

O'ZBEKISTON RESPUBLIKASI OLIY VA O'RTA MAXSUS TA'LIM VAZIRLIGI
URGANCH DAVLAT UNIVERSITETI
JISMONIY MADANIYAT FAKULTETI
JISMONIY TARBIYA NAZARIYASI VA METODIKASI KAFEDRASI



Turizm va uni o'qitish metodikasi
O'QUV USLUBIY MAJMUA



Bakalavriat yo'nalishi «5141900» jismoniy tarbiya va jismoniy madaniyat

Tuzuvchi:

p.f.n. Masharipova M., Osmonbekova N.

Urganch 2010

Mazkur o'quv uslubiy majmua bakalavriat yo'nalishi «5141900»- jismoniy tarbiya, jismoniy madaniyat uchun mo'ljallangan bo'lib, unda Turizm va uni o'qitish metodikasi faninig maqsad vazifalari, tasnifi, vositalari va tushunchalari, boshqa fanlar bilan aloqasi, o'qitish metodikasining ahamiyati to'g'risida bilim va ko'nikmalarni shakllantiradi.

Tuzuvchi o'qituvchi:

Osmonbekova N

Taqrizchilar:

- 1.Raximov M.M -pedagogika fanlari nomzodi, dotsent “Jismoniy tarbiya nazariyasi va metodikasi” kafedrsi o'qituvchi.**
- 2.Sharipov.A.K.pedagogika fanlari nomzodi
“Umumiy jismoniy tarbiya ” kafedراسi o'qituvchisi**

**O'ZBEKISTON RESPUBLIKASI
OLIIY VA O'RTA MAXSUS TA'LIM VAZIRLIGI**



**Ro'xatga olindi:
№BD-5141900-3.10.
2009. 23-avgust**

**TURIZM VA UNI O'QITISH METODIKASI
fanining**

O'quv dasturi

Bilim sohasi:	100000 – Ta'lim.
Ta'lim sohasi:	140000 – O'qituvchilarni tayyorlash va pedagogika fani
Ta'lim yo`nalishi:	5141900 – Jismoniy tarbiya va jismoniy madaniyat

Toshkent – 2009

Fanning o`quv dasturi Oliy va o`rta maxsus, kasb – hunar ta`limi o`quv – uslubiy birlashmalari faoliyatlarini Muvofiqlashtiruvchi Kengashning 2009 yil «_26_» __avgustdagi «_1» - son majlis bayoni bilan ma`qullangan.

Fanning o`quv dasturi Nizomiy nomidagi Toshkent Davlat Pedagogika universitetida ishlab chiqildi.

Tuzuvchi:

Daurenov E.Yu. – Nizomiy nomidagi TDPU, Jismoniy tarbiya metodikasi va bolalar sporti kafedrasida o`qituvchisi

Taqrizchilar:

Inozemtseva L.A. - Nizomiy nomidagi TDPU, Jismoniy tarbiya metodikasi va bolalar sporti kafedrasida katta o`qituvchisi

Xo`jaev F - TVPQTMOI, Amaliy fanlar kafedrasida mudiri, pedagogika fanlar nomzodi, professor

Fanning o`quv dasturi Nizomiy nomidagi Toshkent Davlat Pedagogika universiteti, Ilmiy – uslubiy kengashida tavsiya qilingan (2009 yil avgustdagi «_1_» - sonli bayonnoma)

Kirish

O'zbekiston o'z mustaqilligini qo'lga kiritib, jahon hamjamiyatining teng huquqli a'zosiga aylandi. Dunyoning barcha qit'alaridan minglab turistlar mamlakatimizning diqqatga sazovor joylari, qadimiy shaharlari, noyob me'morlik obidalarini o'z ko'zlari bilan ko'rish, bitmas- tunganmas ma'naviy oziqa olish niyatida Samarqand, Buxoro, Toshkent, Xorazmga tashrif buyuradi.

Turizm sport turi sifatida ham, iqtisodning muhim sohasi sifatida ham jadal rivojlanib bormoqda.

Ushbu dastur turizm va uni o'qitish metodikasiga oid bilimlar berish, amaliy ko'nikma va malakalar hosil qilish maqsadini ko'zlaydi.

O'quv fanining maqsadi va vazifalari

Fanning maqsadi O'zbekiston Respublikasida qabul qilingan turizmga oid direktiv hujjatlar, mamlakatimizda turizmning rivojlanish tarixi, o'sib kelayotgan avlodning jismoniy tarbiyasida turizmning, o'lkashunoslik – sayyohlik ishlarining ahamiyati haqida bilim berish.

Fanning vazifalari: - turizm bo'yicha mashg'ulotlarni tashkil qilish va o'tkazish metodikasi; turizm elementlarining texnik malakalari, taktikasi va texnikasi bilan tanishtirish, o'lkashunoslik – sayyohlik ishlarini yo'lga qo'yish asoslari haqida bilim berishdan, o'lkashunoslik – sayyohlik ko'nikma va malakalarini shakllantirish va sh.k. lardan iborat.

Fan bo'yicha talabalarning bilim, ko'nikma va malakasiga qo'yiladigan talablar

Ushbu kursni o'rganish natijasida bakalavr:

- sog'lom turmush tarzini shakllantirishda turizmning o'rni va ahamiyati;
- turizmning kelib chiqishi va rivojlanish bosqichlari;
- O'zbekistonda turizmning bugungi kundagi ahvoli;
- turizmni o'rgatish metodlari, shakl va vositalari;
- turizm texnikasi bo'yicha musobaqalarini o'tkazish usullari;
- hakamlilik qilish;
- musobaqalarga oid hujjatlarni rasmiylashtirish tartibini bilishi;
- o'lkashunoslik – sayyohlik ko'nikmalariga;
- turizm elementlarining texnik malakalari, turizmni tashkil qilish va o'tkazishga tayyorgarlik ko'rish, marshrutni tanlash, sayr jarayoniga rahbarlik qilish, sayr jarayonida yuklamani boshqarish, sayrni yakunlash va uning natijalarini tahlil qilish hamda harakatlarni avtomatizm shakliga keltirish malakalariga ega bo'lishi kerak.

Fanning o'quv rejasidagi boshqa fanlar bilan o'zaro bog'liqligi va uslubiy jihatdan uzviy ketma – ketligi

Turizm va uni o'qitish metodikasi fani o'quv rejasidan joy olgan Markaziy Osiyo Geografiyasi, Inson faoliyati xavfsizligi, Pedagogik mahorat, Pedagogik texnologiyalar, YOsh fiziologiyasi va gigiena, Psixologiya, bolalar tibbiyot nazorati, Anatomiya, Odam fiziologiyasi, jismoniy tarbiya gigienasi, Jismoniy tarbiya nazariyasi va metodikasi kabi fanlar bilan o'zaro bog'liqlikda o'qitiladi.

Fanning ta'limdagi o'rni

Turizm va uni o'qitish metodikasi fani umumkasbiy fan hisoblanib, jismoniy tarbiya va jismoniy madaniyat yo'nalishi bakalavrini tayyorlashda muhim ahamiyat kasb etib, jismoniy sifatlarni rivojlantirish va tarbiyalash, harakat ko'nikma – malakalarini mustahkamlashda, talabalar orasida turizmni ommalashtirish, turizm natijalarini yaxshilashda hal qiluvchi ahamiyat kasb etadi

. Kelgusida jismoniy madaniyat o'qituvchisi bu fan bo'yicha bilim, malaka va ko'nikmalaridan turizmni fan sifatida o'qitish, o'lkashunoslik – sayyohlik ishlarini yo'lga qo'yish, yosh avlodni sog'lomlashtirish, sog'lom turmush tarzini targ'ib qilish, o'quvchi yoshlarning turizm natijalarini yuksaltirish maqsadida foydalanadi.

Fanni o'qitishda zamonaviy axborot va pedagogik texnologiyalar

Talabalarning turizm va uni o'qitish metodikasi fanini o'qitishda ta'limning ilg'or va zamonaviy usullardan foydalanish, inovatsion – pedagogik texnologiyalarni tatbiq qilish muhim ahamiyatga ega.

Nazariy (lektsiya) mashg'ulotlarini olib borishda Muammoli ta'lim (muammoli ma'ruza), Insert, Klaster Bumerang, Zanjir, Tarozi, Echim daraxti kabi pedagogik texnologiyalardan foydalaniladi. Bunda har bir mavzuning o'ziga xos xususiyatlaridan kelib chiqiladi.

Shuningdek, audio-, video-, kompyuter texnikasidan keng foydalanish ko'zda tutiladi.

Asosiy qism
Fanning nazariy (ma'ruza) mashg'ulotlari mazmuni
Turizm turlari tarixi, rivojlanish bosqichlari
va pedagogik ahamiyati

Turizm xaqida tushunchalar va ularning paydo bo'lishi
Jismoniy tarbiya tizimida turizmning moxiyati va o'rni
Turizmning me'yoriy dasturi va tashkiliy asoslari tavsifi
O'zbekiston Respublikasida o'lkashunoslik va turistik tushunchalar, tabiatni muxofaza qilish..
Turizm elementlari bo'yicha ommaviy tadbirlar va musobaqalar
O'zbekistonda turizmning rivojlanish tarixi. Rivojlanish bosqichlari.
Turizmni rivojlantirishga oid direktiv hujjatlar.
Mashhur turistik marshrutlar.

Turizm turlarini bolaning yoshiga mos holda tanlash va o'tkazish

Turizm turlari: umumta'lim maktabi, o'rta maxsus kasb – hunar ta'lim muassasalari o'quvchilari, talabalari bilan turistik sayohatlarni rejalashtirish va tashkil qilishning o'ziga xos xususiyatlari. Har bir sayrning rivojlanish bosqichlari va tarbiyaviy ahamiyati.

Turizm turlarini bolaning yoshiga mos holda tanlash va o'tkazish. O'quvchi va talabalarning yosh xususiyatlarini va jinsini hisobga olgan holda kichik, o'rta va katta me'yordagi harakatlar, jismoniy mashqlarga taalluqli elementlar mazmuni, tavsifi, tahlili.

Turizm mashg'ulotini tashkil qilish va o'tkazish

Turizm bo'yicha mashg'ulotni tashkil qilish va o'tkazish. Maktabgacha ta'lim, umumta'lim maktabi, akademik-litsey va kasb-hunar kolleji o'quvchilari, OO'Yu talabalarining yosh xususiyatlarini hisobga olgan holda sayrlarni me'yorlash va o'tkazish metodikasi. Sayrga rahbarlik qilish. Sayrning boshlanishi, sayrchilarning harakatini tashkil etish va ijodiy tashabbuskorligini rivojlantirish, sayrchilar xulqi va sayrning borishini kuzatish. Turistik musobaqaga hakamlik qilish, musobaqaning davom etish vaqti, musobaqalarni yakunlash, g'oliblarni aniqlash.

Turistik mashg'ulotlarda vatanparvarlik tarbiyasi

Turizm mashg'ulotlarini tashkil qilishda o'lkamizning o'ziga xos go'zalligi, tarixiy shaharlari, boy madaniy merosi bilan faxrlanish tuyg'usini shakllantirish. O'lkashunoslik – sayyohlik ishlarini yo'lga qo'yish shakllari va metodikasi.

