar siz uchun yangilik bo'ldi?
3. Yana qaysi mamlakatlarga borgansiz? Qaysi mamlakatlarga borishni orzu qilasiz?
4. Nima deb o'ylaysiz, sayohat qilish foydalimi? Nima uchun?


5
4
9
8
10
11

SAYYORAMIZGA NIMALAR XAVF SOLMOQDA?

12



Donik degan delfincha tez yordam sirenasi ovozidan uyg'onib ketdi. U deraza oldiga suzib bordi va ukasini okean kasalxonasiga olib ketishayotganini ko'rdi.

– Voy, bechora bolam! – yig'lab yubordi onasi.

– Shuncha chiqindini qanday yutgan ekan-a! – deya mo'ylovi ostidan to'ng'illadi keksa shifokor Laqqa-Baliq.

– Tez orada uyimizni zulmat egallaydi! Quruqlikdan kelgan PLA-STI-KAKL ismli maxluq allaqachon yovuzlik lashkarini to'plab bo'ldi! – gapni bo'ldi Qalandar-Qisqichbaqa. – U allaqachon hamma joyni egalladi! Hatto sizlarning ichingizni ham!

"Ko'p yillar davomida odamzod o'ylamay okeanni plastik chiqindilar va zararli moddalar bilan ifloslantirib kelmoqda", – deya gap boshladi Meduza Aureliya. – Odamlarning burg'ilash mashinalari okean tubini kovlab, bizning odatiy hayot tarzimizni buzishdi. Neft va ko'plab zararli kimyoviy moddalar ko'pincha bizga to'kiladi. Bularning barchasi har qanday dengiz jonivorini maxluq-mutantga aylantiradi. Haligi... Plasti... ham shunga misol.





Kalmar Marik qora va yopishqoq suyuqlik o'zini onasidan ayirgan o'sha musibatli kun haqida batafsil gapirib berdi. U ko'p neft yutib, bir necha kundan so'ng dengiz axlatxonasida o'ziga keladi hamda tanasining shakli, hajmi va rangi o'zgarganini sezib qoladi. Kun sayin uning kuchi ortib bordi. Lekin uning tashqi ko'rinishi oddiy kalmarlarnikidan juda farq qila boshladi.

Bir necha kun va tun davomida dengiz jonzotlari okeanning turli burchaklaridagi chiqindilarni to'plab, bu chiqindilarni qirg'oqqa qaytarish uchun katta chig'anoqlardan, akulalar va kitlarning og'zidan foydalanishdi. Marik hammadan ko'proq harakat qildi. U do'stlariga yordam berishni, umumiy uylarini ko'p yillar davomida to'plangan plastikdan tozalashni juda xohlar edi! Do'stlar okeanning haqiqiy qahramonlariga aylanishdi. Zero, bo'yingiz, vazningiz va yoshingizning umuman ahamiyati yo'q. Muhimi – sizning ona Sayyoramiz, umumiy uyimiz uchun qanchalik foyda keltirishingiz!

Madina Mo'minovaning "Plastikakl kim?" kitobidan parcha

1. Plastikakl dengiz jonivorlariga qanday yomonlik qildi?
2. Dengiz jonivorlari Plastikakl deb kimni aytishyapti? Nima uchun unga bunday nom berishgan?
3. Hikoya qahramonlari Plastikaklga qarshi qanday kurashishdi? Odamlar ularga qanday yordam berishi mumkin?

Kichik guruhlarga bo'linib, dengiz jonivorlari nomidan insonlarga xat yozing. Xatlarni o'qing. Qaysi dengiz jonivorining gaplari eng ta'sirli chiqqanini muhokama qiling.

Donik degan delfincha haqidagi hikoya asosida rasmlar chizing.

O'ZBEKISTON RESPUBLIKASI
FARG'ONA VILOYATI
RISHTON TUMANI
MAKTABGACHA VA MAKTAB
TA'LIMI BO'LIMI
33-UMUMIY
O'RTA TA'LIM
MAKTABI
№ 33
18. 10 2023



Bizning hayotimiz Yer sayyorasining salomatligiga bog‘liq. Agar unga ziyon yetkazsak, o‘zimizning sog‘lig‘imizga zarar yetkazgan bo‘lamiz.

Rasmlarga qarang. Savollar tuzib, sinfdoshlaringizga bering. Ularning javoblarini muhokama qiling. Sizga eng yoqqan savollarni ayting.





Inson hayoti davomida tabiiy boyliklardan tinimsiz foydalanadi. Lekin ko'pincha atrof-muhitga zarar yetkazayotganini sezmaydi. Zavod-fabrikalar suv havzalariga chiqindi tashlaydi, oqibatda juda ko'p baliqlar va boshqa suv hayvonlari qirilib ketadi. Atmosferaga chiqarilayotgan chiqindilar esa bizni quyoshning zararli ultrabinafsha nurlaridan himoya qiladigan ozon qatlamini yemirib tashlaydi.

Shaharlar atrofida tog'dek uyilib yotgan axlatxonalardan chiqqan zaharli kimyoviy moddalar yomg'ir suvi bilan qo'shilib, tuproqqa singishi natijasida yerosti suvlari – ichimlik suvi manbalari ifloslanib boryapti. Inson o'rmonlarga, ko'llarga, daryo-dengizlarga axlat tashlab, tabiatni vayron qilyapti. O'rmonlar, daraxtlar kesilib ketayotgani oqibatida juda ko'p jonivorlar va qushlar yashash joyidan, inson esa toza havodan mahrum bo'lmoqda.

1. Inson faoliyati tabiatga qanday zarar yetkazishi mumkin ekan?
2. Asosiy xavf-xatarlar va ularning kelib chiqish sabablari ro'yxatini tuzing.

Gaplarning davomini toping.

Atrof-muhitni asrash –	**ertaga kech bo‘ladi.**
Tabiatni bugun asramasak,	**bu hayotdir.**
Tabiatni asrash	**barchamizning burchimiz.**
Suv	**insoniyatni asrashdir.**



Quyidagi fikrlar to‘g‘rimi? Kichik guruhlarda muhokama qiling.

1. Insonlar sayyoramizni asrashga hech qanday ta’sir ko‘rsatmaydi.
2. Insonning tabiatga ta’siri yaxshi ham, yomon ham bo‘lishi mumkin.
3. Salbiy ta’sir – o‘rmonlarning kesib tashlanishi, havo va suvning ifloslanishi, jonli tabiatning nobud qilinishi.
4. Tabiat o‘z resurslarini o‘zi tiklab oladi.
5. Insonlar tabiatni muhofaza qilishga ko‘proq e’tibor qaratishi kerak.
6. Tabiatni asrashning yagona usuli sanoatni rivojlantirishdir.

“Tabiatni asrash” mavzusida klaster tuzing.

Global isish Yer kurrasi haroratining uzoq muddat davomida uzluksiz ko'tarilib borishidir. Sezayotgan bo'lsangiz, yoz faslida havo yildan yilga yanada issiqroq bo'lyapti, qishda esa deyarli qor yog'mayapti. Yer yuzida haroratning keskin o'zgarishi o'tmishda ham kuzatilgan. Yer kurrasida bir necha marta muzlik davrlari bo'lgan, harorat keskin pasayib, dunyoning katta qismi muzliklar bilan qoplangan.



Nima uchun bunday bo'lyapti?

Bunga insonning faoliyati sabab bo'lmoqda. Masalan, elektr energiya va avtomobil ishlab chiqarish jarayonida havo ifloslanadi. Yoqilg'i olish, qurilish uchun taxta zarur, taxta ishlab chiqarish uchun esa katta-katta o'rmonlar kesilishi kerak.

Global isish qanday oqibatlarga olib keladi?



- Shimoliy va Janubiy qutblardagi muzliklar erishi natijasida oq ayiqlar, tulen va pingvinlar yashaydigan joylar yo'qolib bormoqda.
- Oxirgi yillarda dengiz sathi tez ko'tarilib boryapti. Buning oqibatida suv toshqinlari kelib chiqib, sohil bo'yida yashovchi insonlarning hayoti xavf ostida qolishi mumkin.
- Yildan yilga tabiiy ofatlar, bo'ronlar, dovullar ko'payib boryapti. Bunday xatarli ofatlar paytida insonlarga ham talafot yetishi mumkin.
- Ob-havo borgan sari isib boryapti. Bu qurg'oqchilikka sabab bo'lishi, insonlar uchun ichimlik suvi va oziq-ovqat miqdori kamayib ketishi mumkin.



Har kunlik tanlovimiz – qanday ovqat yeyishimiz, qaysi kiyimni kiyishimiz, qanday transportda yurishimiz – hammasining atrof-muhitga ta'siri bor. Xo'sh, iqlimning global isishini to'xtatish uchun nima qilish mumkin?





- elektr energiyasidan tejab foydalanish;
- suvni kamroq ishlatish;
- chiqindi miqdorini kamaytirish;
- plastmassani kamroq ishlatish. Plastmassa atrof-muhitga juda katta zarar yetkazadi, chunki u ming yillar davomida chirimaydi;
- avtomobildan kamroq foydalanish;
- kiyim-kechakni kamroq sotib olish, chunki uni ishlab chiqarishga juda ko'p energiya va suv sarflanadi;
- daraxtlar ekish, chunki daraxtlar ko'p bo'lsa, nafaqat toza havo ko'payadi, balki yovvoyi tabiatga ham foydasi tegadi.



1. Iqlimning global isishini kamaytirish uchun har birimiz nima qila olamiz? Shu haqida fikrlaringizni ayting.
2. Avval ham bir necha marta muzliklar davri, iqlim isishi kuzatilgan bo'lsa, nima uchun hozirgi olimlar bundan xavotirlanyapti?

BIZ QANDAY DUNYODA YASHASHNI ISTAYMIZ?



Bu bolalarni birlashtirib turgan narsa nima? O‘ylab ko‘ring.

13

Agar kelajakka tushib qolsangiz, tengdoshlaringizdan nimalarni so‘ragan bo‘lardingiz? O‘z hayotingiz haqida ularga nimalarni gapirib berardingiz?

Kelajakka maktub yozing. Bu maktubni yigirma yildan keyin uchinchi sinfda o‘qiydigan o‘quvchiga yoki o‘sha paytda yashayotgan o‘zingizga yo‘llang.







Kichik guruhlarda “Biz mana shunday dunyoda yashashni istaymiz” degan mavzuda gazeta yoki kollaj tayyorlang. Uni qisqa taqdimot qiling. Eng chiroyli suratlar topgan, eng qiziqarli g‘oyalar bergan sinfdoshlaringizga minnatdorchilik bildiring.

Tabiatni asrash mavzusida rasm chizing.

TENGLIK NIMA?



Biz – Yer kurrasining farzandlarimiz. Terimiz va ko‘zimizning rangi, jinsimiz, yoshimiz har xil bo‘lishi mumkin. Turli qit’alarda yashashimiz, turli millat vakili bo‘lishimiz mumkin. Lekin bizni bitta narsa birlashtirib turadi. Biz – insonlarmiz!

Garchi xilma-xil bo‘lsak ham, har bir insonda bo‘lgani kabi asosiy huquqlarimiz bor. Biz inson bo‘lganimiz uchungina bu huquqlarga egamiz. Bu huquqlar inson huquqlari deb ataladi. Har bir inson munosib hayot kechirishga – oilali bo‘lish, ilm olish, tibbiy yordam olish, o‘zi xohlagan kasbni tanlash huquqiga ega. Inson o‘ziga tegishli masalalarda qaror qabul qilish imkoniyatiga ega bo‘lishi kerak.

Asosiy haq-huquqlarning ta’minlanishi inson qadr-qimmatining shartidir.

Tenglik – insonning asosiy huquqlaridan biri. Bu haqida nafaqat O‘zbekiston Respublikasining Konstitutsiyasida, balki Inson huquqlari umumjahon deklaratsiyasida ham yozib qo‘yilgan: **“Hamma odamlar o‘z qadr-qimmati hamda huquqlarida erkin va teng bo‘lib tug‘iladilar”.**

Inson oilada o‘ziga kerakli hamma narsani oladi. Ikkinchi tomondan, oilaning har bir a’zosi boshqa a’zolarga qo‘lidan kelganicha yordam beradi. Shuning uchun oilada faqat huquqlar emas, majburiyatlar ham bor. Inson ulg‘ayib borgan sari uning huquq va majburiyatlar doirasi ham kengayib boraveradi.

Insonning yoshi ulg‘aygani sari uning oiladagi huquq va majburiyatlari qanday o‘zgarib borishiga misollar keltiring.

Insonning jinsidan qat’i nazar, oilaviy va boshqa munosabatlardagi tengligi “gender tenglik” deb ataladi. Buning ma’nosi shuki, bolalikda qiz bolalar va o‘g‘il bolalar, yoshlikda qizlar va yigitlar, ulg‘ayganda ayollar va erkaklar bir xil huquqlarga: ilm olish, tibbiy yordam olish, sport va san’at bilan shug‘ullanish, kasb tanlash huquqiga egadir.

O‘g‘il va qiz bolalarning tengligiga o‘z hayotingizdan misollar keltiring.

14



1. Laylo nima qilayotgan edi?
2. Bu paytda Samir nima qilayotgan edi?
3. Laylo kasal bo‘lib qolganda Samir nimani tushundi?

O‘qib chiqib, sinfdoshlaringiz bilan o‘quvchilarning huquq va majburiyatlarini muhokama qiling.