Turizm turlariga o'rgatish

Tog' turizmi, piyoda turizm, chang'i turizmi, suv turizmi, ot turizmi, velosiped turizmi, avto-, mototurizm, aviaturizm, g'or turizmi.

Turizm texnikasi va taktikasi

Yurish, so'qmoq yo'lakda yurish, suvdan kechib o'tish, to'siqlardan oshib o'tish, dovonlardan o'tish, botqoqlik joylardan o'tish, qorli dovondan o'tish, qiyali joylardan o'tish, mayda toshli qiyaliklarda yurish.

Turizmga o'rgatish uslublari

To'lig'icha va qismlarga bo'lib o'rgatish uslublari. Shug'ullantirish printsiplari.

Amaliy mashg'ulotlarini tashkil etish bo'yicha auditoriyada va auditoriyadan tashqarida ko'rsatma va tavsiyalar

Amaliy mashg'ulotlarda talabalar maktabgacha ta'lim, umumta'lim maktabi, akademik-litsey va kasb-hunar kolleji o'quvchilari, OO'Yu talabalari bilan turizm mashg'ulotlarini tashkil qilish va o'tkazishni o'rganadilar.

Amaliy mashg'ulotlarni o'qituvchi talabalarining jinsi, jismoniy va psixologik imkoniyatlarini hisobga olgan holda, individual yondashuv asosida tashkil etishi lozim.

Talabalarga beriladigan yuklamalar asta – sekin va izchil oshirib boriladi.

Jarohatlarning oldini olishga alohida e'tibor qaratiladi.

Tavsiya etiladigan amaliy mashg'ulot mavzulari:

1. Sayrni tashkil qilish.
2. Sayr hujjatlarini tayyorlash.
3. Sayr jarayonida ovqatlanishni tashkil qilish.
4. Sayr marshrutini o`rganish.
5. Turistik asbob-anjomlar.
6. Turistlar gigienasi.
7. Sayrda birinchi tibbiy yordam ko`rsatish.
8. Turistik sayrga chiqish.
9. Tabiiy to`siqlardan o`tish va harakat texnikasi.
10. YOTish joyi va tunashni tashkil etish.
11. Tabiatni muhofaza qilish.
12. Turizm texnikasi bo`yicha musobaqalarni tashkil qilish va o`tkazish.
13. Musobaqada g`oliblarni aniqlash va taqdirlash.

Mustaqil ishni tashkil etishning shakli va mazmuni

Mustaqil ishlarni tashkil etishda talabalarning ijodiy fikrlashini, jismoniy mashqlarni bajarish texnikasini rivojlantirishga, ularni bilimlarni mustaqil o`rganish, adabiyotlar bilan ishlashga o`rgatish ko`zda tutiladi. Quyidagi mustaqil ish shakllaridan foydalanish tavsiya qilinadi: darslik va o`quv qo`llanmalar bo`yicha fan boblari va mavzularini o`rganish; tarqatma materiallar, ma`ruzalar qismini o`zlashtirish; maxsus adabiyotlar bo`yicha mavzular ustida ishlash; talabanning o`quv – ilmiy – tadqiqot ishlarini bajarish bilan bog`liq bo`lgan fanlar bo`limlari va mavzularini chuqur o`rganish; xarita bilan ishlash; faol va muammoli o`qitish uslubidan foydalaniladigan o`quv mashg'ulotlari; masofaviy ta`lim.

O`qituvchi rahbarligida auditoriyada va auditoriyadan tashqarida o`tkaziladigan mustaqil ish mavzulari (Ma`ruza)

1. Turizm o`quv fani sifatida.
2. Turizm turlari klassifikatsiyasi.
3. Turizm atamaları.
4. Bolalar jamoalarida turizmni tashkil qilish.
5. Turizm bo`yicha razryadlar va kategoriyalar.
6. Umumta`lim maktablari, akademik litsey va kasb-hunar kollejlari sayyohlik - o`lkashunoslik ishlari.
7. Piyoda turizm.
8. Turizmning ahamiyati.
9. Turizm fanining maqsad va vazifalari.
10. Turistlar gigienasi.
11. Turizmning taktik vazifalari.
12. Sayohatlar uchun jamoa jihozlari.
13. Turizm poxodlarida (1 kunlik) birinchi tibbiy yordam.
14. Turizmni tashkil qilishda marshrut sxemasining ahamiyati.
15. Turizm ilmiy soha sifatida.
16. Turizmning ta`limiy, tarbiyaviy hamda sog`loshlashtirish ahamiyati.
17. Turizmning texnik va taktik tushunchalari.
18. Sayohatlar uchun shaxsiy jihozlar.
19. Turizm oziq-ovqat va uning ahamiyati.
20. Sayohat kundaligini yuritishning ahamiyati.
21. Sayohatni tashkil qilish va o`tkazishda rag`batlantirish va jazolash.
22. Yo`lda yurish qoidalari.
23. Turizm elementlari bo`yicha musobaqalar o`tkazish va uning ahamiyati.
24. Turizm elementlari bo`yicha ommaviy tadbirlar.
25. Sayohatlarni tashkil qilish va o`tkazishda o`qituvchining roli.
26. Sayohatlarda o`lkashunoslik va (meteorologik, tipografik, geologik, gidrologik, botanik, va zoologik, fenologik) kuzatish.

27. Poxodlarga tayyorlanish.
28. Kartaga tushirilgan shartli belgilar va ularning ahamiyati.
29. Turistlar gigienasi.
30. Joylarni chamalab topish usullari.
31. Turistlarning jismoniy tayyorgarligi.
32. Turistlarning topografik tayyorgarligi.
33. Turistik sayohatlarning shakllari.
34. Jarohatlanganda birinchi tibbiy yordam ko`rsatish.
35. Turizmning texnik vazifalari.
36. Tibbiy ko`rik va shifokor nazorati.
37. Turizm xaqida tushunchalar va ularning paydo bo`lishi.
38. Sayohatlarda turistik turmush tadbirlari.
39. Sobiq itiffoq yillarida turizmning rivojlanishi.
40. Hozirgi davrda turizm bo`yicha ning holati o`quv muassasalarida olib borilayotgan ishlar.
41. Mehnat jamoalarida turistik sektsiya ishlarining dasturi va uning ahamiyati.
42. Mustaqillik yillarida turizmning rivojlanishi.
43. Turistik tashkilotlar va turistlarni tayyorlash o`quv rejasini tuzish.
44. Ajdodlarimizning sayyohlik rivojiga qo`shgan hissalar.
45. YOzgi dam olish lagerlarida turizm shakllari.
46. Turizmning tarbiyaviy ahamiyati.
47. Turizmning ta`limiy ahamiyati.
48. Akademik litsey va kasb – hunar kollejlarda turistik to`garak va tsikllarni tashkil qilish.
49. Turizmning sog`lomlashtirish ahamiyati
50. Umumta`lim maktablarda turistik to`garaklarni tashkil qilish.

O`qituvchi rahbarligida auditoriyada va auditoriyadan tashqarida o`tkaziladigan mustaqil ish mavzulari (amaliy)

1. Xarita bilan ishlash.
2. Turistik marshrut tuzish.
3. Turistik to`garak ishlarini rejalashtirish.
4. Turizm elementlari bo`yicha musobaqalarni tashkil etish. Musobaqa hujjatlari. Hakamlik.
5. Ommaviy sport tadbirlarida turizm elementlari.
6. Bir kunlik sayohatlarni tashkil qilish va o`tkazish.
7. Ko`p kunlik sayohatlarni tashkil qilish va o`tkazish.
8. Joylarni chamalab topish usullari.
9. Turistlarning jismoniy tayyorgarligi.
10. Turistlarning topografik tayyorgarligi.
11. Turistik sayohatlarning shakllari.
12. Jarohatlanganda birinchi tibbiy yordam ko`rsatish.
13. Turizm bo`yicha razryadlar va kategoriyalar talablari (me`yorlarini) bajarish.
14. Umumta`lim maktablarda turistik to`garaklari hujjatlarini yuritish.
15. Turistik marshrut (yo`nalishlarni) tuzishga o`rganish.

Dasturning informatsion - uslubiy ta'minoti

1. www.tdpu.uz
2. www.pedagog.uz
3. www.Ziyonet.uz
4. www.edu.uz
5. tdpu INTRANET.uz

Didaktik vositalar

- **jihozlar va uskunalar, moslamalar:** plakatlar, elektron doska – Hitachi, LCD monitor, elektron ko`rsatkich.
- **video audio uskunalar:** video, audiomagnitofon, ovoz kuchaytirgich.
- **kompyuter va multimediali vositalar:** kompyuter, Dell tipidagi proektor, DVD- diskovod, Web-kamera, video – ko`z (glazok).

Foydalaniladigan asosiy darslik va o`quv qo`llanmalar ro`yxati

Asosiy darslik va o`quv qo`llanmalar

1. Xoldorov T., Tulenova X.B Turizm va uni o`qitish metodikasi. T.: 2007.
2. Abdumalikov R., Daurenov E.Yu. Turistik poxodlarni tashkil qilish. Jizzax. 1996 y
3. Daurenov E.Yu., Turistik sayrlarni tashkil qilish. T. O`zDJTI. 1995.
4. Abdumalikov R., Xoldorov T. Turizm T.: O`qituvchi. 1999.
5. Abdumalikov R., Xoldorov T. Turizm T.: O`qituvchi. 1988.

Qo`shimcha adabiyotlar

1. Ratsek V. O`rta osiyo yo`llari bo`ylab. T.: 1976.
2. Kolbintsev A.. Farg`ona vodiysi bo`ylab. T.: 1983-1985.
1. Kucheryavix V. Faisk tog`lar bo`ylab sayoxat joylari. T.: 1979-1980.
2. R.Abdumalikov. Sayohat sahifalari. T.: 1985.
5. www.mbs-multimedia.ru - [Uzbekistan](http://www.mbs-multimedia.ru)
6. www.kemsusport.narod.ru

TA'LIMDA INNOVATSION TEXNOLOGIYALAR

Osmonbekova N

«TURIZM VA UNI O'QITISH METODIKASI»

FANIDAN TA'LIM TEXNOLOGIYASI

Urganch 2010

KIRISH

Turizm va uni o'qitish metodikasi fanidan ta'lim texnologiyasining kontseptual asoslari.

Talabalarga bilim berishda zamonaviy ta'lim texnologiyalarining ahamiyati to'g'risida so'z borganda Prezidentimiz I.A.Karimovning "O'quv jarayoniga yangi axborot va pedagogik texnologiyalarni keng joriy etish, bolalarimizni komil insonlar etib tarbiyalashda jonbozlik ko'rsatadigan o'qituvchi va domlarga e'tiborimizni yanada oshirish, qisqacha aytganda, ta'lim-tarbiya tizimini sifat jihatidan butunlay yangi bosqichga ko'tarish diqqatimiz markazida bo'lishi darkor" 1 degan so'zlarini ta'kidlash o'rinlidir. Bu masala "Barkamol avlod yili" Davlat dasturida ham asosiy yo'nalishlardan biri sifatida e'tirof etilgan.

Majmuada keltirilgan ta'lim texnologiyalarining har biri o'zida o'quv mashg'ulotini o'tkazish shart-sharoiti to'g'risida axborot materiallarini, pedagogik maqsad, vazifa va ko'zlangan natijalarni, o'quv mashg'ulotning rejasi, o'qitishning usul va vositalarini mujassamlashtirgan. Shuningdek, bu o'quv mashg'ulotining texnologik kartasini, ya'ni o'qituvchi va o'quvchining mazkur o'quv mashg'ulotida erishadigan maqsadi bo'yicha hamkorlikdagi faoliyatning bosqichma-bosqich ta'riflanishini ham o'z ichiga oladi.

Majmua tarkibi kirish, ta'lim texnologiyasining kontseptual asoslari, har bir mavzu bo'yicha ma'ruza va seminar mashg'ulotlarida o'qitish texnologiyasidan iborat. Ma'lumotlar maksimal darajada umumlashtirilgan va tartibga solingan. Ularni o'zlashtirish va yodda saqlab qolishni kuchaytirish uchun jadval va chizmalardan foydalanilgan.

Majmuaning kontseptual asoslari qismida dastlab «Turizm va uni o'qitish metodikasi» fanining dolzarbligi va ahamiyati, mazkur o'quv fanining tarkibiy tuzilishi, o'qitishning usul va vositalarini tanlashda tayanilgan kontseptual fikrlar, kommunikatsiyalar, axborotlar berilib, so'ngra loyihalashtirilgan, o'qitish texnologiyalari taqdim qilingan.

To'qqiz turdagi ma'ruza mashg'ulotlari: kirish, tematik, muammoli, vizual-ma'ruza, binar ma'ruza, ma'ruza-munozara, hamkorlikdagi ma'ruza, avvaldan rejalashtirilgan xatoli ma'ruza, sharhlovchi ma'ruza berilgan.

Hozirgi kunda jahon tajribasidan ko'rinib turibdiki, ta'lim jarayoniga o'qitishning yangi, zamonaviy usul va vositlari kirib kelmoqda va samarali foydalanilmoqda. Jumladan, jismoniy madaniyat fakultetida ham innovatsion va zamonaviy pedagogik g'oyalar amalga oshirilmoqda: o'qituvchi bilim olishning yagona manbai bo'lib qolishi kerak emas, balki talabalar mustaqil ishlash jarayonining tashkilotchisi, maslahatchisi, o'quv jarayonining menejeri bo'lishi lozim. Ta'lim texnologiyasini ishlab chiqish asosida aynan shu g'oyalar yotadi.

TURIZM VA UNI O'QITISH METODIKASI FANIDAN TA'LIM TEXNOLOGIYASINING KONTSEPTUAL ASOSLARI.

1.2.	“Turizm va uni o'qitish metodikasi” fanining mazmuni va mohiyati.
-------------	--

1- mavzu: Turizm xaqida tushunchalar va ularning paydo bo'lishi .

Turizm va uni o'qitish metodikasi fani umumkasbiy fan hisoblanib, jismoniy tarbiya va jismoniy madaniyat yo'nalishi bakalavrini tayyorlashda muhim ahamiyat kasb etib, jismoniy sifatlarni rivojlantirish va tarbiyalash, harakat ko'nikma – malakalarini mustahkamlashda, talabalar orasida turizmni ommalashtirish, turizm natijalarini yaxshilashda hal qiluvchi ahamiyat kasb etadi. Kelgusida jismoniy madaniyat o'qituvchisi bu fan bo'yicha bilim, malaka va ko'nikmalaridan turizmni fan sifatida o'qitish, o'lkashunoslik – sayyohlik ishlarini yo'lga qo'yish, yosh avlodni sog'lomlashtirish, sog'lom turmush tarzini targ'ib qilish, o'quvchi yoshlarning turizm natijalarini yuksaltirish maqsadida foydalanadi.

Talabalarning turizm va uni o'qitish metodikasi fanini o'qitishda ta'limning ilg'or va zamonaviy usullardan foydalanish, inovatsion – pedagogik texnologiyalarni tatbiq qilish muhim ahamiyatga ega.

Nazariy (lektsiya) mashg'ulotlarini olib borishda Muammoli ta'lim (muammoli ma'ruza), Insert, Klaster Bumerang, Zanjir, Tarozi, Echim daraxti kabi pedagogik texnologiyalardan foydalaniladi. Bunda har bir mavzuning o'ziga xos xususiyatlaridan kelib chiqiladi. Shuningdek, audio-, video-, kompyuter texnikasidan keng foydalanish ko'zda tutiladi.

2- mavzu: Jismoniy tarbiya tizimida turizmning mohiyati va o'rni. Mustaqillikka erishgandan so'ng mamlakatimizda olib borilayotgan isloxlardan jismoniy tarbiya va sportni rivojlantirishga qaratilgan sai harakatlar aholini moddiy va ma'naviy boyligini yuksaltirish. Ularning mexnat qobiliyatini yanada oshirish, turmush madaniyati xamda yashash sharoyitini yanada yaxshilash masalalariga keng o'rin berilgan.

Ohalini ayniksa yoshlarni ma'naviy etuk, barkamol, o'z vatanini sevadigan, jasur, mustaxkam fikrli qilib tarbiyalashda jismoniy tarbiya va sportning o'rni bekiyosdir. Jismoniy tarbiya tizimining asosiy maqsadi yoshlarni xar tamonloma kamol toptirish, insonlarni mexnat qilishga va vatanni ximoya qila oladogan yoshlarni tarbiyalab voyaga etkazishdan iborat. Shunday ekan bu tizim o'z ichiga jismoniy tarbiya vositalari jismoniy mashqlar sport o'yinlari sport turizm kabilarni o'z ichiga oladi. Bular ichida turizm aloxida o'rin tutadi.

3- mavzu: Maktablarda akademik litsey va kasb-hunar kollejlarida turizmning ahamiyati va o'lkashunoslik, ijtimoiy foydali ishlar.

Ta'lim-tarbiyaning muhim vositalaridan biri bo'lgan turizmni yanada rivojlantirish masalalari kundan-kunga katta ahamiyat kasb etmoqda. O'quv muassasalaridagi yosh o'quvchilarining jismoniy va nazariy tayyorgarligi, turistik sayohat formasi va mazmuni katta kishilar turizmidan tubdan farq qiladi. SHu sababdan ham maktab o'quvchilarning turizmini professional pedagogik turizm deb ayta olamiz. O'zbekiston Maorif vazirliklari ayniqsa yosh va o'smir o'quvchilarining turizm va ekskursilariga alohida e'tibor berib kelmoqda.

“Tasdiqlayman”
O'quv ishlar prorektori
_____ dots. S.U. Xodjaniyazov
«_____» _____2010 yil.

Jismoniy madaniyat fakulteti
“Jismoniy tarbiya nazariyasi va metodikasi” kafedrasida
5141900 «Jismoniy tarbiya va jismoniy madaniyat»
«Jismoniy madaniyat va bolalar sporti»
bakalavriat ta'lim yo'nalishi bo'yicha
“Turizm va uni o'qitish metodikasi” fanidan

ISHCHI DASTUR

(3- kurs talabalri uchun)

Semestr	VI
Ma'ruza	6
Amaliy	32
Mustaqil ta'lim	30
JAMI	68

Ishchi dastur O'zbekiston Respublikasi Oliy va O'rta Maxsus Ta'lim Vazirligi
tomonidan № BD 263-sonli raqam bilan ro'yxatga olingan
“ Turizm va uni o'qitish metodikasi ” fani dasturi asosida ishlab chiqildi.

Tuzuvchilar : p.f.n. Masharipova M
Osmonbekova N

Ishchi dastur «Jismoniy tarbiya nazariyasi va metodikasi» kafedrasida
25.08. 2010 yilda muxokama qilindi (Bayonnoma № 1)

Kafedra mudiri: p.f.n.Masharipov F

Ishchi dastur Jismoniy madaniyat fakulteti ilmiy kengashning
2010 -yil 26 -avgustdagi №1 qarori bilan tasdiqlandi.

Ilmiy kengash raisi: p.f.n. Sharipov.A.K.

Urganch 2010

1. Kirish

1.1. Turizm va uni o`qitish metodikasining maqsad va vazifalari bo`lajak mutaxassis o`qituvchilarga turizm va uni o`qitish metodikasini fanining turli bilimlari, asosiy mazmunini tushuntirish, turizmning shakl va metodlari, turistik poxodlarni tashkil qilish, turistik poxodlarda sportcha chamalab topish, turistik tabdirlarni tashkil qilish usullari, turistik sayoxatlarga tayyorlanish va unga kerakli bo`lgan jixozlar, oziq –ovqatlar, dori-darmonlar hamda shikaslanganda birinchi tibbiy yordam ko`rsatish tadbirlari, topografik va shartli belgilar bilan talabalarni tanishtirish turiladi. Shuningdek o`lkani o`rganish, jamoat joylarda foydali xizmatlar ko`rsatish, tabiatni muxofaza qilish ishlarini olib borishga doir materiallarini ham o`z ichiga oladi. Bir kunlik (ko`p kunlik) turistik sayoxatni tashkil qilish va o`tkazish, unda qo`rsatilgan masofani piyoda yurib o`tish, turistik texnikaga doir musobaqalar tashkil qilish, topografiyadan turli mashg`ulotlar o`tkazish, marshrut sxemalarini ishlash qonun-qoidalarini o`z ichiga oladi.

1.2. Turizm va uni o`qitish metodikasi fani bo`yicha talabalar bilimlari va ko`nikmalariga qo`yiladigan talablar.

Bu fan bo`yicha talabalar bilimlari va ko`nikmalariga qo`yiladigan talablar quyidagilardan iborat: turizm xaqida umumiy tushunchalar va ularning paydo bo`lishi, jismoniy tarbiya tizimida turizmning mohiyati va o`rni, turizmning me`yoriy dasturi va tashkiliy asoslari tavsifi, turizmda texnika va taktika, turizmda O`zbekiston Respublikasida o`lkashunoslik va turistik tushunchalar, tabiatni muxofaza qilish, turizm elementlari bo`yicha ommaviy tadbirlar va musobaqalar haqida ma`lumotlar beradi.

1.3. Turizm va uni o`qitish metodikasi fanining boshqa fanlar bilan aloqasi.

Bu fanni o`rganish uchun talaba avvalgi kurslarda olingan jismoniy tarbiya bo`yicha olingan to`la xajmda bilimi bo`lishi kerak. Bundan tashqari jismoniy tarbiya nazariyasi va metodikasi kursida uchraydigan atamalar hamda jismoniy tarbiya sifatlarini, metodlarni, printsiplarni, mazmunini, sport fiziologiyasi, sport psixologiyasi, jismoniy mashqlar biomexanikasi, sport turlarining nazariyasi, uning metodikalarini bilishlari lozim.

1.4. Fanni o`qitishdagi yangi texnologiyalar jismoniy tarbiya nazariyasi va metodikasi kursida plakatlardan, tarqatma materiallardan, har xil jadvallardan va ko`rgazmali qurollardan foydalaniladi.

Kurs o`quv ishlarida, ma`ruzalarda turizm va uni o`qitish metodikasi bo`yicha muhim masalalari ifoda etiladi. Kursning eng murakkab bo`limlari o`quv qo`llanmalarida berilmagan yangi materiallar bilan yoritiladi. Mavzular odatda boshqa shakllaridan foydalanilgan holda o`tkazilishi kerak. Amaliy mashg`ulotlarda dasturning eng muhim savollari aniqlashtiriladi va chuqurlashtiriladi, bakalavrlarning bilimlari tekshiriladi.