Darsdan keyin dam olish	**Tibbiy yordam olish**	**O‘ziga yoqqan mashg‘ulotni tanlash (to‘garak yoki seksiya)**
Maktab oshxonasida ovqatlanish	**Maktabda o‘qish**	**O‘z fikrini bildirish**
Yordam so‘rash	**Darsda topshiriqlarni bajarish**	**Odob-axloq qoidalariga rioya qilish**
Maktab mulkini asrash	**Atrofdagilarni hurmat qilish**	**Kun tartibiga amal qilish**



Inson o‘z huquqlarini himoya qilayotgan paytida boshqalarda ham xuddi unikidek huquqlar borligini unutmasligi kerak. Birovlarning haq-huquqlarini hurmat qiling!



Gender tenglik va inson huquqlari nuqtayi nazaridan qarasak, quyidagi gaplar to‘g‘rimi?

Sport bilan faqat o‘g‘il bolalar shug‘ullanishi mumkin.

Olimpiadada o‘g‘il bolalar ham, qiz bolalar ham qatnashishi mumkin.

Gimnastika bilan faqat qiz bolalar shug‘ullanishi mumkin.

Faqat o‘g‘il bolalar o‘z oldiga maqsad qo‘yib, keyin unga erishadi.

Bolalar o‘ynaydigan maydonchaga o‘g‘il bolalar ham, qiz bolalar ham borishi mumkin.

Orzu faqat qiz bolalarda bo‘ladi.

O‘g‘il bolalar kelajakda ishlab, pul topishi kerak.

Uy ishlarini faqat qizlar qilishi kerak.

O‘g‘il bolalar ham, qiz bolalar ham ilm olishi kerak.



“Tenglik” mavzusida klaster tuzing.

KAMSITISH NIMA?



1. Bu rasmda nima tasvirlangan? Nima deb o‘ylaysiz?
2. Hayotda ham shunday holatlarni ko‘rganmisiz?
3. Nima uchun bunday holatlar sodir bo‘ladi?

Kamsitish, ajratish – jamiyatdagi muammolardan biri bo‘lib, millionlab insonlarning huquqlari poymol bo‘lishiga olib keladi.

Butun insoniyat tarixida kamsitishlar bo‘lib kelgan. Hatto bugungi kunda ham, bu illatni bartaraf qilishga qancha harakat qilmaylik, kamsitish bilan bog‘liq muammolar uchrab turadi.

Kamsitish nima uchun paydo bo‘ladi? Chunki inson tabiatida “o‘zimiznikilar” va “begonalar” deb ajratishga moyillik bor. Agar “o‘zimiznikilar” bo‘lsa, yordam beramiz, yonini olamiz. “Begonalar” bo‘lsa, ularga yomon ko‘z bilan qarashimiz mumkin. Shuning uchun ba‘zan odamlar o‘ziga o‘xshamaganlarga bosim o‘tkazishga harakat qiladilar. Afsuski, bunday munosabat hatto maktabda, sinfda ham uchrab turadi.

Kamsitish huquqlarni poymol qilish, insonlarning ma’lum bir toifasiga nisbatan ko‘r-ko‘rona yomon munosabatda bo‘lishdir.

Masalan, ba’zi odamlarni terisining rangi, jinsi, yoshi, millati, dini yoki tili boshqacha bo‘lgani uchun yomon ko‘rishadi, yakkalab qo‘yishadi, chetga surishadi. Ayniqsa, imkoniyati cheklangan, nogiron odamlar bunday kamsitish, odam ajratishdan juda qattiq ozor chekadi.

Kamsitish, yomon ko‘rish va odamlarning o‘zaro tortishuvi boshqa-boshqa narsalardir. Bularning farqini ajrata olish kerak.

Kamsitishning asosiy belgilari:

- biror tashqi belgisi uchun odamga ko‘r-ko‘rona yomon munosabatda bo‘lish;
- bir odamni o‘zidan past sanab, uni haqoratlash, xo‘rlash;
- birovlarning madaniyati, dini, an’analari, tushunchalariga oshkora nafrat bilan qarash;
- o‘zidan boshqacha odamlardan o‘zini ustun bilish.



Quyidagi gaplarni o‘qib, sinfdoshlaringiz bilan muhokama qiling.
Qaysi gapda kamsitish belgilari bor? Qaysi gapda bolalar o‘rtasidagi tortishuv belgilari bor?

- Bola o‘rtoqlaridan xafa bo‘lib, ular bilan o‘ynashga bormadi.
- Maktab o‘quvchisi bog‘cha bolalarini masxara qilyapti.
- Qiz o‘g‘il bola bilan bir partada o‘tirishni xohlamayapti.
- U imkoniyati cheklangan bolalarning ustidan kulyapti.
- Bola sinfdoshinikiga mehmonga borishdan bosh tortdi.
- Ular “O‘g‘il bolalar qiz bolalardan aqlliroq”, dedilar.
- Qizchaning maktabga borgisi kelmayapti, chunki sinfdoshlari doim uni masxara qilishar ekan.

Qanday xislatlar insonga kamsitish belgilarini sezishga va unga qarshi turishga yordam berishini o‘ylab ko‘ring va yozing.

Rasmlarga qarang va gaplarni o‘qing. Bu voqealarda kamsitish belgilari bormi? Sinfdoshlaringiz bilan muhokama qiling. Kimning huquqlari poymol qilinyapti? Kamsitish bo‘lmasligi uchun nima qilish kerak?











Tengdoshlarimiz orasida, sinfda, maktabda, uyda kamsitishlar bo‘lmasligi uchun nima qilish kerak? Biz bunga qanday hissa qo‘sha olamiz? O‘ylab ko‘ring.

SINFDAGI MUHIT

Vaziyatlarni o‘qing. Rasmlarga diqqat bilan qarang.

1-vaziyat. Bolalar “qalpoq” degan o‘yin o‘ylab topishibdi. Qalpoqni bir-biriga otishadi, qo‘liga qalpoq tushgan odam xuddi qalpoq uning qo‘lini kuydirayotgandek, tezgina boshqa odamga otib yuboradi. Qalpoqning egasi ham ularga qo‘shilib, qalpoqni otib o‘ynaydi, qotib-qotib kuladi. Bugun uning qalpog‘ini otib o‘ynashgan bo‘lsa, ertaga boshqa bolaning qalpog‘ini otishadi. Birpas qalpoq otishgach, hazil-huzul qilib ketaverishadi.





2-vaziyat. Kecha ham shu bolaning qalpog‘ini otib o‘ynashgan edi, bugun ham otishyapti, ertaga ham xuddi shunday bo‘ladi. Har kuni shu ahvol. Shunchaki otib o‘ynashsa ham mayli edi, lekin bolalar uni masxara qilib, ustidan kulishadi; boshi sovqotsa ham qalpog‘ini tortib olishadi; yalinsa ham berishmaydi. Oxirida esa qalpog‘ini qo‘liga bermay, yerga otib, o‘zlari alohida ketishadi, bu bolani o‘zlariga qo‘shishmaydi.

1. Birinchi rasmdagi bolalarning kayfiyati qanday?
2. Ikkinchi rasmdagi bolalar nima qilyapti?
3. Bu vaziyatlardagi asosiy farq nimada?

Kimnidir doim xafa qilishsa, haqoratlashsa, biror narsasini olib, yashirib qo‘yishsa, zarar yetkazishsa, turtkilashsa, xo‘rlashsa, qo‘rqitishsa – bu ingliz tilida “bulling” deyiladi. Kimnidir yakkalab qo‘yishsa, doim jahlini chiqarishsa, u bilan hech kim gaplashmasa, birga o‘tirmasa, yonida turmasa, so‘rashmasa, u haqida yomon gaplar tarqatishsa, g‘iybat qilishsa – bu ham “bulling” bo‘ladi.

Siz o‘ynayotgan o‘yin hamma qo‘shilib o‘ynaydigan, hamma xursand bo‘ladigan o‘yinmi yoki yo‘qmi? Buni qanday bilsa bo‘ladi? Qaysi holat bullingga o‘xshayapti?

Hamma xursand

Ular bilan o‘ynamaslikning iloji yo‘q

Kimnidir masxara qilishadi

Hamma o‘z xohishi bilan o‘ynaydi

Bundan kimdir xafa bo‘ladi yoki qo‘rqadi



Birovning ustidan kulish yomon ishligini hamma biladi. Unda nima uchun shunday qilishadi?

Ko'pincha ayb o'sha hamma ustidan kulayotgan bolaning o'zida ekandek tuyuladi: "O'zi qanaqadir g'alati bola, hammaga o'xshamaydi (haddan tashqari aqlli yoki tentak, juda semiz yoki ozg'in, boshqacha kiyinadi, gapirishi boshqacha)". Ba'zan hammasini biror bezori boshlagandek, keyin boshqalar ham unga qo'shilgandek tuyuladi. Lekin aslida bulling "birovning ustidan kulish maza" degan yaramas qoidaga amal qiladigan jamoa kasalligidir. Bu kasalni esa hamma birlashib yo'q qilishi mumkin.



Ko'pincha bolalar kimdir ular haqida yomon va haqoratli so'zlar aytsa, xafa bo'ladilar. Ammo o'ylab ko'rsangiz, boshqalarning so'zlari bilan biz yomon bo'lib qolmaymiz-ku. Aksincha, haqoratli so'zlarni aytganlar haqida taassurotimiz salbiy tarafga o'zgaradi.

Anvar doskada masala yechayotgan edi, ko‘paytirishda xatoga yo‘l qo‘ydi. Nodir buni ko‘rib, “Voy ahmoq” dedi.



1. Nodir shunday desa, Anvar rostdan ham ahmoq bo‘lib qoladimi? Yoki masalani noto‘g‘ri yechadigan bo‘lib qoladimi? Karra jadvalini esidan chiqarib qo‘yadimi? Anvarning o‘rtoqlari uni yomon ko‘rib qoladimi?
2. Nodirning qilgan ishi to‘g‘rimi? Atrofdagilar buni qanday qabul qiladi?

Komilaning dadasi uy sotib oldi. Yangi uyga ko'chib kelishdi. Endi Komila shu yerdagi maktabga boradigan bo'ldi. U sinfga kirib kelib, salom berdi:

– Ass...ss.. salom...

Komila hayajonlansa, har doimgidan ham ko'proq duduqlanib qolar edi.

– Iya, sen duduqmisan? – kuldi Umida. Unga qo'shilib, yana bir-ikkita bolalar ham kulib yuborishdi.

– Umida, juda qo'pol gapirding. Bizning sinfda bunday muomala qilinmaydi! – o'qituvchi shunday deb Umidaga qarab qo'ydi.

Komilaning ustidan kulgan bolalar xijolat bo'lib qolishdi. Shu payt qo'ng'iroq chalinib, hamma joyiga o'tirdi. Keyingi tanaffusda hamma Komilaning oldiga to'planib oldi. U bilan tanishishdi, qayerda turishini so'rashdi, ertadan boshlab maktabga birga keladigan bo'lishdi.



1. Nima deb o'ylaysiz, Komila yangi maktabga qanday kayfiyatda kelgan edi?
2. Umidaning gapidan keyin Komila qay ahvolga tushdi?
3. Sinfingizga yangi o'quvchi kelsa, o'rganib ketgunicha unga qanday yordam berasiz?

Agar sinfda tez-tez bulling bo‘lib tursa yoki uzoq vaqt davom etsa, demak, bu – butun sinfning, jamoaning kasali. Uni birgalikda davolash kerak bo‘ladi.

Aslida, bullingni yo‘qotish juda oson, bunga xohish bo‘lsa yetarli. Sinfdagi bir nechta bola “Endi kimdir birovning ustidan kulsa yoki masxara qilsa, indamay qarab turmaymiz”, – deb kelishib olsa bo‘ldi. Bir o‘ylab ko‘rib, nima qilishni kelishib olish kerak.

Sinfdoshlaringiz bilan maslahatlashib, “Birgalikda bullingga qarshi kurashamiz” mavzusida ko‘rsatmalar ro‘yxatini tuzing. Ro‘yxatdagi qaysi maslahatlarga qo‘shilasiz?

- “Bu yaxshi ish emas. Bo‘ldi, buni to‘xtataylik”, deyish kerak.
- Kamsitilgan bolaning oldiga borib, “Bulardan qo‘rqma, ularning gapiga e’tibor berma”, deyish kerak.
- Aralashmaslik kerak, o‘zlari kelishib olishadi.
- Ularga “Bu ishlaringiz bizga yoqmayapti. To‘xtatmasangiz, ustozlarga aytib beramiz”, deyish kerak.
- Sinfdoshingizni xafa qilgan bo‘lsangiz, kechirim so‘rang.
- Kuchlilar bilan tortishmaslik kerak, nima to‘g‘riligini ular yaxshiroq biladilar.
- Bullingga uchragan bolaning ko‘nglini olish, u bilan o‘rtoq bo‘lish kerak.

Sinfda o‘zaro hurmat va ahillik bo‘lsa, bulling paydo bo‘lmaydi.



Sinfda hamma ahil bo‘lishi uchun qanday qoidalarga rioya qilish kerak? Javoblaringizni yozing.

VOLONTYORLIK

Volontyorlar odamlarga beg'araz yaxshilik qilish uchun birlashgan insonlardir. Ularga oylik maosh to'lanmaydi. Volontyorlik – birovlarga yordam berish, savob uchun xolis xizmat qilish.

Sevara va Anna – dugona. Yana ular eko-volontyorlardir. Ular yangi mahallada yashaydilar. Bu yerda hali daraxtlar juda kam, ekilgan ko'chatlar ham kichkina, nimjon. Shuning uchun qizlar har kuni kechqurun uydan chelakda suv olib chiqib, ko'chatlarni sug'oradilar.