ASOSIY QISM.

1	Ma'ruza mashg'ulotlari mavzusi	Ajratilgan soat
	3-kurs	
	VI-SEMESTR	
1	Turizm xaqida tushunchalar va ularning paydo bo`lishi. Turizm-tushunchasi, uning paydo bo`lishi, tarixiy taraqqiyoti, tabiat sirlarini o`rganish va undan foydalanish, qadimgi ajdodlarimizning turizm haqidagi ilk qarashlari. O`rta osiyoda turizmni rivojlanishi, O`zbekiston Respublikasida turizmni targ`ibot qilish, kadrlarni tayyorlash.	2
2	Jismoniy tarbiya tizimda turizmning moxiyati va o`rni. Turizmni o`qitishdagi maqsad va vazifalar. Turizmning tarbiyaviy sog`lomlashtirish va ta`limiy ahamiyati. Turizm turlarining klassifikatsiyasi: sayr qilish, ekskursiya, poxodlar, tayyorgarlik poxodlari, ekspeditsiya, xavaskorlik sayoxatlarini ahamiyati. Turizm turlarining klassifikatsiyasi tashkil qilish va o`tkazish.	2
3	Maktablarda akademik litsey va kasb-hunar kollejaridaturizmning ahamiyati va o`lkashunoslik, ijtimoiy foydali ishlar. O`lkashunoslik va ijtimoiy foydali ishlar. Maktab bosqichlarida turistik ishlar. O`quvchi - yoshlar jamoalarida turizmni tashkil qilish, turistik to`garaklar va sektsiya ishlari. Yozgi sog`lomlashtirish lagerlari.	2
	Jami maruza	6s
	Amaliy mashg'ulotlar mavzulari	
1	Turizmda texnika va taktika	2
2	O`zbekiston Respublikasida o`lkashunoslik va turistik tushunchalar, tabiatni muxofaza qilish.	2
3	Turizm elementlari bo`yicha ommaviy tadbirlar va musobaqalar	2
4	Piyoda yurish sayoxatini tashkirl qilish va o`tkazish, yo`lda yurish qoidalari	2
5	Turistik sayrlarni tashkil qilish va uni yakunlashda o`kituvchining roli	2
6	Yosh turistlar tayyorlashda to`garaklar va har xili tadbirlar tashkil qilish	2
7	Turistik sayrlarda ovqatlanish	2
8	Tibbiy ko`rik va shifokor nazaorati	2
9	Jaroxatlanganda birinchi tibbiy yordamni kursatish tadbirlari	2
10	Turizm bo`yicha razryadlar va kategoriyalar kiyinchiligi	2
11	Meteorologik kuzatishlar: (Xavo yaxshi bo`lishning belgilari,	2
12	Ob-xavo tuzilishining belgilari	2
13	Topografik kuzatishlar	2
14	Botanik va zoologik kuzatishlar	2
15	Tabiatni muxofaza qilish.	2
16	Turli musobaqalar o`tkazish. (Balandlikka chiqish, tushish, chodirlarni tez o`rnatish rukzakka kerakli buyum va jixozlarni joylash, ovqat pishirish kabilar).	2
	Jami	32s
	Umumiy soati	38s

	Mustaqil ish mavzulari	Soat
1	Turizm haqida tushunchalar va ularning paydo bo`lishi	2
2	Jismoniy tarbiya tizimida turizmning mohiyati va o`rni.	2
3	Turizmning me`yoriy dasturi va tashkiliy asoslari tavsifi	2
4	Turizm turlari va taktika	2
5	Turizm elementlari bo`yicha ommaviy tadbirlar va musobaqalar.	2
6	Turizm turlarini klassifikatsiyasi.	2
7	Bolalar jamoalarida turizmni tashkil qilish	2
8	Turizm bo`yicha razryadlar va kategoriyalar qiyinchiligi	2
9	Kasb-hunar kollejlarda o`lkashunoslik va ijtimoiy ishlar.	2
10	Piyoda yurish turizm	2
11	Akademik litseylarda o`lkashunoslik va ijtimoiy ishlar	2
12	Umumta`lim maktablarda turizmni ahamiyati	2
13	Umumta`lim maktablarda o`lkashunoslik va ijtimoiy foydali ishlar	2
14	Turistlar gigienasiga rioya qilishning ahamiyati	2
15	Turizmning taktik vazifalari	2
	Jami	30s

Fanni o`qitishda zamonaviy axborot va pedagogik texnologiyalar

Talabalarning “Turizm va uni o`qitish metodikasi” fanini o`zlashtirishlari uchun o`qitishning ilg`or va zamonaviy usullardan foydalanish, yangi innovatsion – pedagogik texnologiyalarni tadbir qilish muhim ahamiyatga egadir. Fanni o`zlashtirishda darslik, o`quv va uslubiy qo`llanmalar, ma`ruza matnlari, tarqatma materiallar, elektron materiallar, virtual stendlardan va sport jihozlaridan foydalaniladi. Ma`ruza, amaliy va seminar darslariga mos ravishdagi ilg`or pedagogik texnologiyalardan foydalaniladi.

Umumiy savollar

1. Turizm fani o`quv fan sifatida tutgan o`rni.
2. Turizm-tushunchasi, uning paydo bo`lishi.
3. Turizmning tarixiy taraqqiyoti, tabiat sirlarini o`rganish va undan foydalanish.
4. Qadimgi ajdodlarimizning turizm haqidagi ilk qarashlari.
5. O`rta osiyoda turizmni rivojlanishi.
6. Turizmning maqsad va vazifalari.
7. Turizmning tarbiyaviy sog`lomlashtirish va ta`limiy ahamiyati
8. Turizm turlarining klassifikatsiyasi.
9. Turizm turlarini tashkil qilish va o`tkazish.
10. Turizmda “Alpomish” va “Barchinoy” maxsus testlari me`yoriy dasturini ahamiyati.
11. Turizm bo`yicha razryadlar va toifa (kategoriya) qiyinchiligi.
12. Sayoxatlar mazmuni. Sayoxatlarning qiyinchilik toifalarini (kategoriyalarini) aniqlash belgilari.
13. Piyoda yurish turizm.
14. Tog` turizmi (masofalar haqida tushuncha).
15. «Alpomish» va «Barchinoy» maxsus testlarida turizm
16. Turizm turlari va taktika tushunchasi
17. Piyoda yurish sayoxatini tashkil qilish va o`tkazish.
18. Yo`lda yurish qoidalari.
19. Turistik sayrlarni tashkil qilish va uni yakunlashda o`kuvchining roli.

20. Sayrlarda har xil tadbirlarni o`tkazish.
21. Sayrlarda o`lkashunoslik va qidiruv ishlari.
22. Meteorologik kuzatishlar: Ob-xavo tuzilishining belgilari.
23. Topografik kuzatishlar.
24. Giologik kuzatishlar, er tuzilishining o`rganish.
25. Hidrologik kuzatishlar. Botanik va zoologik kuzatishlar.
26. Fenalogik kuzatishlar.
27. Balandlikka chiqish, tushish.
28. Chodirlarni tez o`rnatish rukzakka kerakli buyum va jixozlarni joylash.
29. Ovqat pishirish bo`yicha estafetalar tashkil qilish.
30. Devoriy gazeta tayyorlash, rasmlar ko`rgazmasini namoyish etish.
31. Jamoalarni tuzish.
32. Xakamlarni tayyorlash.
33. Nizomlarni ishlab chiqish.
34. Rag`batlantirish.

Turizm vaq uni o'qitish metodikasi fanidan baxolash mezonlari**Maksimal ball- 100****Saralash ball-55****Reyting ishlanmasi**

t/r	Nazorat turlari	Soni	Ball	Jami ball
1	J.B			
	1.1.Amaliy mashg'ulotlarni bajarish	16	2,18	35
	1.2.TMI- yozma referat tayyorlash	1	5	5
2	O.B	1	30	30
	2.1.Yozma ish (3ta savol)		(10x3=30)	
3	Ya.B	1	30	
	3.1.Yozma ish (2ta savol)		(10x2=20)	30
	3.2. Test (10ta)		(10x1,0=10)	
	jami			100

Joriy nazorat 40 ball

Maksimal 40 ball

Saralash ball 22

Baxo	Foyiz(%)	Ball
"2"	0-54	0-21
"3"	55-70	22-28
"4"	71-85	28,4-34
"5"	86-100	34,4-40

Oraliq nazorat 30 ball

Maksimal 30 ball

Saralash ball 16,5

Baxo	Foyiz(%)	Ball
"2"	0-54	0-16,2
"3"	55-70	16,5-21
"4"	71-85	21,3-25,5
"5"	86-100	25,8-30

JN+ON

Maksimal 70 ball

Saralash ball 38,5,5

Baxo	Foyiz(%)	Ball
"2"	0-54	0-37,8
"3"	55-70	38,5-49
"4"	71-85	49,7-59,5
"5"	86-100	60,2-70

Oraliq nazorat 30 ball

Maksimal 30 ball

Saralash ball 16,5

Baxo	Foyiz(%)	Ball
"2"	0-54	0-16,2
"3"	55-70	16,5-21
"4"	71-85	21,3-25,5
"5"	86-100	25,8-30

“Turizm va uni o’qitish metodikasi” fanidan baholash mezonlari.

3-kurs talabalari uchun

Reyting jadvali

JN+ON Maksimal 47,60ball Saralash ball 26,18

Baxo	Foyiz(%)	Ball
“2”	0-54	0-25,7ball
“3”	55-70	26,18-33,32ball
“4”	71-85	33,79-40,46ball
“5”	86-100	41-47,60ball

Fanning umumiy soati			Maksimal 68ball	Saralash 37,40 ball
Ball			Talabaning bilim, ko’nikma, fikrlash darajasi.	
Joriy Nazorat 40ball	Oraliq Nazorat 30ball	Yakuniy Nazorat 30ball		
86%-100% “5” 23,39-27,20 ball	86%-100% “5” 17,54-20,40 ball	86%-100% “5” 17,54-20,40 ball	JNda Talaba fanning mohiyatini chuqur tushunadi, savolga aniq va to’liq javob beradi, faktlarga to’g’ri baho bera oladi, mustaqil fikrlay oladi, xulasalarni asoslay olish qobiliyatiga ega, javobda mantiqiy ketma-ketlikka amal qiladi. ON 3 ta savolga to’liq javob bergan bo’lsa. YaNda talaba 2ta savolga va 10 ta test savollariga to’liq javob bergan bo’lsa.	
71%-85% “4” 19,31-23,12 ball	71%-85% “4” 14,48-17,34 ball	71%-85% “4” 14,48-17,34 ball	JNda Talaba o’tilgan materialni va uni mohiyatini ancha chuqur tushunadi, savollarga to’liq javob beradi. Lekin umumiy xarakterdagi ayrim xatoliklarga yo’l qo’yadi. faktlarga to’g’ri baho bera oladi, mustaqil fikrlay oladi, xulasalarni asoslay olish qobiliyati bor, javobda mantiqiy ketma-ketlikka amal qiladi. ONda talaba 2 ta savolga to’liq javob bersa va bitta savolga kamchiliklarga yo’l qo’ygan holda javob bergan bo’lsa. YaNda talaba 2ta savolga va 10 ta test savollariga ayrim kamchiliklarga yo’l ko’yganda	
55% -70% “3” 14,96-19,04 ball	55% -70% “3” 11,22-14,28 ball	55% -70% “3” 11,22-14,28 ball	JNda Talaba o’tilgan materialni va uning ahamiyatini yaxshi tushunadi, savollarga to’liq javob beradi. Lekin ba’zi umumiy xarakterdagi xatoliklarga yo’l qo’yadi, faktlarga baho berishda biroz qiynaladi, umuman mustaqil fikrlay oladi, lekin ayrim xulasalarni asoslab bera olmaydi, javobda mantiqiy ketma-ketlikka amal qiladi. ONda talaba 3 ta savolga to’liq emas hatolikga yo’l qo’ygan holda javob bersa YaNda talaba 2ta savolga va 10 ta test savollariga noaniq va kamchiliklarga yo’l ko’yganda	
0-54% “2” 0-14,68 ball	0-54% “2” 0-11,01 ball	0-54% “2” 0-11,01 ball	JNda Talaba o’tilgan material haqida juda kam tasavvurga ega, ayrim faktlarni uzuk-yuluq bilishi mumkin, jiddiy qo’pol xatoliklarga yo’l qo’yadi. Talaba material bo’yicha deyarli hech narsa bilmaydi, juda kam tasavvurga ega, yoki umuman tasavvurga ega emas. ONda talaba 3 ta savolning bitasiga hatolikga yo’l qo’ygan holda javob bersa va qolgan savollarga umuman javob beraolmasa YaNda talaba 2 ta savol va 10ta testning bitasiga hatolikga yo’l qo’ygan holda javob bersa va qolgan savollarga umuman javob beraolmasa	

Foydalanilgan asosiy darsliklar va o`quv qo`llanmalar ro`yxati

Asosiy adabiyotlar

1. Abdumalikov R., Xoldorov T. Turizm Toshkent., O`qituvchi 1988 y.
2. Abdumalikov R., Xoldorov T. Turizm Toshkent., O`qituvchi (o`zbek tilida) 1999 y.
3. Xoldorov T., Tulenova X.B Turizm va uni o`qitish metodikasi Toshkent., 2007 y

Qo`shimcha adabiyotlar

1. Ratsek V. O`rta osiyo yo`llari bo`ylab Toshkent., 1976 y.
2. Kolbintsev A.. Fargana vodiysi bo`ylab Toshkent., 1983-1985 yy.
3. Кучерыаvыx V. Faisk tog`lar bo`ylab sayoxat joylari Toshkent., 1979-1980 yy.
4. R.Abdumalikov Sayoxat saxifalari – Toshkent 1985 y.
5. www.mbs-multimedia.ru - Uzbekistan
6. www.kemsusport.narod.ru

Yangi adabiyotlar

- 7.R.A.Qosimova Turizm va uni o`qitish metodikasi Toshkent 2008y
- 8.X.M.Mamatquliev,A.B.Bektemirov,I.S.Tuxliyev,A.N.Norchaev. Xalqaro Turizm Toshkent-2009y

TASDIQLAYMAN:
Kafedra mudiri _____
“ ____ ” _____y

DASTUR BAJARILISHINING KALENDARLI REJASI

(ma’ruza,labratoriya,amaliyot mashg’ulotlari, qurs ishlari)

Faqltet: Jismoniy madaniyat kunduzgi _____Kurs _ 3_____

Fanning nomi : Turizm va uni o’qitush metodilasi

Ma’ruza o’giydi: o’qtuvchi Osmonbeqova .N.

Maslaxat va amaliy mashg’ulot olib boradi: Osmonbeqova N.

Mustaqil ta’lim olib boradi: Osmonbeqova N.

T-r	Modul va mavzu nomlari	Mashg’ulot turi	Ajr atil gan	Sana	Gurux	imzo	Talaba mustail ishi mavzusi va mazmuni	Hisobot shakli	Bajarilishi haqida ma’lumot			O’qituv-chi imzosi
									Soat	Oy va kun	Gurux	
1	Turizm xaqida tushunchalar va ularning paydo bo`lishi	Ma’ruza	2		301 302 303 304		Turizm xaqida tushunchalar va ularning paydo bo`lishi	Og;zaki savol javob	2		301 302 303 304	
2	Jismoniy tarbiya tizimda turizmning moxiyati va o`rni	Ma’ruza	2		301 302 303 304		Jismoniy tarbiya tizimda turizmning moxiyati va o`rni.	Og;zaki savol javob	2		301 302 303 304	

3	Maktablarda akademik litsey va kasb-hunar kollejlarida turizmning ahamiyati va o'lkashunoslik, ijtimoiy foydali ishlar.	Ma'ruza	2		301 302 303 304		Turizmning me'yoriy dasturi va tashkiliy asoslari tavsifi	Og'zaki savol javob	2		301 302 303 304	
4	Turizmda texnika va taktika	Amaliy	2		301 302 303 304		Turizmda texnika va taktika	Amaliy	2		301 302 303 304	
5	O'zbekiston Respublikasida o'lkashunoslik va turistik tushunchalar, tabiatni muxofaza qilish.	Amaliy	2		301 302 303 304							
6	Turizm elementlari bo'yicha ommaviy tadbirlar va musobaqalar	Amaliy	2		301 302 303 304		Turizm elementlari bo'yicha ommaviy tadbirlar va musobaqalar.	Amaliy	2		301 302 303 304	
7	Piyoda yurish sayoxatini tashkirl qilish va o'tkazish	Amaliy	2		301 302 303 304		Turizm turlarini klassifikatsiyasi.	Yozma xisobot	2		301 302 303 304	
8	Turistik sayrlarni tashkil qilish va uni yakunlashda o'qituvchining roli	Amaliy	2		301 302 303 304		Bolalar jamoalarida turizmni tashkil qilish	Amaliy	2		301 302 303 304	

9	Yosh turistlar tayyorlashda to'garaklar va har xili tadbirlar tashkil qilish	Amaliy	2		301 302 303 304		Turizm bo'yicha razryadlar va kategoriyalar qiyinchiligi	Amaliy	2		301 302 303 304	
10	Turistik sayrlarda ovqatlanish	Amaliy	2		301 302 303 304		Kasb-hunar kollejlarda o'lkashunoslik va ijtimoiy ishlar.	Amaliy	2		301 302 303 304	
11	Tibbiy ko'rik va shifokor nazaorati	Amaliy	2		301 302 303 304		Piyoda yurish turizm	Amaliy	2		301 302 303 304	
12	Jaroxatlanganda birinchi tibbiy yordamni kursatish tadbirlari	Amaliy	2		301 302 303 304		Akademik litseylarda o'lkashunoslik va ijtimoiy ishlar	Amaliy	2		301 302 303 304	
13	Turizm bo'yicha razryadlar va kategoriyalar kiyinchiligi	Amaliy	2		301 302 303 304		Umumta'lim maktablarda turizmni axamiyati	Yozma xbsobat	2		301 302 303 304	
14	Meteorologik kuzatishlar: (Xavo yaxshi bo'lishning belgilari,	Amaliy	2		301 302 303 304		Umumta'lim maktablarda o'lkashunoslik va ijtimoiy foydali ishlar	Yozma uy ishi	2		301 302 303 304	

15	Ob-xavo tuzilishining belgilari	Amaliy	2		301 302 303 304		Turistlar gigienasiga rioya qilishning ahamiyati	Yozma uy ishi	2		301 302 303 304	
16	Topografik kuzatishlar	Amaliy	2		301 302 303 304		Turizmning taktik vazifalari	Amaliy	2		301 302 303 304	
17	Botanik va zoologik kuzatishlar	Amaliy	2		301 302 303 304							
18	Tabiatni muxofaza qilish.	Amaliy	2		301 302 303 304							
19	Turli musobaqalar o`tkazish. (Balandlikka chiqish, tushish, chodirlarni tez o`rnatish rukzakka kerakli buyum va jixozlarni joylash, ovqat pishirish kabilar).	Amaliy	2		301 302 303 304							
	Jami:68 Amaliy 32 Maruza 6 Mustaqil ta'lim 30		38						30			

Talabalar mustaqil ishi bo'yicha konsultatsiyalar tashkil etish tartibi

1. Talabalar mustaqil ishi (TMI) bo'yicha konsultatsiya darsi auditoriyadan tashqarida amalga oshirishga mo'ljallangan mustaqil ishlarni bajarish yuzasidan tegishli yo'llanmalar berish va uni bajarilishini nazorat qilib borish maqsadida tashkil qilinadi.

2. TMI bo'yicha konsultatsiya darsi fanning kalendar-tematik rejasiga muvofiq o'tkaziladi.

3. Konsultatsiya darsi tegishli fan o'qituvchisi tomonidan o'tkaziladi.

4. Fan o'qituvchisi konsultatsiya darsida quyidagi ishlarni amalga oshiradi:

TMI topshiriqlarini bajarish yuzasidan tegishli yo'llanma beradi; topshiriqni bajarish rejasini tuzishga yordamlashadi; tegishli adabiyotlar va axborot manbalarini tavsiya qiladi; TMI yuzasidan tayyorlangan ishlanma, hisobot, referat, hisob-kitob va topshiriq natijalarini qabul qiladi hamda baholaydi.

4. TMI bo'yicha konsultatsiyalar o'quv jarayonining 1 yoki 2 smenada tashkil etilishiga qarab talabalarning darsdan bo'sh vaqtlarida dars jadvaliga kiritiladi.

1. Mavzu: Turizm xaqida tushunchalar va ularning paydo bo`lishi

Reja

1. Turizm fani o`quv fan sifatida tutgan o`rni.
2. Turizm-tushunchasi, uning paydo bo`lishi.
3. Turizmning tarixiy taraqqiyoti, tabiat sirlarini o`rganish va undan foydalanish.
4. Qadimgi ajdodlarimizning turizm haqidagi ilk qarashlari.
5. O`rta osiyoda turizmni rivojlanishi.

1. Turizm ilmiy va o`quv fan hisoblanadi. Chunki turistik poxodlar, amaliy mashg`ulotlar, slyotlar turli musobaqalar jarayonida ilmiy - tadqiqot ishlarini tashkil qilishga asos yaratadi. Bunda turizm bilan shug`ullanuvchilarning jismoniy tayyorgarligi, ularning faolligi, fikr doira-lari, harakat malakalarining rivojlanish sharoitlari eksperiment ilmiy yo`l bilan o`rganiladi. Olingan natijalar esa shu predmet orqali o`kuv guruxlari, komandalarda va havaskor turistlar faoliyatida tadbiiq qilinadi va sinab ko`riladi.

Turizm ham o`kuv dars sifatida o`tkaziladi. O`quv jarayonida talabalar pedagogikasining barcha jabhalaridagi kabi demokratik tarbiyaning tarkibiy qismi bo`lgan jismoniy tarbiya; uning maqsad va vazifalari bilan tanishadilar. Davlat o`quv rejasiga ko`ra turizm jismoniy tarbiya institutlarida va pedagogika institutlarining jismoniy tarbiya fakul`tetlarida maxsus kurs sifatida o`tiladi. YUqori kurslarda esa sport mahoratini oshirish, fakul`tativ yoki to`garak shakllarida (sektsiya formalarida) tashkil qilinadi.