Bir kuni Sevaraning buvisi shunday dedi: "Yangi qurilgan tumanlarda daraxtlar juda kam edi. Shuning uchun yangi uylarga ko'chib kelgan odamlar ko'chat sotib olib, uylar atrofiga, ko'cha yoqalariga eka boshlashdi. Chinor ham, eman ham juda sekin o'sadi. Ularning ko'chati kattakon daraxt bo'lib, soya-salqin bo'lishi uchun kamida qirq-ellik yil kerak bo'ladi. Demak, o'sha insonlar bu ko'chatlarni o'zlari uchun emas, balki farzandlari, nabiralari uchun, ular jazirama yozda soya-salqinda maza qilib yursin deb ekishgan".

Odamlarga foyda keltiradigan va evaziga faqat duo olinadigan ishlar savobli ishlar deyiladi. Savob uchun ish qilish xalqimizning eng go'zal fazilatidir.



Bir kuni juda qattiq shamol turib, jala yog'di. Ertasi kuni qarashsa, bir necha ko'chat sinibdi. Qizlar buni ko'rib, yig'lab yuboray deyishdi. Shunda Anna bilan Sevaraning otasi chiqib, nozik ko'chatlarning yoniga yog'och ustun qoqib, ko'chatlarni o'sha ustunlarga bog'lab qo'yishdi. Endi ular qattiq shamolda sinib qolmaydi. Bu savobli ishga hissa qo'shish uchun butun mahalla chiqib, hashar qildi. Kechgacha hamma ko'chatlar mahkamlab qo'yildi.

Anna bilan Sevara "Katta bo'lsak, ekolog bo'lamiz, iqlim o'zgarishiga qarshi kurashamiz", deb orzu qilib yurishibdi. Hozircha ishni o'zlari yashaydigan mahalladan boshlashgan.

Qizlarning sinfdoshlari ham chetda qarab turishmayapti. Mahallada imkoniyati cheklangan yolg'iz o'g'li bilan yashaydigan keksa ayol bor ekan. Ular o'sha ayolning uyini tozalashadi, yig'ilib qolgan chiqindilarni tashlab kelishadi, do'kondan kerakli narsalarni olib kelishadi, o'g'lining aravachasini ko'chaga olib chiqishga yordam berishadi.



1. Savob deganda nimani tushunasiz? Eko-volontyorlik nima?
2. Nima uchun odamlar ko'chatlarning yoniga ustun qoqib chiqishdi?
3. Bolalar qo'shni keksa ayolga qanday yordam berishyapti? Nima uchun bu ishni volontyorlik deyish mumkin?
4. Odamlarga foydali ish qilmoqchi bo'lsangiz, kim bilan maslahat qilish kerak?

Savobli ish qilish, volontyor bo'lish qiyin emas. Yaxshi niyat qilib, odamlarga beg'araz yordam bermoqchi bo'lsangiz, ish topiladi.

Alina, Komila va Sardor jonivorlarni juda yaxshi ko'rishadi. Hovlida yashaydigan bitta kuchukcha bilan to'rtta mushukka ovqat berishadi. Lekin ular ko'proq savobli ish qilib, haqiqiy volontyor bo'lishni istashdi. Ular daydi itlar uchun tashkil etilgan boshpana rahbariga qo'ng'iroq qilishdi.

– Yordam bermoqchimiz deysizlarmi? – xursand bo'ldi boshpana rahbari Iroda opa. – Juda yaxshi. Kelaveringlar. Har shanba ertalab soat o'nda bozordan avtobus qatnaydi. Ish rosa ko'p!

Shanba kuni bolalar ish kiyimlarini kiyib, itlarga berish uchun ovqat ham olib, yo'lga tushdilar. Itlar ovqatning hidini sezib, xursand bo'lib hura boshlashdi.

– Voy-bo', itlar buncha ko'p? – deyishdi bolalar.



– Ha, shunaqa, itlarimiz ko‘p! – dedi shu yerda ishlaydigan Dilorom opa.

Dilorom opa bu yer ochilganidan beri ishlar ekan. Uning qo‘lidan hamma ish kelarkan – bu yerdagi itlar, mushuklar, xo‘tikchalarni davolar, parvarish qilar, ularga ovqat pishirar ekan. Yordam beraman deb kelganlarga nima qilish kerakligini aytib turarkan.

Bu safar Dilorom opa bolalarga itlarning tagiga solingan somonni almashtirish, keyin esa ularga suv berishni iltimos qildi. Kechgacha ishlagan bolalar charchab, uyga qaytishda avtobusda uxlab qolishdi. Lekin savobli ish qilganlari uchun hamma xursand edi.



1. Bolalar volontyor bo‘lish uchun qaysi tashkilotga murojaat qildilar? Nima uchun?
2. Bolalarning kuni qanday o‘tdi? Nega ular rosa charchagan bo‘lsa ham xursand bo‘lishdi?



Siz ham odamlarga yordam berish uchun o‘zingizga yoqqan savobli ishlarni tanlashingiz mumkin. Masalan, daraxtlarni parvarish qilish, tog‘dagi va istirohat bog‘laridagi chiqindilarni yig‘ishtirish, hasharlarda qatnashish mumkin. Yordamga muhtoj, bemor, yolg‘iz yashaydigan keksalarga qarashish, uylarini yig‘ishtirish, kerakli narsasini do‘kondan olib kelib berish mumkin. “Mehr va oqibat” jonivorlarni himoya qilish jamiyatiga borib, ularga ham yordam berishingiz mumkin.

Xullas, savobli ishning turi ko‘p. Ijtimoiy tarmoqlardagi sahifalarni yuritish deysizmi, rasm chizish, fotosuratga olish, yaxshi g‘oyalarni tarqatish – hammasi savobli ish, hammasi volontyorlik.

Sinfdoshlaringiz uchun “Mehr-muruvvat darslari”ni tashkil qilish, o‘zidan kichik bolalarga tabiatni asrashni, jonivorlarni himoya qilishni o‘rgatish ham volontyorlik sanaladi.



“Mehr va oqibat” tashkiloti jonivorlarni himoya qilish, jamiyatda ularga g‘amxo‘r munosabatni rivojlantirish bilan shug‘ullanadi. Bu tashkilot maktablarda “Mehr-muruvvat darslari”ni o‘tkazib turadi.



Tanishlaringiz orqali volontyorlik qilayotgan biror inson bilan uchrashib, undan intervyu oling.

MEN HAYOTNI SEVAMAN!

Quyida mashhur ertakdan parcha berilgan. O‘qib chiqing.

Qari kulrang eshak – Xo‘tikvoy o‘rmonning qushqo‘nmas o‘sgan burchagida yolg‘iz o‘zi old oyoqlarini cho‘zgancha, boshini bir yonga egib, nimalarnidir o‘ylab turibdi. Ba’zida u o‘ziga o‘zi so‘laydi: “Nega?”, goho “Nima sababdan?”, yana ba’zan esa “Modomiki...” deb. Gohida esa nima haqida o‘ylayotganini bilmaydi.

Vinni Pux og‘ir qadamlar bilan lapanglab kelib qolganida, Xo‘tikvoy o‘ylashdan biroz to‘xtab, xursand bo‘ldi. Lekin “Yaxshimisan?” degancha yana xomush tortdi.

– O‘zing qalaysan? – dedi Vinni Pux.

Xo‘tikvoy boshini u yon-bu yon siltab qo‘ydi.

– Bilmasam. Anchadan beri o‘zimni qanday his qilayotganimni bilmayman.

– Obbo, qadrdonim-ey, buning uchun afsusdaman, – dedi Vinni Pux.

– Qani, bir ko‘ray-chi?

Shunday qilib, Xo‘tikvoy xafa bo‘lib, yerga tikilib turdi, Vinni Pux esa uning atrofida bir aylanib chiqdi.

– Dumingga nima qildi? – so‘radi Xo‘tikvoy.

– U yo‘q-ku!

– Aniqmi?



– Dum joyidami-yo‘qmi, bu borada adashmaslik kerak. Lekin sening duming joyidamas!

– Xo‘sh, keyin nima?

– Hech nima.

– Bir ko‘raylik-chi, – deb Xo‘tikvoy sekingina aylana bo‘lib, dumi o‘sib chiqqan joyga qaradi – dumini topolmadi. Yurgan yo‘liga o‘girilib, boshini quyi egib, oldingi oyoqlarining orasiga termilib, axiyri chuqur xo‘rsinib dedi:

– To‘g‘ri aytyapsan.

– Shubhasiz, rost gapirdim, – dedi Vinni Pux.

– Bu yaxshi, – dedi Xo‘tikvoy qovog‘ini solib. – Ajablanarli joyi yo‘q.

– Biror yerda tushirib qoldirgandirsan? – so‘radi Vinni Pux.

– Kimdir olgandir, – dedi Xo‘tikvoy. – Ularga o‘xshaymanmi? – qo‘shimcha qildi u uzoq vaqt jimlikdan so‘ng.

Vinni Pux shu tobda uning ko‘nglini ko‘taradigan biror so‘z aytmoqchi bo‘ldi-yu, ammo nima deyishni bilmadi. Biroq buning o‘rniga unga yordam berishga ahd qildi.

– Xo‘tikvoy, – dedi u tantanavor ohangda, – men, kimsan Vinni Pux, dumingni topib beraman.

– Rahmat, Vinni Pux, sen haqiqiy do‘stsan, boshqalarga o‘xshamaysan, – dedi Xo‘tikvoy.

Shunday qilib, Vinni Pux Xo‘tikvoyning dumini qidirib ketdi.

1. Ertak qahramonlarini tanidingizmi?
2. Bu kitobning nomini bilasizmi? Uni kim yozgan?
3. Pux bilan Xo‘tikchaning kayfiyati qanday ekan?
4. Kitobni o‘qigan bo‘lsangiz, ularning fe‘l-atvorini aytib bering.

Optimist – har qanday voqeaning yaxshi tomonini ko‘radigan, hayotga quvonch bilan qaraydigan odam.

Pessimist – tushkunlikka moyil odam. Pessimist har qanday vaziyatning faqat yomon tomonini ko‘radi.

Pessimist odamlarning gaplarini o‘qib ko‘ring. Xuddi shu holatda optimist odam nima degan bo‘lar edi? Sinfdoshlaringiz bilan muhokama qilib, javoblaringizni ayting.

Men qishni yomon ko‘raman, chunki qishda juda sovuq bo‘ladi.

Men yozni yomon ko‘raman, chunki yozda juda issiq bo‘ladi, buning ustiga qorayib qolaman.

Bolalar bilan o‘ynashni yomon ko‘raman, chunki baribir yutqazaman.

Ekskursiyaga bormayman, chunki u yerda zerikib ketaman.

Menga xonaki gullar yoqmaydi. Tagiga qancha suv quysang ham, baribir gullamaydi.

Uy vazifalarini bajargim kelmaydi, chunki juda qiyin, baribir xato qilaman.



15

Hayotni sevish hayotdagi har bir ne’matga xursand bo‘lib, shukr qilishdir. Xushchaqchaq odam atrofdagilarni ham xursand qilib, ko‘nglini ko‘taradi.

O‘zingiz yoqtirgan ertak, hikoya, multfilmlardagi qahramonlarni eslang. Ularning qaysi biri optimist, qaysi biri pessimist edi?

HIS-TUYG‘ULARIMIZ

16

Inson o‘z atrofidagi voqea-hodisalarga loqayd bo‘la olmaydi. Har birimiz ham hayotda kulamiz, yig‘laymiz, xursand yoki xafa bo‘lamiz, jahlimiz chiqadi, qoyil qolamiz, faxrlanamiz, qo‘rqamiz va hokazo.

Hissiyot – bu his-tuyg‘ularimizning ifodasi.

Hissiyotlarni ularga mos rasmlar bilan birlashtiring. Bu hissiyotlardan birortasini his qilgan paytingizdagi voqeani misol keltiring.

shodlik

qayg‘u

g‘azab

taajjub

qo‘rquv



Kayfiyatingiz o‘zingizga ham, atrofingizdagilarga ham ta’sir qilishini bilib oldingiz. Yomon kayfiyat sog‘lig‘imizga zarar keltirishi, boshqalarning kayfiyatini buzib qo‘yishi mumkin. Yaxshi kayfiyat esa sog‘liq uchun foydali, insonning umrini uzaytiradi.

O‘zining va atrofdagilarning his-tuyg‘ularini tushunadigan odam boshqalar bilan muomala qilishda aslo qiynalmaydi. Salbiy hissiyotlarni jilovlab, arzimagan narsaga siqilmay, kayfiyatni ko‘tarib olishni o‘rganish kerak.

Salbiy hissiyotlarni jilovlash usullaridan biri ularning nomini aytishdir.

.. meni xafa qildi.
... jahlim chiqdi.
Men g‘azabdaman, chunki ...
Men ... qo‘rqib ketdim.
... menga rosa alam qildi.
... uchun kayfiyatim yo‘q.

Keyingi safar kayfiyatingiz buzilsa, uning nomini ayting. Shunda salbiy hissiyotlaringiz ancha kamayadi, o‘rtoqlaringiz esa sizni qo‘llab-quvvatlash uchun iliq so‘zlar topadilar.



Salbiy hissiyotdan qutulishning yana ikki usulini sinfdoshlar bilan muhokama qiling. Har bir usulga misollar o‘ylab toping. Natijalarni guruhlar bilan almashing.

Salbiy hissiyotning sababini aniqlang. Sababini aniqlay olsangiz, keyingi safar uning oldini olishingiz mumkin.