O`quv dasturlarida turizmning forma va metodlari, maktab o`quvchilari bilan turistik tadbirlarini tashkil qilish usullari, turistik sayohatlarga tayyorlanish va unga kerakli bo`lgan jihozlar, oziq-ovqatlar, dori-dormonlar hamda shikastlanganda birinchi meditsina yordami ko`rsatish tadbirlari, topografiya bilan talabalarni tanishtirish ko`zda tutiladi. Dastur, shuningdek o`lkani o`rganish, jamoat joylarida foydali xizmatlar ko`rsatish, tabiatni muhofaza qilish, turli qidiruv ishlarini olib borishga doir materiallarini ham o`z ichiga oladi. Dastur talablariga asosan 1-8 kunlik sayohat tashkil qilish, 130 kilometrli masofani (piyoda yurish turizmida) piyoda o`tish, turistik texnikaga doir musobaqalar tashkil qilish, topografiyadan turli mashg`ulotlar o`tkazish mo`ljallangan. Barcha mashg`ulotlardan keyin turizm bo`yicha sinov (zachet) o`tkaziladi. Sinovda nazariy bilimlar suxbat tariqasida mustahkamlanadi.

2. Turizm-tushunchasi, uning paydo bo`lishi.

Turizm so`zi latincha bo`lib u aylana bo`ylab hararakat qilish, aylanish degan ma`noni bildiradi. Keng ma`noda buni kishilarning xayotda harakatda bo`lishishlarini tushunish mumkin. Shuningdek turizm "tur" (belgi) o`rnatish, ya`ni tog` odirlar, uzoq masofalarga sayoxat qilish, so`ngi manzilga belgi qo`yish yoki cho`qqiga chiqqanlikni bildirish uchun biron-bir belgi (yozuv, haykal va hakazo) qoldirish kabilarni bildiradi.

Turizm – sayohat dam olish o`lkani o`rganish organizmni har tamonlama chiniktirish demakdir. Turizm «Biron maqsad yo`lida harakat qilish» (o`rganish, izlanish va h.k.) kabi ijtimoiy-madaniy va tarbiyaviy jarayonlarni bildiradi. Uning asl mazmuni esa atrof-muhitlar, tarixly va madaniy obidalarga sayr qilish, dam olish, o`tmish hamda davr mo`jizalarini o`rganishga qaratilgan. o`z-o`zidan malumki, mazkur harakatlar, tadbirlarni amalda bajarish uchun har bir inson faol harakat qilishi, ya`ni yurish, yugurish, yuk kotarish, to`siqlardan o`tish kabi tabiiy jismoniy harakatlar qilishni taqozo etadi. Bu esa, eng avvalo, jismoniy rivojlanishi, yuqori darajada faol harakat qilishni ta`miniaydi.

Demak, hozirgi davr iborasi bilan aytilsa; turizm sayr (ekskursiya) - sayohat (turizm) yo`l bilan tarixiy shaharlar, sanoat markazlari, ravnaq topayotgan madaniy hayotimizni ko`rish, tomosha qilish, maqsadli ravishda u yoki bu voqealarni o`rganish, shu asosda dam olish, hordiq chiqarishni bildiradi.

3. Turizmning tarixiy taraqqiyoti, tabiat sirlarini o`rganish va undan foydalanish.

Inson poyda bo`lgandan beri uning tarixiy taraqqiyotida bular qanchalik rol o`ynagani xammaga ma`lum. Turizmning inson faoliyatida, ayniksa oila turmush sharoiti va madaniyat, xamda jismoniy kamolat yo`lidagi o`rni bir qator olimlar va mutaxassislar tamonidan atroflicha o`rganib chiqilgan. Ularning takidlashicha, eramizdan oldingi VI asrlarda davlatlar xalqlar o`rtasida

savdo va madaniy aloqalar keng taraqqiy etgan. Shunga ko'ra dastlabki sayoxatchilar savdo ishlari bilan aloqador bulgan shaxslar ekanligi shubhasizdir. Ayniksa qadimgi yunon arab davlatlari urtasida savdo-satiq ishlari ancha rivojlanganligi bizga tarixdan ma'lum. Tarix otasi Geradot birinchi sayoxlardan xisoblanadi. U o'zining tarixiy asarlarida Misr va boshqa davlatlarga qilgan sayohati tug'risida eramizning 459 yilidayoq hikoya qilgan. Shuningdek sayohatlarning shakllanishi va rivojlanishida qadimgi greklarning xam xissasi juda katta. Chunki ular qadimgi Olimpiya o'yinlarini tamosha qilish maqsadida uzoq-uzoqlardan Olimp shaxrarchasiga sayohat qilganlar. Bundan tashqari ular sog'likni tiklash uchun "tilsimli davo" izlab tog' vodiy ulkalarni kezib chiqishgan. Tarixiy manbalarga qaraganda Aleksandr Makedonskiy ham O'rta Osiyoga umrni uzaytiruvchi, insonni kayta yoshartiruvchi "tilsimli suv" qidirib kelgan.

Aristotel, Demokrit, Kvintilman va boshqa mashhur faylasuflar o'z asarlarida tarbiya tug'risida gapirar ekanlar, odamlar albatta go'zal tabiat qo'ynida bo'lishlari, sayohat qilishlari zarurligini ta'kidlab o'tganlar.

Tabiat sirlarini o'rganish va undan foydalanish juda qadim zamonlarga borib taqaladi. Shu boisdan tog', daryo, dengiz, vodiy va go'zal manzillarga borish hozirda ham eng yaxshi hordiq chiqarish hisoblanadi.

4. Qadimgi ajdodlarimizning turizm haqidagi ilk qarashlari.

Albatta dengiz, okean, baland tog'lar, cheksiz o'rmonlar, cho'llarga turli maqsadlarda sayoxatga chiqilganlar. Buyuk sarkarda Amir Temurri hayoti va jangovarlik faoliyati («Temur tuzuklari» asari asosida) sayohatlarga boy. o'zining guvohlik berishicha, mintaqalarda Islom dinini targ'ibot qilish, uni hayotga singdirish maqsadida g'arb mamlakatlariga yurish (sayohatning bir turi) qilgan. Unga qarshilik qilgan, itoat etmagan mamlakatlar va xalqlarni zorovonlik bilan bo'ysundirgan. Bu faoliyatida jangovarlik ustun turgani albatta sir emas. Lekin qaysi maqsad bolmasin yurishlarda ot, tuya, xachir, eshak, sol (qayiqqa o'xshash), mesh (havo toldirilgan teri) va boshqa ulovlar hamda vositaiardan loydalanganliklari ma'lum. Uzoq yurish va safarlar qidiruv, izlanish sayohatlarida kun va tun bo'yi yurish, yalanglik va tog'u sahrolarda tunash, ovqatlanish, dam olish hamda turli xil o'yinlar (kurash, qilich, nayzalarda jang qilish, arqonlarda osilib chiqish, suvda suzish, otda poyga va h.k.lar) va mashqlar bajarishgan.

Bu o'z navbatida esa yurish sayohatiarning mazmunida muhim ahamiyat kasb etgan. Zahiriddin Bobur ham yoshligidanoq ixtiyoriy va majburan turli sayohatlarni boshdan kechirgan. Andijondan to Hindiston o'lkasiga yetguncha otlarda, piyoda yurish va sollar (qayiq)da suzishga to'g'ri kelgan. Ayniqsa, o'ratepa, Zomin tog'larida piyoda yurish, kechalarni uyqusiz o'tkazishda gulxan yoqish. ovqat pishirish kabi amaliy faoliyatlarini bevosita boshqargan. Ayniqsa, Zarafshon, Amudaryoiarning boshlanish joylaridagi torroq o'zanlar, daryolar ustidan otni sakratib o'tganiigini «Boburnoma»da bayon etilgani ma'lum.

Aytish mumkinki, Bobur bir umr sayr-sayohatda kunlarni o'tkazgan. Qaysi maqsad bilan qayerda bolmasin otlar, fillardan ulov sifatida foydalangan. Daryolardan o'tishda meshlar, sollar, turli xil vositafardan unumli foydalangan. o'zi qidirgan boglar, xiyobonlar, kollor, daryo sohillarida piyoda yurib, hordiq chiqargan. o'zi tug'ilib o'sgan Andijonni his qilgan va shu asosda «Boburnoma»sini yaratgan.

5. O'rta osiyoda turizmni rivojlanishi.

Turizm O'rta Osiyoda ham qadimdan mavjud bo'lgan. Qadimgi ajdodlarimizning daryo, ko'l soxillarida cho'li biobonlarida sayr qilishi tog' cho'qqilariga chiqishi, ovchilik qilganliklari haqida bizga ko'pgina tarixiy manbalar xalq og'zaki ijodidan ma'lum. Mahmud Qoshg'ariyning "Devonul lug'atit turk" asari, Abu Ali ibi Sino, Umar Hayyom, Rudakiy, Firdavsiy, Alisher Novoiy, Zaxriddin Muhammad Bobur va ko'pgina boshqa ollamalarning asarlari, shuningdek "Alpomish", "Kuntug'mish", "Intizor", "Rustamxon", "Ravshon", "Qirq qiz" dostonlari, qirg'iz xalqinig "Manas" eposi va boshqa xalq og'zaki ijodi manbalarida turizmning ilq debochalari o'z aksini topgan. Afrosiyob, Teshiktosh, Dalvarzin, Sirdaryo sohillari va Toshkent atrofida o'tkazilgan arxeologik qazilmalar natijasi xam yuqoridagi fikrimizni to'la tasdiqlashi mumkin. Ayniqsa bu o'rinda Zaxriddin Muhammad Boburning "Boburnoma" asari alohida axamiyatga ega. bu asarda muallifning muzlar o'lkasi Xindikush tog'laridan Xindistonga oshib o'tish epizodi ayniksa maroqli tasvirlangan.

Umuman qadimgi ajdodlarimiz ov qilish maqsadida uzoq- uzoqlarga safar qilganlar, tog' va

daryo yo'llarini o'rganganlar, yoshlarni qo'rqmas, botir, chidamli va chaqqon qilib tarbiyalashda sayohat qilish va turizmdan foydalanganlar. Anashularning oqibatida sayohat qilish turizm rivojlangan va hozirgi kunimizdagi turizmning yuzaga kelishida muhim omil bo'lgan.

Tayanch so'zlar: jismoniy tarbiya tizimi, turizm, tabiyatning sirlari, qadimgi dunyoda turizm, ajdodlarimiz, sayyoxat, jismoniy sifatlar, tur, belgi.

Takrorlash uchun savollar.

1. Turizm so'zining ma'nosi?
2. Turizm-tushunchasi?
3. Turizmning paydo bo'lishi.
4. Turizmning tarixiy taraqqiyoti.
5. Tabiat sirlarini o'rganish va undan foydalanish.
6. Qadimgi ajdodlarimizning turizm haqidagi ilk qarashlari.
7. O'rta osiyoda turizmni rivojlanishi

2- mavzu: Jismoniy tarbiya tizimida turizmning mohiyati va o'rni
Reja

1. Turizmning maqsad va vazifalari.
2. Turizmning tarbiyaviy sog'lomlashtirish va ta'limiy ahamiyati.
3. Turizm turlarining klassifikatsiyasi.
4. Turizm turlarini tashkil qilish va o'tkazish.