Biroz harakat qilib, kayfiyatingizni ko‘taring. Har qanday vaziyatdan chiqishning, albatta, bir yo‘li bo‘ladi. Sizning vazifangiz uni topib, holatingizni yaxshilashdir.

Quyidagi vaziyatlarga diqqat qiling. Bu paytda odamlar nimani his qilishini aytib bering.

1. Bizga nima ijobiy hissiyot beradi?
2. Salbiy hissiyotni yengishda bizga nima yordam beradi?
3. Salbiy hissiyotni yengishi uchun birovga qanday yordam bersa bo‘ladi?






O‘zingizga ishonchingiz ortgan, o‘zingizni g‘olib deb his qilgan paytlaringizni eslang. O‘sha paytda kayfiyatingiz qanday bo‘lganini qaysi so‘zlar bilan ifodalay olasiz? O‘sha kayfiyatni rasmlarda ifodalab ko‘ring.

MENING ODATLARIM



Har kuni kechqurun soatimning qo'ng'irog'ini ertalab soat 7 ga to'g'rilab qo'yaman. Ertalab soat jiringlaganda uyg'onib, badantarbiya qilaman. Keyin yuvinib, kiyinaman. So'ng choy qo'yib, nonushta tayyorlayman. Nonushta qilib bo'lgach, idishlarni yuvaman, uy hayvonlariga ovqat beraman. Keyin maktabga tayyorlanaman.

1. Akmal nimalar qilar ekan? Aytib bering.
2. Akmal bu ishlarni har kuni qilar ekanmi?
3. Har kuni qilinadigan ishlarni nima deb atash mumkin?
4. Siz har kuni ertalab nima qilasiz? Har kuni bir xilda takrorlaydigan ishlaringiz bormi?

Odat inson uchun odatiy bo'lib qolgan xatti-harakatlardir. Odat biz doim qilib yuradigan ishlardir.

Yaxshi odatlar bizga yordam beradi, bizni kuchli, sog'lom, aqlli qiladi, rivojlantiradi.

Yomon odatlar esa bizga zarar keltiradi, xalaqit beradi, lekin ko'pincha biz buni sezmaymiz yoki tushunmaymiz.



Quyidagilardan qaysilarini foydali odatlar deyish mumkin? Nima uchun? Ro‘yxatni o‘z misollaringiz bilan to‘ldiring.

- aldash
- bukchayib yurish, o‘tirish
- yuvinish
- ertalab badantarbiya qilish
- tishlarni tozalash
- hamma narsani o‘z joyiga qo‘yish
- tirnoqni tishlash
- uy vazifasini o‘z vaqtida bajarish
- sport bilan muntazam shug‘ullanish
- tayyor bo‘lmasa, darsga bormaslik
- yotgan holda kitob o‘qish
- ovqatlangandan keyin idishlarni yuvib qo‘yish
- kompyuterda ishlaganda orada ko‘zni dam oldirib turish
- bo‘sh vaqt topildi deguncha telefon o‘ynash
- fastfudni ko‘p yeyish
- doim quloqchin taqib yurish
- burunni, tishlarni kovlash
- og‘izni qo‘l bilan to‘smasdan aksa urish, yo‘talish

Uyqusiz tundan so‘ng



Alisher yarim tungacha uxlamadi



Ertalab turgisi kelmadi, uyqusi keldi



Uygusirash maktabga otlanishiga xalaqit qilyapti



Nonushtaga ulgurmadi



Shoshganda yo‘lda biror muammo chiqadi



Maktabga kelsa, nimadir esidan chiqib, uyda qolibdi



Uyqusi kelib, kallasiga dars kirmadi



Jismoniy tarbiya darsida oyog‘i qayrilib ketdi



Alisher kechasi qilgan ishlarini eslay boshladi

1. Kech bo‘lganda Alisher nimalar haqida o‘ylanib qoldi?
2. Alisher ertaroq uxlaganida kuni qanday o‘tgan bo‘lar edi?
3. Muhim ishlarni vaqtida qilishga va dam olishga qanday yaxshi odatlar yordam beradi?

Eko-odatlar:

- xonani shamollatish;
- uylarni tozalash, changlarni artish;
- gullarga suv quyib turish;
- chiqindilarni turlarga ajratib, alohida idishlarga solish.

Nima uchun bu odatlar eko-odatlar deyiladi?
Yana qanday eko-odatlarni bilasiz?

Yaxshi odat qanday paydo bo‘ladi?

Yaxshi odatga o‘rganish uchun uni doim, bir vaqtda, erinmay takrorlayverish kerak. Masalan, har kuni ertalab badantarbiya qilmoqchisiz. Bu narsa odatga aylanishi uchun har kuni ertalab mashq qilishga o‘zingizni majburlashingiz kerak. Har kuni erinmay, dangasalikni yengib, irodani chiniqtirish kerak. Badantarbiya odatga aylansa, uni qilishga qiynalmaysiz, chunki har kungi odatiy narsaga aylanib, o‘z-o‘zidan takrorlanadigan ishga aylanib qoladi. Bir ish kamida 21 kun takrorlansa, odatga aylanar ekan.

Tadqiqot o‘tkazing.

- O‘zingiz o‘rganmoqchi bo‘lgan yangi yaxshi odatlar ro‘yxatini tuzing. Tadqiqotni boshlash uchun ulardan birini tanlang.
- Har bir kun uchun biror mukofot o‘ylab topib, yozib chiqing.
- 21 kunlik kundalik tuzib, har kuni yangi odatni qilib bo‘lgach, belgilab boring.
- Yangi odatni qilish kundan kunga oson bo‘lib borayotganini kuzating.

MENING SOG‘LIG‘IM

Insonning salomatligi uning nima yeyishiga bog‘liq. Yeydigan ovqatlarimiz jismoniy salomatlikka, kayfiyatga juda katta ta’sir ko‘rsatadi. Shuning uchun har birimiz to‘g‘ri, ya’ni sog‘lom ovqatlanishni o‘rganib olishimiz kerak.

Oziq-ovqat mahsulotlari besh guruhga bo‘linadi.



Ushbu guruhga non, guruch, makaron, yormalar va kartoshka kiradi. Bu mahsulotlar biz yeydigan ovqatlarning uchdan birini tashkil qilishi kerak. Donli mahsulotlarda kletchatka ko‘p bo‘ladi. Kletchatka organizmga quvvat beradi.



Sut va uning o‘rnini bosadigan mahsulotlar, kalsiy va boshqa vitaminlarga boy bo‘ladi. Ayniqsa, shakar va yog‘i kamroq sut mahsulotlari foydali bo‘ladi. Ivitilgan sut mahsulotlarida ovqat hazm qilish uchun zarur bo‘lgan bakteriyalar mavjud. Sut mahsulotlari ayniqsa bolalar uchun foydali bo‘lib, tananing sog‘lom rivojlanishiga yordam beradi.

Bu guruhga go‘sht, baliq, loviya, no‘xat, yong‘oq kiradi. Ularning tarkibida oqsil, vitamin va minerallar ko‘p bo‘lib, immun tizimini mustahkamlashga yordam beradi. Dukkakli mahsulotlar go‘shtning o‘rnini bosishi mumkin, chunki ularda yog‘ kam, kletchatka va oqsil kabi oziq moddalar esa ko‘p bo‘ladi.





Vitaminlarga boy meva va sabzavotlar biz yeydigan oziqalarning yarmini tashkil qilishi kerak. Har doim meva yeb turish organizm uchun foydali. Ularni quritib, muzlatib, sharbat yoki murabbo qilib yeyish ham mumkin.

Tarkibida yog‘ ko‘p bo‘lgan mahsulotlarni ko‘p iste’mol qilmaslik kerak, chunki ularning ko‘payib ketishi sog‘liqqa zarardir. Biroq yog‘ inson tanasi oziqlanishi uchun kerak. To‘yinmagan yog‘lar sog‘liq uchun foydali bo‘lib, ular o‘simlik va kungaboqar yog‘ida ko‘p bo‘ladi.



Shokolad, shirin pishiriqlar, gazlangan ichimliklarni iloji boricha kamroq iste’mol qilish kerak.

1. Inson nima uchun to‘g‘ri ovqatlanishi kerak?
2. Oziq-ovqatlarning qaysi turlaridan ko‘proq iste’mol qilish organizm uchun foydali sanaladi?
3. Nima uchun yog‘ va shirinliklarni kamroq yegan ma’qul?

Sevara yomon odatini qanday tashladi?



Sevara shirinlikka juda o'ch. Konfet va tortlarni rosa yaxshi ko'radi. Eng yaxshi ko'rgan narsasi muzqaymoq bilan shokolad. Qayerda dasturxonga o'tirsa, birinchi shirinlikdan boshlaydi.

Bir kuni Sevaraning mazasi bo'lmay, qorni og'rib, qayt qila boshladi. Ota-onasi tezda uni kasalxonaga olib bordi. Shifokor uni tekshirib, barchasi noto'g'ri ovqatlanishdan ekanini aytdi. Sevara birpasda ozib, quvvatsiz bo'lib qoldi, ishtahasi yo'qoldi. Shifokorlar uni kasalxonada olib qolib, qat'iy parhez buyurishdi. U faqat sog'lom, tabiiy ovqatlar yeya boshladi. Sevara bir necha kunda yaxshi bo'lib qoldi, ishtahasi ham ochildi. Boshida shirinlik yegisi kelib, ancha qiynaldi. Lekin mana shu yomon odatni deb kasal bo'lganini tushungan edi. Shuning uchun sabr qildi. Tez orada shirinlik yemaslikka ko'nikib ketdi. Sevara shirinlikning birpaslik lazzatidan salomatlik afzal ekanini tushunib yetdi.

1. Siz ham shirinlikka o'chmisiz?
2. Qanday yeguliklarni yoqtirasiz?
3. Yaxshi ko'rgan taomingiz foydalimi yoki zararli? Nima uchun?

Me'yorli ovqatlanish – insonning salomatligini saqlash yoki yaxshilashga yordam beradigan oziq-ovqatlarni iste'mol qilishdir. Bunday ovqatlarda vitamin va minerallar hamda inson organizmi uchun zarur bo'lgan boshqa moddalar bo'ladi.

Kichik guruhlarga bo‘linib, bir kunlik menyu tuzing. Uni boshqa guruhlar tuzgan menyu bilan solishtirib, yaxshi va yomon tomonlarini muhokama qiling.



Agar inson doim to‘g‘ri ovqatlansa:

- immun tizimi yaxshilanadi, organizm kasalliklardan himoyalanadi;
- suyaklar, tishlar mustahkam bo‘ladi;
- xotirasi yaxshilanadi.

To‘g‘ri ovqatlanish insonning kayfiyatini, his-tuyg‘ularini ham yaxshilaydi.
To‘g‘ri ovqatlanishni bolalikdan boshlash kerak!

Quyidagi fikrlarning qaysilari to‘g‘ri? Javobga qiynalsangiz, yaqinlaringizdan so‘rab ko‘ring.

- Donli mahsulotlarda oqsil ko‘p bo‘ladi;
- dukkakli mahsulotlar go‘shtning o‘rnini bosadi;
- kletchatka organizm uchun qurilish materialidir;
- meva va sabzavotlar kunlik yeguliklarning yarmini tashkil qilishi kerak;
- shirinliklarni ko‘p yeyish mumkin emas.

O‘ZIMNI BOSHQARAMAN

17

Madina, har kuni ertalab maktabga ketguncha shuncha ishga qanday ulgurasan?



Men ertalab soat 7 da zo‘rg‘a uyg‘onaman.



Qo‘ng‘iroqni soat 6 ga qo‘ygin-da, jiringlagan zahoti o‘rningdan turib, yuvin. Keyin badantarbiya qilib, zarur ishlarni qilishni boshla.

Yaxshi, harakat qilib ko‘raman.





Ertadan boshlab 21 kun davomida soat 6 da turib, badantarbiya qilaversang, o‘rganib qolasan. Soatsiz ham uyg‘onadigan bo‘lasan.

“Yomon odatlarni ertaga emas, bugun tashlash osonroq bo‘ladi”.

Konfutsiy



Har bir inson yaxshilikka intiladi, hamma ishi baroridan kelishini xohlaydi. Lekin faqat xohishning o‘zi bilan ish bitmaydi. Odam dangasa, o‘yinqaroq bo‘lsa, xohlagan narsasiga erisha olmaydi.

Tishingizni har kuni yuvib turmasangiz, u oppoq bo‘lmaydi. Har kuni kitob o‘qimasangiz, bilim ololmaysiz. Muntazam mashq qilmasangiz, chempion bo‘lolmaysiz. Shuning uchun har bir insonga ichki intizom, iroda kerak.



Istagan narsaga erishish uchun istamagan narsani qilishga o‘zini majbur qila olish ichki intizom deyiladi.

Rasmga qarab, ichki intizomni kuchaytirishga nimalar yordam berishini, nimalar esa unga xalaqit berishini aytib bering.

Kun tartibiga rioya qilish

Sport bilan shug'ullanish

Yarim tungacha televizor ko'rish, Internetni titkilash



Vaqtni qadrlab, uni behuda ketkazmaslik

Maqsadni belgilash, reja tuzish

Tartibsizlik

Dangasalik

Bahonalar

Karim bilan Zafar basketbol to'garagiga a'zo bo'ldi. Karim birorta mashg'ulotni qoldirmadi. Zafar esa bir borib, bir bormay yurdi. Bir safar "Shu o'yinni oxirigacha o'ynab olay", dedi, bir safar "Zo'r film ekan, ko'rib olay", dedi, yana bir safar esa dars qilishga ulgurmaganini bahona qildi.