Mustaqillikka erishgandan so'ng mamlakatimizda olib borilayotgan isloxlardan jismoniy tarbiya va sportni rivojlantirishga qaratilgan sai harakatlar aholini moddiy va ma'naviy boyligini yuksaltirish. Ularning mexnat qobiliyatini yanada oshirish, turmush madaniyati xamda yashash sharoyitini yanada yaxshilash masalalariga keng o'rin berilgan.

Ohalini ayniksa yoshlarni ma'naviy etuk, barkamol, o'z vatanini sevadigan, jasur, mustaxkam fikrli qilib tarbiyalashda jismoniy tarbiya va sportning o'rni bekiyosdir. Jismoniy tarbiya tizimining asosiy maqsadi yoshlarni xar tamonloma kamol toptirish, insonlarni mexnat qilishga va vatanni ximoya qila oladogan yoshlarni tarbiyalab voyaga etkazishdan iborat. Shunday ekan bu tizim o'z ichiga jismoniy tarbiya vositalari jismoniy mashqlar sport o'yinlari sport turizm kabilarni o'z ichiga oladi. Bular ichida turizm aloxida o'rin tutadi.

Fan texnika taraqqiyoti tobora rivojlangan sari insoniyatning turmush madaniyati, xo'jalik ijtimoiy va siyosiy xayotida ham tub o'zgarishlar sodir bo'lmoqda. Insonlarning turmush va madaniyati tobora yaxshilanib borishi natijasida faol dam olish sport bilan shug'ullanish, bo'sh vaqtdan tug'ri foydalanish kabi sog'lomlashtirish masalalariga extiyoj oshmoqda. Anashunday extiyojlardan biri turizm bilan shug'ullanishdir.

O'zbekiston mustaqlliqqa erishgandan so'ng xamma sohalari kabi jismoniy tarbiya va sport turizm sohalarini yanada rivojlantirishga bugungi kunda katta e'tibor qaratilgan.

Turizm fanining maqsadi: aholini ayniqsa o'quvchi yoshlarni o'z o'lkasini sevib o'rganish, jismoniy xamda jamoaviy ruxda tarbiyalanish, jismonan sog'lom va baquvvat qilib tarbiyalsh turizmning asosiy maqsadi qilib qoyilgan.

Turizm faninig vazifalari:

O'zbekistonda turizmning tashkil qilinishi va xozirgi kundagi istiqbollarini o'rganish Sog'lom avlod tarbiyasi va jismoniy madaniyat tizimida ommoviy turizmning o'rni. Xalqaro turizm va uning axamiyati. Axoli o'rtasida sayoxatni tashkil qilish va o'tkazish. Maktabgacha bolalar muassasalarida va umumta'lim maktablarida sayoxatlarning shakllari va vazifalari. Piyoda yurish sayohatini tashkil qilish va o'tkazish usullari. Sayohatlarda sog'lom turmush tarzini shakllantirish. Topografik tayyorgarlik, sayohatlarda o'lkashunoslik va ilmiy qidiruv ishlari va xakozalarni o'rganish asosiy vazifalardan biridir.

Turizm o'z mazmuniga ko'ra ko'p qirrali formaga ega bo'lib, u tarbiya vositalarinig barcha soxalari bilan uzviy aloqadardir. Turizm insonning ilk bolalik davridan boshlab uni o'ziga jalb qiladi. Chunki ata-onalar o'z bolalarini chaqoloqlik davridayoq sof xavodan to'yib nafas olish issiq sovuqqa o'rgatish, keyinchalik esa past baland joylardan o'tish, tabiyat xodisalari bilan tanishtirish uchun sayirga olib chiqadilar. Bolalar bog'chalarida xamda barcha tarbiya vositalari bilan birga sayoxat sayr qilish kabi formalari keng qo'llaniladi. Bolalarga ayniqsa tabiyat manzaralarini faqat rasmda ko'rsatib yoki uni chizdiribgina qolmay, balki ularni turli ekskursiyalar, sayoxatlar uyushtiriladi.

2. Turizmning tarbiyaviy sog'lomlashtirish va ta'limiy ahamiyati.

Tarbiya - yosh avlodni muayyan maqsad yo`lida har tamonlama o`stirish, uning ongini hulq atvorini tarkib toptirish jarayonidir. Turizm insonlarni komil inson qilib tarbiyalashda muhim ahamiyatga egadir.

Turizm jismoniy tarbiyaning ajralmas qismi sifatida sog`lomlashtirish va umum tarbiyani amalga oshirish vazifalarini bajaradi. Bu esa shaxsni har tamonlama kamolga etkazish vositalaridan biridir. Turizm aqliy tarbiya taraqqiyotiga bevosita ta`sir etadi, yoshlarning geografiya, biologiya, tarix, geologiya. Ekanomika, adabiyot va boshqa fanlar bo`yicha olgan bilim hamda malakalarini yanada boyitadi. Tarixiy obidalar bilan tanishish insonlarda o`lkan yaratuvchilik mehnatlarini o`z ko`zlari bilan ko`rish yoshlarni fikrlash doiralarini bilim va malakalarinigina oshirib qolmasdan ularda Vatanga muxabbat jamoa uyushqoqlik ruxini his qilish va tuyg`ularini ham tarbiyalaydi.

YOshlarni mehnat shon –shuxrati muzeylariga turli sayohatlar uyushtirish g`oyaviy- siyosiy, axloqiy, jismoniy tarbiyaning yagona birligini tashkil etadi. Bunda insonlarning haqiqiy axloqiy tamonlari jamoviy uyuqoqlik madaniyatini birinchi o`ringa ko`yish shakllanadi.

Bunday sayohatlar jarayonida axloqiy irodaviy sifatlar sof vijdoniylik. Uyushqoqlik, jasurlik burchini xis qilish, o`zaro yordam va o`rtoqlik xis tuyg`ulari sinovdan o`tadi va chiniqadi. O`quv yurtlari va ishlab chiqarish mehnat jarayonlarida xarakter ishonch tushunchalari umumiy ma`noda shakllansa, turistik sayohatlar jarayonida ular amalda sinaladi.

Turistik faoliyatlar jarayonida mehnat malakasi ham shakllanadi. Sayoxatchilar butun sayohat davomida yuk ko`tarish turli tusiqlardan o`tish, kechalari tunash uchun joy tayyorlash, ovqat pishirish uchun o`tin to`plash dam olib va tunab o`tgan joylarni tartibga keltirish oyoq kiyimlarni doimo yaxshi saqlash va boshqa juda ko`p zarur hayotiy yumushlarni bajarishlariga tug`ri keladi. Bu jarayonlar esa har bir insondan ayniqsa yoshlardan mehnatsevarlik, uyushqoqlik kabi fazilatlarini talab etadi.

O`zbekiston sharoitida turistik yurishlar ekskursiyalar davomida qishloq mexnatkashlariga zarur yordam ko`rsatish ham mo`ljallangan. Bunda ular turli mavzularda maruza va suxbatlar o`tkazish, badiiy havaskorlarning kontsert nomerlari ayrim sport turlari bo`yicha o`rtoqlik uchrashuvlari o`tkazish kabilarni rejalashtiradilar. Ba`zan mavsumiy ko`p kunlik yurishlarda fermer xujaligi mehnatkashlariga yordam berish kerak bo`ladi.

3. Turizm turlarining klassifikatsiyasi.

O`z yo`nalishi, xarakteri va faoliyat xususiyatlariga ko`ra turizm sayr qilish (ekskursiya, sayohat qilish) va poxod (piyoda yurish) formalariga ajraladi.

Sayr qilish- keng ommaga qulay bo`lgan piyoda yurish, chang`ida, velesiped, qayiq va boshqa vositalar yordamida sog`liqni yaxshilash, organizmni chiniqtirish maqsadida nyushtiriladigan qisqa muddatli ommobop turizm formasidir. Turizmning bu formasida keksa-yu yosh ishtok etishi mumkin.

Ekskursiya – jamoa bo`lib biron ob`ektga (muzey, stadion, qurilish, o`rmon va xakoza) ilmiy o`quv maqsadida, umumiy madaniy rivojlanish uchun o`tkaziladigan tadbirdir. Bunday tadbir aholi yashab, o`qib turgan joylarga yoki boshqa shaxarlarga ham borganda uyushtirilishi mumkin. Turizmning bu formasi asosan katta yoshdagi bog`cha bolalari, maktab o`quvchilari, o`rta maxsus va oliy o`quv yurtlarining talabalari orasida keng tarqalgan madaniy ta`limiy tarbiyoviy ahamiyatga moliq tadbirlar.

Poxodlar (yurishlar)- tashkiliy ravishda gurix-gurix bo`lib piyoda, velosiped, chang`i, qayiq va shu kabi vositalar yordamida jismoniy chiniqish, o`lkani o`rganish ijtimoiy foydali mehnat qilish maqsadida uyushtiriladi.

Turizmning turlari amalda tobora artib bormoqda. Jismoniy tarbiya nuqtai nazaridan olib qaralganda, ularni tayyorgarlik haqiqiy turistik va ommaviy agitatsiya yurishlariga ajratish mumkin.

Tayyorgarlik poxodlari (yurishlari). Yurish harakatlari va organizmni katta va uzoq muddatli yurishlarga haqiqiy turistik yurishlarga tayyorlash, ularda ishtok etishga hozirlashda asosiy xizmat vazifalarini o`taydi. Tayyorgarlik yurishlari jarayonida sayr qilish, ekskursiya elementlarini kiritish zarur. Bu bosqichning asosiy mazmunida turistik qoidalar, yurish turmush sharoiti, yurish texnikasi, maxsus turistik faoliyatlar, yo`lni avvaldan o`rganish, ko`zatish, dam olish joylarni tanlash va uni tayyorlash, kechki dam olish va tunashni

uyushtirish, gulxon yoqish va shu kabi sohalarni o`rganish yotadi. Chidamlilik, kuchlilik, tezlik va boshqa jismoniy sifatlarni ham tayyorlash murakkab yurishlarda ishtrok etishni ta`minlaydi.

Sport pohlari – asosan sportga ta`luqlidir. Bunday hollarda murakkab yurishlarning kiyinchilik darajalari, masofaning uzunligi, tabiiy to`suqlarning kiyinchilik normalari, aholi yashaydigan punktlarga etib borish tartiblari, sinov yurishlar soni va boshqa shartlar qoyilgan bo`ladi.

Tashviqot va targ`ibot pohlari -yirik ijtimoiy-siyosiy yoki sport anjumanlariga bag`ishlangan bo`lib, uning maqsadi jamoatchilik va ommani turizmga jalb etishdan iboratdir. Bunday hollarda jamoalardagi ilgor tajribalar almashinadi, turistik harakatdagi yangi voqealar, natijalar joriy etiladi, faol turistlar turli yo`llar bilan rag`batlantiriladi.

Badiiy xavaskorlik jamoalarining kontsert chiqishlari. Sport turlari bo`yicha o`rtoqlik uchrashuvlari, turistik texnika va boshqa vositalarni bilish yuzasidan musobaqalar uyushtirilishi tashviqot va targ`ibot jonli, qiziqarli bo`lishini ta`minlaydi.