Bolalardan qaysi biri sportda g'olib bo'ladi? Nima uchun?



Ustoz sabog‘i

Bir donishmand bo‘lgan ekan. Bir kuni uning oldiga yosh yigit kelib, shogird tushibdi. Oradan bir yil o‘tgach, yigit ustoziga shunday debdi:

– Ustoz, bir yildan beri uyingizda faqat ish qildirasiz, qachon ilm o‘rgatasiz? Men sizning oldingizga shuning uchun kelganmidim?

– Sabr qil, o‘g‘lim, – dedi ustoz. – Hali vaqti kelmadi. Pastdagi vodiyga borib, ko‘chat ekib, undan katta daraxt o‘stir. Ungacha men o‘ylab ko‘raman.

Vodiy uzoq ekan, yetib borguncha shogird ancha qiynalibdi. Yo‘l chetidan bir ko‘chatni kovlab olib, uni o‘sha vodiyga ekibdi.

Shundan keyin shogird ko‘chatni sug‘orish uchun ustozning kulbasidan vodiyga kuniga ikki marta qatnaydigan bo‘libdi. U qor-yomg‘ir demay, qishin-yozin har kuni ertalab chiqib ketib, kechqurun charchab, zo‘rg‘a yurib kelarkan.

Bir kuni shogird kechqurun kulbaga qaytib kelmabdi.

Shogird ko‘chatni sug‘orish va yo‘lga ortiqcha kuch sarflamaslik uchun vodiydagi bir ariqchaning yoqasiga kulba qurib, o‘sha yerda yashay boshlabdi. U ko‘chatni astoydil parvarishlar, ortiqcha shoxlarini kesar, yozda issiqdan, qishda sovuqdan himoya qilar ekan.

Oradan bir yil o‘tibdi.



Shogirdning mehnatlari bekor ketmabdi. Ko‘chat baland, mustahkam daraxtga aylanibdi.

Bir kuni shogird ertalab uyg‘onib, kulbadan chiqsa, ariq yonidagi daraxt tagida ustozi o‘tirgan ekan.

– Ustoz! – xursand bo‘libdi shogird. – Kelganingiz juda yaxshi bo‘ldi! Men sizdan kechirim so‘ramoqchi edim. Ishonchingizni oqlay olmadim, sizga munosib shogird bo‘la olmadim. Bu yerda qolganimdan keyin mendan ranjigandirsiz? Lekin ko‘chatimga qarab turmasam bo‘lmas edi. Qarasam, bor kuchim, vaqtim yo‘lga ketyapti. Shuning uchun kulba qurib, shu yerda yashab turdim. Endi meni shogirdlikka olmasangiz ham kerak...

Shogirdining kuyib-pishib aytgan so‘zlarini eshitgan ustoz shunday debdi:

– Yo‘q, o‘g‘lim. Sen bu bir yil ichida faqat ko‘chat o‘stirganing yo‘q, balki ilm olish uchun kerakli fazilatlarni ham hosil qilding. Buni men mana shu daraxtingga qarab bildim. Ekkan paytingda u ingichka, nimjon, nozik ko‘chat edi. Salgina shamolga ham egilib, bo‘ronlar uni ildizi bilan qo‘porib tashlashiga sal qolar edi. Novdalari bir-biriga o‘ralashib, barglari yulinib ketardi. Sen ham xuddi shunday eding. Mas’uliyatsiz va sabrsiz eding, salga jahling chiqib ketardi. Senda intizom yo‘q edi. Endi esa daraxtning ildizi – sening mas’uliyating, tanasi – sening sabring, shoxlari – xotirjamliging, barglari esa ilming bo‘ldi.

1. Nima uchun shogird vodiyda qolishga qaror qildi?
2. Shogirdda qaysi fazilatlar yetishmas edi?
3. Nima uchun shogird sabrli, mas’uliyatli, intizomli bo‘lmagunicha ustoz unga ilm o‘rgatmay turdi?



Tuxum yerga kirib, chechak bo‘ldi,
Qurt jondan kechib, ipak bo‘ldi.
Lola tuxmicha g‘ayrating yo‘qmu?!
Pilla qurticha himmating yo‘qmu?!

Alisher Navoiy

“Men bu yilda nimalarni o‘rgandim?” degan mavzuda qisqa hikoya yozing.

AN’ANALAR – XALQ XOTIRASIDIR

“An’ana” so‘zi arab tilida “nasldan naslga o‘tadigan qoidalar” degan ma’noni bildiradi. An’ana bir avloddan keyingi avlodga, kattalardan kichiklarga o‘tib kelayotgan qadriyatlardir. An’analarni urf-odatlar, milliy liboslar, taomlar va hunarmandchilikda ko‘rish mumkin. Milliy an’analar tufayli o‘tmishimiz bugungi kunda yashab, kelajakka qarab qadam bosadi. Katta avlodlarning hikmatlari yosh avlodga o‘tishda davom etadi.

O‘zbekiston loydan yasalgan sopol idish-tovoq va boshqa buyumlari bilan ham mashhur. Kulollar loydan yasalgan buyumlarni xumdonda pishirib, ustiga go‘zal naqshlar chizishadi. Sopol buyumlar mustahkam va chiroyli bo‘ladi.

Dunyoga mashhur sopol buyumlar

Bir kuni bobosi Sayyorani milliy sopol buyumlar ko‘rgazmasiga olib bordi. Ko‘rgazmada chet ellik sayyohlar juda ko‘p edi. Ular sopol buyumlarni rosa ko‘p sotib olayotganini ko‘rib, Sayyora hayron bo‘ldi. So‘ng odob bilan ulardan ingliz tilida so‘radi:

– Assalomu alaykum. Sizlar qayerdansiz? O‘zbek sopol idishlarini nima uchun sotib olyapsiz?

– Biz Germaniyadanmiz. Sizlarning sopol idishlaringizga qoyil qoldik.

– Biz esa Amerikadanmiz. Muzeyda laganlaringizni ko‘rib, qayerdan sotib olsak bo‘larkin, deb orzu qilgandik, mana shu ko‘rgazmani aytib qolishdi.

Buni qarangki, dunyoning turli mamlakatlarida bizning sopol idishlarni bilishar, sotib olish uchun O‘zbekistonga kelishar ekan.

– Bobojon, biz nega o‘zimizning sopol buyumlarni sotib olmaymiz? – dedi Sayyora.

– Nega olmas ekanmiz? Olamiz, bolajonim. Biz palov, dimlama, beshbarmoq soladigan lagan olamiz. Qani, ikkovimiz bir tanlaylik-chi. Qanaqasini olamiz? Rishtonnikinimi?

Yoki Xorazmnikinimi? Mana, Andijon, G'ijduvon, Urgut, Shahrisabz laganlari ham bor ekan. Iye, Afrosiyob lagani ham bor ekan, qara!

Sayyoraga sariq-yashil naqshli Andijon lagani yoqdi. Bobosi esa oq-ko'k naqshli Rishton laganini tanladi.

– Buvingga esa jigarrang G'ijduvon laganini olamiz. O'rtasida guli boridan, – dedi bobosi. – Buni qara, laganning orqasida teshikchasi bor ekan. Teshikcha nega kerakligini bilasanmi? Laganni devorga ilib qo'yish uchun. Qadimda bu laganlar faqat idish bo'lmagan, balki uyning bezagi ham bo'lgan.

– Qoyil! Rostdanam, rosa chiroyli laganlar ekan, – dedi Sayyora.

Uyga kelib, bobo bilan nabira yangi laganlarni devorga ilib qo'yishdi. Sayyoraning dadasi osh damladi. Palov pishgach, onasi uni yangi laganlarga suzdi.

"Keyingi safar ko'rgazmaga borsam, choynak-piyola, kosa, mevadon ham olaman", deb niyat qildi Sayyora.



1. Sopol idishlar nimadan yasalar ekan?
2. Loy yumshoq, lekin sopol yoki chinni idishlar nega qattiq bo'ladi?
3. O'zbek sopol buyumlarining qanday turlarini bilasiz?
4. Qaysi taomlar laganga suziladi?
5. Nima uchun chet elliklar o'zbek sopol buyumlarini bunchalik yaxshi ko'rishadi?
6. Kulolchilik O'zbekistonning qaysi viloyatlari va qaysi shaharlarida rivojlangan?



1. Rishton lagani. 2. Shahrisabz lagani. 3. G‘ijduvon lagani. 4. Xorazm lagani. 5. Afrosiyob lagani. 6. Urgut lagani. 7. Andijon lagani.

Dunyoga mashhur o‘zbek kulollari Rishton, G‘ijduvon, Andijon, Urgut, Shahrisabz, Buxoro, Toshkent va Xorazmda mehnat qiladi. Afrosiyob – bundan bir necha ming yil avvalgi bo‘lgan qadimiy shahar.

Tasavvur qiling, siz laganga naqsh chizadigan naqqoshsiz. Lagan uchun o'zingiz yangi naqsh o'ylab toping. Doira chizib, uni lagan deb tasavvur qiling, naqshlar chizing. Chizgan naqshlaringizni bo'yashda ko'k, havorang, binafsha, jigarrang, yashil, sariq, qora va oq ranglardan foydalaning.







O‘lkamizda asrlar davomida o‘ziga xos milliy hunarmandchilik maktablari shakllangan. Har bir hudud hunarmandchiligining o‘z yo‘nalishi mavjud.

1. Samarqand



Samarqandda qadimiy texnologiyalar asosida ipakdan noyob gilamlar to‘qish an’anasi saqlanib qolgan. Ustalar bu an’analarni shogirdlari orqali avloddan avlodga yetkazishgan.

2. Chimboy



Chimboy – hunarmandlar shahri, yirik savdo markazi sifatida qadimdan mashhur. Bu yerda asrlar davomida o‘zgarmay kelayotgan an’anaviy texnologiyalar asosida o‘tovlar tikiladi. O‘tov aylana shaklidagi yog‘och panjara ustidan kigiz bilan yopiladigan qadimiy ko‘chma uydir.

3. Rishton

Kulolchilik O‘zbekiston hududida rivojlangan eng qadimiy hunarlardan biridir. Rishton shahri O‘zbekistonning asosiy kulolchilik markazi bo‘lib, yurtimizda va dunyoda betakror sopol va chinni buyumlari bilan mashhur.





4. Chust

Chust do‘ppisini tikishda butun oila ishtirok etadi. Bu ajoyib do‘ppilarni tikish sirlari asrlar davomida avloddan avlodga o‘tib kelmoqda.





5. Andijon

Andijonlik ustalar yorqin rangli milliy liboslardagi chiroyli qo‘g‘irchoqlarni yasaydilar.

6. Buxoro

Buxoro qadimdan zargarlik, zardo‘zlik markazlaridan biri bo‘lib kelgan. Buxorolik ustalar tikkan zarchoponlar nafaqat O‘zbekiston, balki dunyo muzeylarini bezab turadi.



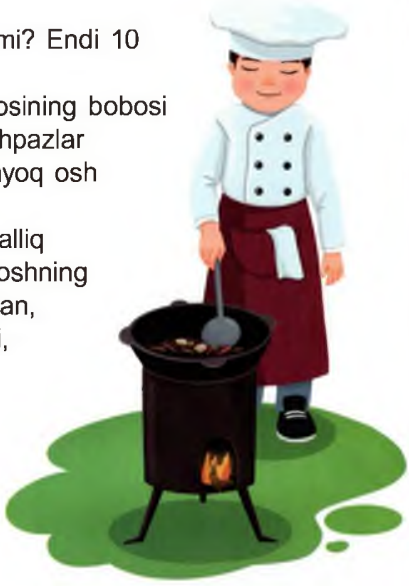
Siz yashayotgan hududda hunarmandchilikning qaysi turi rivojlangan?

Palov – o‘zbekning asosiy milliy taomi

Ta’til kunlari Umid Chust shahriga mehmonga keldi. Chustda uning do‘sti Aziz yashaydi. Ikki o‘rtoq bir-birini rosa sog‘ingan edi. Umid Azizni izlab-izlab, choyxonadan topib, hayron bo‘ldi. Aziz oshpazlarning kiyimini kiyib, kattakon qozonda osh damlayotgan ekan.

– Palov tanlovi bo‘lyapti, – dedi Aziz.

– Sen kattalar bilan birga qatnashyapsanmi? Endi 10 yosh bo‘lding-ku! – hayron bo‘ldi Umid.



Keyin bilsa, Azizning dadasi, bobosi, bobosining bobosi ham oshpaz bo‘lgan ekan. Ularning oilasi oshpazlar sulolasi ekan. Shuning uchun Aziz 7 yoshidayoq osh damlashni o‘rganib olgan ekan.

– Osh pishirish uchun asosan to‘rtta masalliq kerak: guruch, yog‘, piyoz, go‘sht. Qolganini oshning turiga, ta’bingga qarab qo‘shaverasan. Masalan, Toshkentda mayiz, no‘xat, sarimsoq solishadi, to‘g‘rimi? – dedi Aziz.

– Oshning turlari ko‘pmi? – so‘radi Umid.

– O‘zbekistondagi har bir viloyatning o‘z oshi bor. Masalan, samarqandcha, andijoncha, xorazmcha, buxorocha, rishtoncha, qoraqalpoqcha oshlar bor. Xullas, palovning turlari ko‘p, og‘ayni.

– Boshqa joylarning oshini qayerdan bilasan? Borib ko‘rganmisan? – hayron bo‘ldi Umid.

– Dadam menga “O‘zbek palovi” degan kitob sovg‘a qilganlar. Uni usta oshpaz Karim Mahmudov yozgan. U kishi 30 yil davomida butun O‘zbekistonni aylanib, o‘zbek taomlarini pishirish haqida kitob yozgan ekan. O‘sha kitobda 58 xil palov haqida ma’lumot bor.

- **Devzira – mashhur guruch navi bo‘lib, faqat Farg‘ona vodiysida yetishtiriladi. Vodiyliklar devziradan osh qilishadi.**
- **Samarqand oshida masalliqlar aralashtirilmaydi.**

Ikki o‘rtoqning gapini tanlov rahbari eshitib qoldi.

– Menga qaranglar, o‘zbek palovini dunyo tan olganini bilasizlarmi? Palovimiz UNESKOning madaniy meroslar ro‘yxatiga kiritilgan.

– O‘zimizning palov-a?! – hayron qolishdi bolalar.

– Ha, endi o‘zbek palovini butun dunyo biladi.

Aziz tanlovda devziradan damlangan palovlar bo‘yicha ikkinchi o‘rinni egalladi. Tanlov oxirida Azizga medal berib, planshet sovg‘a qilishdi.

“Uyga boraman-u, osh qilishni o‘rganaman!” – deb niyat qildi Umid havas bilan.

2017-yil Toshkentda damlangan palov Ginnessning rekordlar kitobiga kiritildi. O‘shanda olti soat davomida ellikdan ortiq oshpaz tomonidan 7360 kilogramm palov damlangan edi.





1. Palovning asosiy masalliqlari nimalar ekan?
2. Palovga yana qanday masalliqlarni qo‘shsa bo‘ladi?
3. Karim Mahmudov kim?
4. Palovning qanday turlarini bilasiz?
5. Nima uchun o‘zbek palovi butun dunyoga mashhur bo‘ldi?

Ota-onangiz va oila a’zolaringizdan sizning uyingizda palov qanday tayyorlanishi haqida so‘rang. Uning masalliqlari va tayyorlanish jarayonini yozing.

Turli mamlakatlarning guruchli taomlari

Plov (Ozarbayjon)



Chaxan (Yaponiya)



Biryani (Hindiston)



Paloo (Qirg‘iziston)



Palav (Tojikiston)



Palau (Qozog‘iston)



Pilav (Turkmaniston)



Chelo-kebab (Eron)



Pilav (Turkiya)



Rizotto (Italiya)



Maklyube (Yaqin Sharq)



Jambalayya (AQSh)



1. Bu taomlar nimasi bilan o‘xshash ekan?
2. Palovning butun dunyoga tarqalishiga nima sabab bo‘lgan deb o‘ylaysiz?
3. Oilangizda qachon palov damlanadi?
4. Nima uchun har bir yurtning palovi har xil tayyorlanadi?
5. Turli mamlakatlarning palovlarini ko‘rganda xayolingizga nima keldi?
6. Siz bu mamlakatlar haqida nimalarni bilasiz?

O‘ZBEKISTON XALQLARI MADANIYATI

Bir vatanning farzandlarimiz

Yozgi ta’til kunlari edi. Oygulga maktabdan qo‘ng‘iroq qilib qolishdi:

– 30-iyul kuni ota-onangiz bilan tuman istirohat bog‘iga keling. O‘zbekiston xalqlari do‘stligi kunini nishonlaymiz, – dedi o‘qituvchi.

Oygul xursand bo‘lib ketdi. Sinfdoshlari bilan bu bayramni anchadan beri kutib, yangi milliy liboslarini tayyorlab yurgan edi.

Buvisi Oygulga chiroyli qoraqalpoqcha nimchalik libos tikib berdi, oyisi esa guldor do‘ppi sovg‘a qildi.

Bayram kuni istirohat bog‘i odamlarga to‘la edi. Hamma yoqda bayram shukuhi, har tarafdan yurtimizda yashovchi turli xalqlarning kuy-qo‘shiqlari eshitilar, hamma zavq bilan raqsga tushar edi.





Qator terilgan xontaxtalarga turli xalqlarning milliy taomlari tortilgan.

– Oygul! Bu yoqqa kelsang-chi! – chaqirib qolishdi chiroyli ko‘ylak kiyib olgan sinfdoshlari.

– Bu qoraqalpoqcha ko‘ylakmi? Muncha chiroyli? Rosa yarashibdi! – deyishdi qizlar.

– Endi bizning kiyimlarimizga qarab, qaysi millatniki ekanini top-chi!

Oygul sinfdoshlariga qarab, bir chekkadan sanay boshladi:

– Nuriya – tatar. Azim – o‘zbek. Zebo – tojik. Dima – koreys. Olesya – ukrain. Ashot – arman. Ira – rus. Aydar – qozoq. Lekin Murod bilan Asyani kiyimiga qarab, millatini topolmadim, – kulib yubordi Oygul.

– Men uyg‘urman, Asya esa boshqird, – dedi Murod ham kulib.

Bolalar kun davomida rosa maza qilishdi, milliy o‘yinlar o‘ynashdi, raqs tushishdi. Har xil milliy taomlardan yeb ko‘rishdi. O‘zbekcha somsa, tatarcha chak-chak, ruscha quymoq, qoraqalpoqcha bo‘g‘irsoq, ukraincha varenik – hammasini aytib tugatish qiyin. Tushlik paytida ota-onalari bilan choyxonaga kirib, o‘zbekcha palov, uyg‘urcha lag‘mon, qozoqcha beshbarmoq, koreyscha kuksiga to‘yishdi.

– Turli millat vakillari bo‘lsak ham, qanday ajoyib do‘stlarim bor-a, – dedi Oygul kechqurun ota-onasiga.

Oyisi shunday dedi:

– Barakalla, qizim. Doim shunday ahil bo‘linglar, chunki hammangiz bir Vatanning farzandlarisiz.

1. O‘zbekistonda Xalqlar do‘stligi kuni qachon bayram qilinadi?
2. Bu bayram qanday nishonlanadi?
3. Oygulning o‘rtoqlari qaysi millatlarga mansub ekan?
4. Sizning millatingiz nima?
5. Siz qaysi milliy taomlarni yeb ko‘rgansiz? Aytib bering.

“Mening turli millatga mansub qarindoshlarim, do‘stlarim, tanishlarim” degan mavzuda tadqiqot o‘tkazing. Nechta millatni sanadingiz?

O‘zbekistonda turli xalqlarning madaniyati, an’ana va urf-odatlari hurmat qilinadi. Yurtimizda 36 milliondan ortiq aholi yashaydi.

18



O‘zbekistonda bugungi kunda 130 dan ortiq millat va elat vakillari istiqomat qiladi. Yurtimizdagi barcha millat va elatlar bir oila farzandlaridek tinch-totuv yashaydilar. Mamlakatdagi xalqlar qanchalik ahil, tinch-totuv yashasa, aholining turmushi shunchalik farovon bo‘ladi.

O‘zbekistonda turli millat vakillarining madaniyati, an’ana va urf-odatlarini saqlash hamda har tomonlama rivojlantirish uchun barcha shart-sharoitlar yaratilgan. Bu ishga turli millatlarning madaniy markazlari katta hissa qo‘shmoqda. Hozirgi kunda yurtimizda 153 millat va elatlarning milliy madaniy markazlari bor.

O‘zbekiston Respublikasi aholisining etnik tarkibi

84.4%	O‘zbeklar	4,9%	Tojiklar
2,4%	Qozoqlar	2,1%	Ruslar
2,2%	Qoraqalpoqlar	4,1%	Boshqalar



1. Mamlakatdagi turli millat vakillari o‘rtasida ahillikni saqlash nima uchun muhim?
2. Yurtimizdagi milliy madaniy markazlar qanday maqsadda tashkil qilinadi?
3. Mamlakatimizdagi xalqlar o‘rtasida do‘stona munosabatlarni mustahkamlashga siz qanday hissa qo‘shishingiz mumkin?



Milliy liboslar














1. Milliy liboslarni diqqat bilan ko‘rib chiqib, ularni taqqoslang.
2. Har bir libos qaysi millatga tegishli ekanini topishga harakat qilib ko‘ring.
3. Ularda qanday o‘xshashlik va farq bor?
4. Milliy liboslar qachon kiyiladi?
5. Siz qanday milliy bayramlarni bilasiz?

O‘zbekiston xalqlarining milliy bayramlari

Navro‘z – bahorgi tengkunlik, yangilanish bayrami. Sharq xalqlarida bu bayram 21-mart kuni nishonlanadi. Navro‘z – kirib kelgan bahorni qarshilash, qishdan eson-omon chiqib olganimiz uchun shukrona qilish bayramidir. Bu kunda hamma bir-birini tabriklaydi, qarindosh-urug‘larini, bemor va yolg‘izlarni yo‘qlaydi, arazlashganlar yarashadi. Navro‘zning asosiy taomi sumalakdir. Bu kunda milliy o‘yinlar o‘ynaladi, o‘yin-kulgi qilinadi, barcha yaqinlar bayram dasturxoni atrofiga to‘planadi.





Nauriz, Navro‘z, Nauroz, Navrez, Nooruz... Turli xalqlar bu bayramni ana shunday turlicha ataydilar.

Ko‘pgina davlatlarda Navro‘z rasmiy bayram hisoblanadi. Masalan, O‘zbekiston, Qirg‘iziston, Turkmaniston, Tojikiston, Qozog‘iston, Eron, Ozarbayjon, Albaniya, Hindiston, Turkiya, Makedoniya va boshqa davlatlarda, shuningdek, Tatariston va Boshqirdistonda Navro‘z davlat miqyosida bayram qilinadi. Shuningdek, Navro‘z Xitoyda va hatto Yaponiyada ham nishonlanadi. 2010-yilda Navro‘z Gurjistonda ham milliy bayram deb e’lon qilindi.

2009-yilda Navro‘z UNESKO tomonidan insoniyatning nomoddiy madaniy merosi ro‘yxatiga kiritilgan.



Sabantuy – tatar xalqining milliy bayrami. Bu bayramning aniq sanasi yo'q, lekin, odatda, bahor yoki yozda o'tkaziladi. Sabantuy ham bahor, tabiatning jonlanish bayramidir. Bu bayramda asalli chak-chak pishiriladi.

Sabantuyda milliy kurash, arqon tortish, somon solingan qoplarni "urishtirish" kabi o'yinlar o'ynaladi.

Sollal – Koreya xalqining yangi yilidir. Bu bayramda hamma erta tongdan "solbim" nomli milliy kiyimni kiyadi, ajdodlar ruhiga hurmat bajo keltiriladi, oilalar bayram dasturxoni atrofida to'planadi. Bu bayramning an'anaviy taomi – "tokkuk" nomli sho'rvadir. Sollal bayramida hamma to'planib, "yunnori" milliy o'yinini o'ynaydi.





Ko'k choshur – qadimdan hozirgacha nishonlanib kelinadigan uyg'ur milliy bayrami. Bu bayram ham qish tugab, iliq kunlar kelganiga shukronadir. Uyg'urlar bu bayramda ko'katlar solingan chuchvara pishiradi. Ko'k choshur bayrami yetti kun davomida yetti joyda nishonlanadi.



Guruhlarga bo'linib, O'zbekistonda yashovchi turli millatlarning bayramlarini o'rganing. Ular nimasi bilan o'xshash? Bunday bayramlardan qaysilarini bilishingizni eslab ko'ring. Hikoya qilib berish uchun matn tayyorlang.

O‘ZBEKISTON SHAHARLARI

Kichik guruhlarga bo‘linib, shaharlar haqidagi matnlarni bo‘lib oling. Ularni o‘qib, sinfdoshlaringiz uchun o‘zingiz bilib olgan qiziqarli ma’lumotlar haqida qisqacha xabarlar tayyorlang.

Toshkent – O‘zbekiston poytaxti. Toshkentda qariyb 3 million aholi yashaydi. Poytaxtimiz 2200 yillik tarixga ega. Toshkent – Markaziy Osiyodagi eng katta shahar. Mintaqadagi ilk va eng chiroyli metro Toshkent metrosidir. Toshkent mintaqadagi eng baland teleminorasi, eng katta aeroportiga ega shahardir. Toshkentda 29 ta muzey bor. Bu muzeylardan birida dunyodagi eng qadimiy Mus’haf – Qur’oni Karim saqlanadi.



Buxoro – dunyoga mashhur turizm markazlaridan biri. Buxoro markazida qadimiy bino va inshootlar, ko‘chalar saqlanib qolgan. Shuning uchun qadimiy shaharni tomosha qilishga dunyoning turli chekkalaridan sayyohlar tinimsiz tashrif buyuradi. Buxorodagi Minorayi Kalon, Labi Hovuz maydoni, Chor minor madrasasi kabi tarixiy yodgorliklar noyob tarixiy obidalardir.

Mo‘ynoq – yurtimizdagi ajoyib shaharlardan biri. Bu shahar Orol dengizi quriy boshlaganidan keyin mashhur bo‘lib ketdi. 60 yil avval Mo‘ynoq bahaybat kemalar suzib yurgan dengiz sohilidagi shahar edi. Orol dengizi quriy boshlagach, uning tubi ochilib, ulkan tuz sahrosiga aylandi. Endilikda olimlar-u sayyohlar Mo‘ynoqqa kelib, qurigan dengiz tubini o‘rganmoqda.

Marko Polo Markaziy Osiyo orqali Xitoyga sayohat qilgan. U Xitoy va Osiyo mamlakatlariga kelgan birinchi yevropalik edi. Vataniga qaytgach, "Dunyoning xilma-xilligi haqida" degan kitob yozgan.



Shahrisabz – Amir Temur tug'ilgan qadimiy shahar. Uning 2700 yillik tarixi bor. Bu yerda sohibqiron Amir Temurning Oqsaroy nomli muhtasham qarorgohi saqlanib qolgan. Bu saroyning balandligi hozirgi 25 qavatlik uyga teng kelar edi. Taxminan 700 yil oldin bunday mahobatli saroyning qanday qurilgani hozirgacha hammani lol qoldiradi. Shahrisabz iroqi kashtachiligi bilan ham mashhurdir.



Andijon – shoh va shoir, olim Zahiriddin Muhammad Boburdek zotlarni yetishtirgan ko'hna shahardir. O'zbekiston xalq artisti Sherali Jo'rayev, boks bo'yicha jahon chempioni Hasanboy Do'smatov kabi mashhur insonlar ham Andijon farzandidir. Andijon shirin-shakar mevalari, sabzavot va qovun-tarvuzlari, andijoncha palovi bilan dong taratgan.



Marg'ilon – O'zbekistonning tarixiy shaharlaridan biri bo'lib, o'zbek ipakchiligi poytaxti hisoblanadi. Farg'ona vodiysida joylashgan bu shahar qadimdan hunarmandchilik markazi sifatida tanilga. Dunyoning mashhur tikuvchi va dizaynerlari adras, atlas, beqasam, baxmal kabi Marg'ilon gazlamalarining nomlarini yaxshi bilishadi.

Samarqand – yurtimizning sayyohlar orasida mashhur qadimiy shahri. Bu yerda saqlanib qolgan qadimiy binolarni to'liq ko'rib chiqish uchun bir oy muddat kamlik qiladi. Samarqand 2800 yoshda bo'lib, Olimpiya o'yinlarining tengdoshidir. Samarqand qadim-qadimdan madaniyat va savdo markazi bo'lgan. Amir Temur davrida esa gullab-yashnagan. Shahardagi eng diqqatga sazovor obidalar – Registon, Go'ri Amir va Bibixonim madrasalaridir.



Qarshi – qadimgi savdo karvonlari yo'lida joylashgan go'zal shahar bo'lib, 2700 yoshda. Shaharda juda ko'p tarixiy yodgorliklar saqlanib qolgan. Ulardan biri bundan 500 yil avval qurilgan muhtasham ko'prikdir. Bu ko'prik hozirgi kungacha saqlanib qolgan eng qadimiy ko'priklardan biri hisoblanadi. Sahroga yaqin bo'lgani uchun Qarshining iqlimi quruq, issiq bo'ladi.



Termiz – mamlakatimizning eng janubidagi shahar bo'lib, Amudaryo sohilida, Afg'oniston chegarasida joylashgan. Termiz va uning atrofida islom va ungacha bo'lgan turli dinlarga oid qadimiy yodgorliklar bor. Shuning uchun dunyoning barcha arxeologlari bu yerga kelishga intiladi. Termizda O'zbekistonning eng yirik, zamonaviy jihozlangan arxeologiya muzeyi bor.





Buyuk Ipak yo'li – Xitoy bilan Yevropa o'rtasidagi juda ko'plab mamlakatlarni bog'lab turgan qadimiy karvon yo'lidir. Buyuk Ipak yo'li tufayli turli mamlakatlarning aholisi o'rtasida tovarlar, kashfiyotlar, madaniy yangiliklar va ma'lumotlar almashinuvi bo'lib turgan. Bu yo'lni tuyada bosib o'tishga yarim yil ketgan.



Gullar bayrami

Xiva – O‘zbekistonning ochiq osmon ostidagi muzey shahri hisoblanadi. Dunyoda bunday shahar-muzeylar sanoqli. Bu noyob qadimiy shaharda binolar, ko‘chalar, qal’a devorlari va ustaxonalar saqlanib qolgan. Xivaning eng mashhur joyi – uning markazidagi Ichan qal’adir. Bu yerdan yil bo‘yi sayyohlar qadami uzilmaydi, hunarmandlar rastalari va sharqona bozor gavjum bo‘ladi.



XVI asr ko‘prigi

Namangan – O‘zbekistonning qadimiy va navqiron gullar shahri. Boshqa biror joyda Namangandek ko‘chalari gullarga burkangan shaharni uchratmaysiz. Shuning uchun bu yerda har yili an’anaviy gullar festivali o‘tkaziladi. Namanganda milliy madaniy an’analar, sharqona odob-axloq nihoyatda kuchli, shu bois shahar doim ozoda, saranjom-sarishta bo‘ladi. Xalqimiz o‘zbekona lutf bilan “Namanganda poyabzalsiz yursangiz, paypog‘ingiz chang bo‘lmaydi”, deydi.



San’at muzeyi

Nukus – Qoraqalpog‘istonning poytaxti. Dunyoda bu shaharni bilmaydigan tasviriy san’at shaydosi yo‘q, chunki bu yerda jahondagi eng mashhur Savitskiy nomidagi muzey bor. Shuning uchun Nukus madaniy markazlardan biri sifatida e’tirof etiladi. Muzey oldidagi ulkan maydonda ko‘rgazmalar, sayillar, konsert va boshqa madaniy tadbirlar o‘tkazib turiladi.

Suratlarga qarab, bu diqqatga sazovor joylar qaysi shaharda joylashganini toping. O‘zbekiston shaharlari haqida bir nechta savollar tayyorlab, sinfdoshlaringiz o‘rtasida so‘rovnoma o‘tkazing.

“Men yashaydigan hudud nimasi bilan mashhur?” degan mavzuda kichik insho yozing.

MUZEYLAR – MOZIY KO‘ZGUSI



Akmal, yaxshimisan?

Rahmat! Madina, biz muzeyga bordik!





Muzeyga?! U yerga nima uchun bording?

Nima deb o‘ylaysiz, Akmal Madinaga qanday javob beradi?

“Muzey” so‘zi qadimiy yunon tilidan olingan bo‘lib, “ijod, go‘zallik, san’at maskani” degan ma’noni bildiradi.

Muzeylarda ajdodlar hayoti, turmush tarzi, an’analari, urf-odatlarini aks ettiruvchi osori atiqalar saqlanadi. Muzeylarda qadimgi dunyoning, o‘rta asrlar va yaqin o‘tmishning xotiralari, yodgorliklari, tarixiy hujjatlar, buyumlar va shu kabi eksponatlar namoyish qilinadi. Muzeyga borgan odam xuddi moziyga tushib qolgandek, o‘sha davrda yashayotgandek bo‘ladi. Eksponatlarni o‘z ko‘zi bilan ko‘rib, tariximiz haqida aniq tasavvurga ega bo‘ladi. “Muzeylar nima uchun kerak?” degan savolga tariximizni bilish, qadrlash, tarixiy xotirani, ilm-fan, san’at, madaniyatda erishgan yutuqlarimizni keyingi avlodlarga yetkazish uchun kerak, deb javob berish mumkin.



“O‘z o‘tmishi, tarixini bilmagan xalqning kelajagi bo‘lmaydi”.



Muzey xodimi Sarvar bilan Lolaga nima uchun tanbeh berganini bilasanmi?

Bilmasam, eksponatlarga qo‘li bilan tekkandir-da?





Yo‘q, qadimiy suratlarni telefonda rasmga olgan ekan. Bu esa mumkin emas.



Muzeylarda bir necha asrlardan beri avaylab saqlab kelinayotgan suratlar bo‘ladi. Bunday qadimiy buyumlar nihoyatda nozik, shu bois ular ehtiyot qilinadi. Telefon yoki fotoapparatlarning chiroqlari esa vaqt o‘tishi bilan eski suratlardagi tashqi qatlamning rangini o‘chirib yuborishi mumkin. Shuning uchun ba’zi muzeylarga telefon yoki fotoapparat olib kirish, suratga olish taqiqlangan.



Muzeyda qanday tartib-qoidalarga rioya qilish kerak? Nima uchun? Tartib-qoidalar ro‘yxatini tuzib, sinfdoshlaringiz bilan muhokama qiling.



Eksponat – bu ko‘pchilik tomosha qilishi uchun muzey yoki ko‘rgazmaga qo‘yilgan buyum. Masalan, san’at asarlari, hujjatlar, hunarmandchilik mahsulotlari muzey eksponati bo‘lishi mumkin.

Rossiyaning Sankt-Peterburg shahridagi mashhur Ermitaj muzeyida 3 150 428 ta eksponat bor. Ularning har birini hech bo‘lmaganda bir daqiqadan ko‘rib, muzeyni to‘liq tomosha qilib chiqish uchun olti yil vaqt kerak bo‘ladi.

Muzeydagi o‘zingizga yoqqan birorta eksponat haqida hikoya yozing.

Muzeylardagi eksponatlar uzoq yillar davomida yaxshi saqlanib turadi, chunki mutaxassislar ularga maxsus ishlov beradilar. Muzey jamoat joyi sanalib, madaniy hordiq chiqarish maskanidir. Muzeyga borganda u yerdagi ichki tartib-qoidalarga rioya qilish kerak.

Muzeylarda turli kasb egalari xizmat qiladi:

- posbonlar eksponatlarni qo'riqlaydi;
- ilmiy xodimlar tadqiqotlar olib boradi, ilmiy anjumanlarda, seminar va ekspeditsiyalarda ishtirok etadi;
- ta'mirchilar shikastlangan eksponatlarni butlash, tiklash bilan shug'ullanadi;
- gidlar mehmonlarga muzeydagi eksponatlar haqida so'zlab beradi.

Kichik guruhlarda muzey xodimlari nomidan "Muzeyda bir kun" nomli qisqa hikoya tayyorlang.



Muzeylar har xil bo'ladi. Tarix muzeylarida qadimiy osori atiqalar saqlanadi. San'at muzeylarida san'at asarlari, suratlar, haykallar namoyish qilinadi. Jonli tabiat muzeyi, astronomiya muzeyi, geologiya muzeylari ilmiy muzeylar hisoblanadi. Politexnika muzeyida fizika qonunlarining qanday ishlashini, dastlab ixtiro qilingan g'ildirakdan tortib, zamonaviy avtomobillargacha ko'rish mumkin. Mashhur insonlarning, masalan, taniqli yozuvchi, rassom yoki sozandaning hayoti va ijodiga bag'ishlangan muzeylar ham bor. Bunday muzeylarda o'sha insonning shaxsiy buyumlari, cholg'u asboblarini tomosha qilish, uning asarlarini tinglash mumkin.

Yaponiyada tezpishar ugralar muzeyi bor ekan. Bu muzeyda dunyoning turli chekkalaridan keltirilgan, ta'mi va shakli turlicha bo'lgan ugralar to'plangan. Maxsus xonada esa xohlaganlar alohida retsept bo'yicha ugra pishirishi ham mumkin.

Muzeylar haqidagi ma'lumotlarni o'qib chiqib, har bir ma'lumot bo'yicha savollar tuzing. Muzeylarda qanday o'xshashlik bor? Ular nimasi bilan farq qiladi? Shu haqida sinfdoshlaringiz bilan suhbatlashing.

Toshkentdagi O'zbekiston davlat san'at muzeyi

Bu muzeyga 1918-yilda asos solingan bo'lib, unda turli mamlakatlar, davrlarga oid noyob san'at asarlari jamlangan. Muzeyda gilamlar, sopol va chinni idishlar, milliy cholg'u asboblari, surat va haykallar namoyish qilinadi.



Mo'ynoqdagi Orol dengizi tarixi muzeyi



Bu muzeyga 1984-yilda Mo'ynoq tumanining Uchsoy qishlog'ida o'lkashunoslik muzeyi sifatida O'rinboy Eskirkepov tomonidan asos solingan. Muzey Orol dengizining qurishi bilan bog'liq ekologik falokat, mahalliy aholining hayoti va turmush tarzi haqida ma'lumot beradi. Ko'rgazmada rasmlar, fotosuratlar, hujjatli filmlar hamda arxiv hujjatlari namoyish qilinadi. Shuningdek, muzeyda Orolbo'yining hayvonot va nabotot olami namunalari, Orol dengizi qurimasidan avval olingan go'zal fotosuratlar ko'rgazmaga qo'yilgan.

Buxoro davlat qo‘riqxona-muzeyi



Ark qal’asi Buxoroning eng qadimiy inshootlaridan biridir. Ark majmuasi V asrda shaharning shimoli-g‘arbidagi tepalikda qurilgan.

Bir paytlar Buxoro amirining qarorgohi bo‘lgan bu qal’a bugungacha yaxshi saqlanib qolgan bo‘lib, o‘ziga xos muzey hisoblanadi.

Arkning qurilishi haqida xalq orasida bir afsona bor. Uni Siyovush degan yigit qaylig‘i uchun qurgan, deyishadi.

Hukmdor Turon Fragisiyag qizini Siyovushga bermaslik uchun bahona qilib, iloji yo‘q ishni – bitta buqaning terisi ichiga qal’a qurishni buyuribdi. Zukko yigit esa buqa terisidan tasmalar kesibdi va ularni bir-biriga ulab, aylana shaklida mahkamlabdi. Keyin shu aylana ichiga Arkni quribdi. Noiloj qolgan hukmdor qizini topqir Siyovushga berishga majbur bo‘libdi.

Yana qaysi muzeylarni bilasiz?
Qaysi muzeylarga borishni xohlaysiz?

O‘zbekiston muzeylaridan biriga virtual sayohat tashkil qiling.

O‘ZBEKISTON BO‘YLAB SAYOHAT

Lola o‘rtoqlari bilan sayohatga boradi

Bir kuni o‘qituvchi Lola va uning sinfdoshlariga ajoyib xushxabar aytib qoldi:

– Ota-onalaringiz sizlarni sayohatga olib borishni taklif qilishyapti. O‘zbekistonning istalgan viloyatini tanlasangiz bo‘ladi.

– Biz hech qayerga bormaganmiz-ku! Qanday qilib tanlaymiz? – so‘radi Lola.

– Bugun uyga borib, ota-onangiz, bobo-buvilaringiz bilan maslahatlashing. Ular qayerlarga borgani, qanday qiziqarli joylarni ko‘rganini so‘rang. Ertaga shunga qarab, boradigan joyimizni tanlaymiz.

Ertasiga darsdan keyin hamma to‘planib, ota-onasidan, uydagilardan eshitganlarini aytib bera boshladi. Ba’zilar telefonga olingan suratlarni ham olib kelibdi. Hamma qiziqib, qayerga borishni maslahat qila boshladi.

– Ko‘ryapsizlarmi, ko‘pchilik Samarqand, Buxoro va Xivaning suratlarini olib kelibdi. Negaligini bilasizlarmi? – so‘radi o‘qituvchi.

– Chunki bular – O‘zbekistonning eng mashhur, eng qadimiy shaharlari. Shuning uchun u yerga butun dunyodan sayyohlar oqib keladi, – dedi Olim.

– To‘g‘ri. Xo‘sh, yana kim unchalik mashhur bo‘lmasa ham, lekin qiziqarli joylarni biladi?

Hamma baravar qo‘l ko‘tardi. O‘qituvchi buni ko‘rib, xursand bo‘ldi:

– Qani, navbat bilan aytinglar-chi? – dedi u.

Bolalar biri olib, biri qo‘yib gapira boshlashdi:

– Shahrisabzdagi baland Oqsaroy. Unga chiqqan odam osmonga chiqqanday bo‘ladi!

– Surxondaryodagi Kampirtepa! U yerdagi shaharni Aleksandr Makedonskiy qurdirgan deyishadi.

– Mo‘ynoqqa borish kerak! U yerda qurigan Orol dengizi o‘rnida qumga botgan kemalar bor.

– Orol dengizining qolgan qismini ham ko‘rsa bo‘ladi. Faqat Ustyurt tomonga uzoq yurish kerak.





Hoji Bog‘bon ota



Oqsaroy



Xonbandi to‘g‘oni



Baday-To‘qay qo‘riqxonasi



Shohruxiya



Chilpiq qal’a

– Amudaryoda Baday-To‘qay qo‘riqxonasi bor. U yerda bug‘ular yashar ekan. Odamdan qo‘rqmay, bemalol yaqin kelarkan! Zo‘r-a?

– Buxoro qo‘riqxonasidagi jayronlarni ham ko‘rsa bo‘ladi.

– Xo‘sh, yana qanday chiroyli joylar bor? Kim biladi?

– Samarqanddan Shahrisabzga ketishda Qoratepa tog‘i bor. Yerdan chiqqan qoratoshlar har xil hayvonlarga, odamlarga o‘xshaydi. Hamma borib, o‘sha joyda rasmga tushib keladi.

– Borsakelmas degan ko‘l bor. U yerda suvning o‘rniga tuzda cho‘milsa bo‘lar ekan. Dadam aytganlar, bunaqa tuz konlari dunyoda atigi o‘ntagina ekan.

– Qashqadaryoda ham chiroyli joylar ko‘p. Mirakida baland tog‘lar, daryolar bor. Ayiqlar, bo‘rilar yuradi.

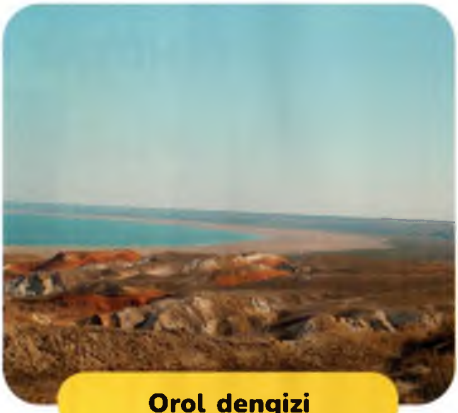
– Jizzaxda-chi, tog‘da Hoji Bog‘bon ota maqbarasi bor. Tog‘ga chiqib qarasangiz, bir tomonda sap-sariq cho‘l, bir tomonda ko‘m-ko‘k Aydarko‘l ko‘rinadi. Men rasmlarini ko‘rganman, juda chiroyli!

Shu payt o‘qituvchi savol berdi:

– Xo‘sh, yana qanday, tarixiy joylar bor? Kim biladi?

– Men! – dedi Sanjar. Uning dadasi tarixchi edi. – Zarafshon tog‘ida Langar degan qishloq bor. U yerda arablarning avlodi yashaydi. O‘sha qishloqda ming yillik Mus’haf bor. Olimlar buni yaqinda aniqladi.

– To‘g‘ri, bu voqea butun dunyoda shov-shuv bo‘ldi.



Orol dengizi



Qirqqiz qal’asi



Qoratepa tog‘i



Kampirtepa



Langar



Fayoztepa

– Dadam Surxondaryoga borganida, Fayoztepa degan joyda qadimiy ehromlarni ko‘ribdi. Ular xuddi cho‘ldagi labirintga o‘xshar ekan.

– Chilpiqqal’ada ham tarixiy joylar bor. Xuddi fantastik kinodagi qal’aga o‘xshaydi.

Shundan keyin o‘qituvchi O‘zbekistondagi mashhur qadimiy yodgorliklar, ziyoratgohlarni ham so‘radi.

O‘quvchilar darrov javob berishdi:

– Qizilqum cho‘lining chekkasida Ayozqal’a degan joy bor. Bu qal’a tepalikda joylashgan. Borsak, cho‘lning o‘rtasidagi o‘tovlarda yotsak bo‘ladi.

– Termizda Qirqqiz degan ajoyib qal’a bor. Paxsadan qilingan, lekin nihoyatda chiroyli, yerosti yo‘llari, peshtoqlari bor.

– Bolalar, poytaxtimiz atrofida ham qiziqarli joylar bor-ku! Nahotki hech kim bilmasa? – dedi o‘qituvchi.

– Toshkentga yaqinroq joyda, Sirdaryoning baland qirg‘og‘ida Shohruxiya shahrining qoldiqlari bor. Uni Amir Temur qurdirib, o‘g‘lining nomi bilan atagan. U yerda ilgari kemalar yurgan, bandargoh bo‘lgan ekan.

Nihoyat, gapirish navbati Lolaga keldi. U qo‘lida tutib turgan ikkita tog‘ o‘rtasidagi tosh devorning rasmini ko‘rsatdi:

– Mana, Forish shahri yonidagi Xonbandi degan joy. Ming yil oldin



qurilgan qadimiy to‘g‘on. Akam aytdilarki, u yerga O‘zbekistondan ham juda kam odam borgan ekan.

– Barakalla, qizim. Bu rasmlarni olib kelib, juda yaxshi qilibsan, – dedi o‘qituvchi.

– Bunchalik yaxshi saqlangan qadimiy to‘g‘onlar butun dunyoda nari borsa beshtagina chiqsa kerak. O‘shalardan bittasi – Xonbandi. Biz u bilan faxrlansak arziydi.

Bolalar, “Birinchi bo‘lib Forishga boraylik, o‘sha ajoyib to‘g‘onni ko‘raylik! Yo‘lda Shohruxiyaga kirib, Hoji Bog‘bon otani ham ziyorat qilib kelsak bo‘ladi”, deb o‘qituvchidan iltimos qila boshlashdi.

Lola esa “O‘zbekiston bo‘ylab har yili sayohat qilishimiz kerak ekan, axir shuncha ajoyib joylar bor!” deb o‘yladi.

Bolalar sayohat qilish uchun O‘zbekistondagi 20 ta joyning nomini aytishdi. Ulardan eng borgingiz kelgan uchtasining nomini ayting.

Oila a’zolaringizdan O‘zbekistonning qaysi joylariga borganini so‘rang. Bu joylarning ro‘yxatini tuzib, sinfdoshlaringizga gapirib bering.



Qo‘riqxonalar

O‘zbekistonda juda ko‘p tabiat qo‘riqxonalari mavjud. Bunday qo‘riqxonalar yaratishdan maqsad atrof-muhitni, hayvonot va o‘simlik olamini muhofaza qilishdir. Shulardan eng kattalari Hisor davlat qo‘riqxonasi, Nurota va Zarafshon davlat qo‘riqxonalaridir.

O‘zbekistondagi ko‘p obyektlar UNESKOning Butunjahon merosi ro‘yxatiga kiritilgan.







Qo‘riqxonalar nima uchun kerak? Qo‘riqxonada yurishning ham tartib-qoidalari bormi? Bu tartib-qoidalarning buzilishi qanday oqibatlarga olib keladi?

Hayvonot olami

O‘lkamizda turli xil jonivorlar yashaydi. Yo‘qolib yoki kamayib borayotgan noyob hayvonlar “Qizil kitob”ga kiritilgan. Davlatimiz hayvonot olamini saqlab qolish uchun zarur choralarni ko‘radi.











Tabiatni asrab-avaylash uchun qilgan xatti-harakatlarimiz atrof-muhitga, hayvonot va nabotot olamiga zarar yetkazmasligi lozim.



Lolalar bahor, go'zallik va hayot ramzi bo'lgan eng chiroyli gullardir.



Qulasa – Tyan-Shan tog‘larining eng go‘zal daryolaridan biridir. O‘zbekiston hududida bu daryoning nihoyatda chiroyli sharsharalari bor.

1. O‘zbekiston tabiatining go‘zalligidan zavqlaning. Bu surat sizda qanday his-tuyg‘ularni uyg‘otdi?
2. “Inson – tabiatning bir qismidir” jumlasini qanday tushunasiz?
3. Sizni hayratga solgan joylar yoki hodisalarni eslang.

www.idum.uz saytidan yuklab olindi

MUNDARIJA

I bo'lim. Men va atrofimdagi olam

1-dars.	Vatanim haqida nimalarni bilaman?	4
2-dars.	O'zbekiston xalqi – Vatanimiz faxri	8
3-dars.	Men yashayotgan olam	12
4-6-darslar.	Sayyoramizga nimalar xavf solmoqda?	16
7-dars.	Biz qanday dunyoda yashashni istaymiz?	24

II bo'lim. Insonlar orasida

8-9-darslar.	Tenglik nima?	26
10-11-darslar.	Kamsitish nima?	30
12-13-darslar.	Sinfdagi muhit	34
14-dars.	Volontyorlik	40

III bo'lim. Men o'zimni boshqaraman!

15-dars.	Men hayotni sevaman!	44
16-18-darslar.	His-tuyg'ularimiz	47
19-dars.	Mening odatlarim	52
20-dars.	Mening sog'lig'im	56
21-22-darslar.	O'zimni boshqaraman	60

IV bo'lim. An'analar va madaniyat

23-24-darslar.	An'analar – xalq xotirasidir	64
25-26-darslar.	O'zbekiston xalqlari madaniyati	74
27-dars.	O'zbekiston shaharlari	82
28-29-darslar.	Muzeylar – moziy ko'zgusi	86
30-dars.	O'zbekiston bo'ylab sayohat	92

Darslik holati haqida ma'lumot

№	O'quvchining F. I. Sh	O'quv yili	Darslik olingan vaqtdagi holati	Sinf rahbarining imzosi	Darslik qaytarib berilgan vaqtdagi holati	Sinf rahbarining imzosi
1						
2						
3						
4						
5						
6						

Darslikni olish va o'quv yili oxirida uni qaytarishda yuqoridagi jadval sinf rahbari tomonidan quyidagi mezonlarga muvofiq to'ldiriladi

Yangi	Darslikning holati a'lo darajada
Yaxshi	Muqovasi butun, kitobning asosiy qismidan uzilmagan. Barcha sahifalar mavjud, butun, yirtilmagan, yelimi ko'chmagan
Qoniqarli	Muqovasi ezilgan, shikastlangan, kitobning asosiy qismidan qisman ajralgan va foydalanuvchi tomonidan tiklangan. Qayta tiklash ishlari qoniqarli. Yirtilgan sahifalar yopishtirilgan, ba'zi sahifalari yirtilgan
Qoniqarsiz	Muqovasiga chizilgan, kitobning asosiy qismidan to'liq yoki qisman yirtilib, uzilgan, qoniqarli tiklangan. Sahifalari yirtilgan, ba'zi sahifalari yo'q, bo'yalgan, ifloslangan, tiklash mumkin emas

Usmanova Olesya Vladimirovna
Risyukova Yuliya Vasilyevna

www.idum.uz saytidan yuklab olindi

Tarbiya

3-sinf

Umumiy o'rta ta'lim maktablari uchun darslik

"Novda Edutainment"
Toshkent – 2023

Muharrir	*Sh. Muslimova*
Badiiy muharrir	*A. Sobitov*
Masahhih	*X.Serobov*
Rassomlar:	*R. Ismailova, M. Azimova, V. Frolov, T. Daminov*
Kompyuterda sahifalovchi	*D. Konoplich*

Nashriyot litsenziyasi AI No158. 07.07.2023- yilda original-maketdan bosishga ruxsat etildi. Bichimi 60x84 1/8. Kegli 14 n/shponli. "Arial" garniturasi. Ofset bosma usulida bosildi. Mashinada yengil bo'rlangan (Machine Finished Coated) 80 g/m^2 qog'oz. Shartli b.t. 13. Hisob-nashriyot t. 3,01. Adadi 626 983 nusxa. Buyurtma raqami 23-326. "O'zbekiston" NMIUda chop etildi.