Ekspeditsiya - turistik sayohat bo`lib, u biron ob`ektni (geografik, geologik, o`lkashunoslik, tarixiy va boshqalar) ilmiy qidiruv va o`quv maqsadida uyushtiriladi. Bunday sayohat jarayonlarida faol harakat, ya`ni piyoda yurish, velosiped va boshqalarda yurish, shuningdek passiv harakat yo`li bilan (transportda) masofani o`tish mumkin. Territorial belgi jihatdan turistik sayohatlar, pohlalar mahalliy va uzoq xarakteri jihatidan esa rejali va havaskorlik turlariga egadir. Rejali pohlalar avvaldan belgilangan va faqat maxsus ishlangan marshrutlar orqaligina uyushtiriladi. Bunday hollarda turistlar maxsus jihozlar, oziq-ovqat va instruktorlar bilan ta`minlanadi.

Havaskorlik sayohatlari -jismoniy tarbiya jamoalari kengashlari, sport klublari, turistlar klubi, madaniyat klublari, turistlar lagerlari, bazalari, bolalar turistik stantsiyalari, maktablar va alohida turistlar guruxlari tomonidan uyushtiriladi. Bunda turistlar mustaqil ravishda o`z marshrutlarini tuzadilar, pohlalar jarayonida o`z-o`zlariga xizmat qiladilar. Kerakli turistik jihozlar, oziq-ovqat va boshqa vositalarni o`zlari xarid qilishlari yoki prokatga olishlari lozim bo`ladi. Sayohatning bu xususiyati ommaviy ravishda bir kunlik va bir necha kunlik pohlalar o`tkazish uchun eng qulay bo`lib, u ko`pincha o`quv muassasa-larida ko`proq taraqqiy qiladn. SHuni qayd qilish lozimki, kasaba uyushma tashkilotlari, sport klublari, haftada ikki kun dam olish kunlaridan unumli foydalanib, yirik korxonalar, ijodiy xodimlar jamoalari shahar atrofi joylariga pohlalar uyushtirish formasidan keng foydalanmoqda.

Hatto Toshkent, Samarqand, Farg`ona, Navoiy va boshqa bir qator shaharlardagi ishlab chiqarish, mehnat kollektivlari tog`li zonalarda dam olish uylari, profilaktoriylar tashkil qilib, yil davomida mehnatkashlarning hordiq chiqarishi va sayohat qilishi uchun ma`lum qulayliklar yaratib berilgan. Sayohatlar harakat usullariga qarab piyoda yurish, tog`, suv, velosiped, avtomobil`, mototsikl va aralash turlariga bo`linadi.

Havaskorlik sayohatlarining o`sib borishi bir kunlik va ko`p kunlik pohlalar o`tkazishni taqozo etmoqda. Shunga ko`ra ko`p kunlik sayohatlar I, II, III, IV, V qiyinchilik kategoriyalariga (darajalariga) bo`linadi. Qiyinchilik darajalari pohlalarning masofasi, to`siqlarning xususiyati va soni, har bir turning mazmuniga qarab belgilanadi.

Tayanch so`zlar: turizm, maqsad, vazifa, sog`lomlashtiruvchi vazifa, ta`limiy, tarbiyoviy ahamiyati, turlar, klassifikatsiyasi, qoida, tezlik, texnika, yurish, gulxon, sport pohlalar.

Takrorlash uchun savollar: 1. Turizmning maqsadi.

2. Turizmning vazifalari. 3. Turizmning tarbiyaviy vazifasining ahamiyati

4. Turizmning sog`lomlashtirishdagi ahamiyati. 5. Turizmning ta`limiy ahamiyati.

6. Turizm turlarining klassifikatsiyasi. 7. Turizm turlarini tashkil qilish va o`tkazish.

3-mavzu. Maktablarda akademik litsey va kasb-hunar kollejlarda turizmning ahamiyati va o'lkashunoslik, ijtimoiy foydali ishlar.

Reja

- 1.O'lkashunoslik va ijtimoiy foydali ishlar.
- 2.Maktab bosqichlarida turistik ishlar.
- 3.O'quvchi - yoshlar jamoalarida turizmni tashkil qilish, Turistik to'garaklar va sektsiya ishlari.
- 4.Yozgi sog'lomlashtirish lagerlarida turizm.
- 5.Turizm ishlarining dastur va rejalari.

Ta'lim-tarbiyaning muhim vositalaridan biri bo'lgan turizmni yanada rivojlantirish masalalari kundan-kunga katta ahamiyat kasb etmoqda. O'quv muassasalaridagi yosh o'quvchilarining jismoniy va nazariy tayyorgarligi, turistik sayohat formasi va mazmuni katta kishilar turizmidan tubdan farq qiladi. SHu sababdan ham maktab o'quvchilarning turizmini professional pedagogik turizm deb ayta olamiz.O'zbekiston Maorif vazirliklari ayniqsa yosh va o'smir o'quvchilarining turizm va ekskursiyalariga alohida e'tibor berib kelmoqda. Gumanitar va tabiatshunoslik turkumidagi fanlar bo'yicha yangi o'quv rejalari va dasturlariga o'tishning tugallanishi munosabati bilan o'qitishda o'lkashunoslik ishlarining ahamiyati tobora ortmoqda. O'qituvchilar paxod va ekskursiyalarda jonajon o'lka tabiati bilangina emas, balki uning tarixi bilan ham tanishmoqdalar. Sayohatlarda to'plangan materiallar maktab muzeylari, fan kabinetlarining mulki bo'lib qolmoqda. O'qituvchilar tarix, geografiya, biologiya, adabiyot, fizika va boshqa darslarda o'lkashunoslik materiallaridan foydalanib, o'quv materiallarining puxta o'zlashtirilishiga erishayotirlar.

Bu jarayonlar O'zbekistondagi ko'pgina umumta'lim maktablari, akademik litsey, kollejlari va oliy o'quv yurtlarida ham alohida ahamiyat kasb etmoqda. Keyingi yillarda respublikada yuqori sinf o'quvchilari uchun turistik lagerlarning soni birmuncha ko'paydi. Turistik bazalar soni ham ancha ortdi.

O'lkashunoslik va ijtimoiy foydali ishlar.

Turistik sayohatlarning barcha turlarida ham o'lkashunoslik ishlarini olib borish ko'zda tutiladi. Bu ishning mazmuni va hajmi sayohat o'tayotgan tuman yoki joyning sharoitiga, shuningdek, avvaldan qo'yilgan vazifalarga bog'liqdir. SHu sababli o'lkashunoslik ishlarining asosiy ob'ekti ishlab chiqarish korxonalari, ishlab chiqarish vositalari, hozirgi zamon ishlab chiqarish texnikalari, tog', o'rmonlar, turli yodgorliklar va boshqalar hisoblanadi.

Odatda o'z o'lkasini o'rganish birinchi vazifa qilib qo'yiladi. Bu qo'pincha uzoq davom etadigan sayohatlarda amalga oshiriladi yoki shu joyning o'ziga bir necha bor sayoxatlar tashkil qilishga to'g'ri keladi.

Turistlarning o'lkashunoslik ishlari muhim ahamiyatga egadir. Biron tuman yoki joyni kompleks ravishda yozish, geografik, tabiiy tuzilishlarini chizish, tabiati, hayvonat va o'simlik dunyosini aks ettirish ayrim paytlarda mustaqil ilmiy ishlar olib borishni taqozo qiladi. Tabiiy va iqtisodiy geografiya, pleontologiya, o'lka tarixi va boshqa o'lkashunoslik materiallarini ilk o'rganish natijalari ko'p hollarda ular ilmiy tadqiqot institutlarining muhim ob'ektiga aylanishiga sababchi bo'ladi.

Marshrutni tanlash o'quvchilarning kelajakda yana sayohat qilish havasini orttiradi. SHu sababdan sayohatga tayyorlanishda o'sha joyning butun tarixi va hozirgi sharoitini avvaldan chuqur hamda izchil o'rganish lozim. Ma'lum adabiyotlar, ilmiy maqolalar orqali o'sha joydagi muzey, tarixiy yodgorliklar va muhim ahamiyatga ega bo'lgan ishlab chiqarish korxonalari, madaniyat o'choqlari va diqqatga sazovor joylarini bilish lozim. Daryo va ko'llarning sohillarida qadimgi suv izlari, tog' jinslari, turli topilmalarni kuzatish mumkin.

Tog'li joylarda turli rangdagi va qatlamdagi toshlar, ohaklar (jinslar), qorning saqlanish sabablari, muzlarning joylanishi, qaysi hayvonlar yoki parrandalar mavjudligi, ularning sonini aniqlashlari lozim bo'ladi. Turistlar tog' va daryo, ko'l sohillaridagi g'orlar, toshdagi yozuvlar, turli qoldiqlar tarixini o'rganishni ham vazifa qilib oladi, mehnat maydonida zabardast kishilarning ish usuli, olinayotgan mo'l hosil sirlarini aniqlash o'quvchilarda mehnat qilish havasini o'ygotadi.

Ijtimoiy foydali ishlar, ya'ni bahor paytlarida ko'chat o'tkazish, gullar ekish, ekinlarni begona o'tlardan tozalash, pilla qurtlari uchun barglar uzish, yozda pichan to'plash, ho'l mevalarni terish, sabzavotlarni yigishtirish hamda boshqa ko'pgina ishlarda faol qatnashish turistlarning muqaddas burchlaridan hisoblanadi. Sayohat davomida tabiatni muhofaza qilish, ayniqsa, daraxtlarni sindirishga yo'l quyimaslik, yong'inga qarshi tadbirlar uyushtirish hamda ekinzorlarni mollardan saqlash sohasidagi ishlar ham turistlar uchun muhim burch hisoblanadi.

O'rta Osiyo respublikalarida aholining anchagina qismi tog' va tog' yonbag'irlarida yashaydi. Ular turli xo'jalik ishlari bilan band bo'ladilar. Bunday joylarda turistlar hukumatimizning chiqargan qarorlarini amalga oshirish yuzasidan tushuntirish ishlari olib borishlari, suhbat, kontsertlar, jismoniy tarbiya va sport mavzularida ma'ruza va maqola uyushtirishlari, sport chiqishlari tashkil qilishlari lozim. Jismoniy tarbiya, sport va turizmni xalqning kundalik turmushiga keng singdirish yo'llarini topish kerak.

Tevarak-atrofnı kuzatib borish, turli tarixiy manbalarni o'rganish, xalq xo'jaligi qurilishlarini ko'rish sayohatchilarning bilim doiralarini tobora kengaytiradi. Turistlar sayohat oldidan ilmiy tadqiqot institutlari, muzeylar, tashkilotlardan maxsus topshiriq olib, ularni puxta bajarishlari odat tusiga aylanib bormoqda. Ayniqsa, tabiatni muhofaza qilish, ko'chatlar o'tqazish, ko'kalamzorlashtirish, qishloq xo'jalik mehnatkashlariga yordam berish ishlari yaxshi samaralar bermoqda. O'zbekistonning Zarafshon va Farg'ona vodiylarida, Surxondaryo va Xorazm vohalaridagi juda ko'p maktablarda dam olish kuni uyushtiriladigan turistik poxodlar paxtakorlar, sabzavotkorlar, bogbonlarga yordam berishga qaratilganidir.

O'zbekiston maktablari va boshqa o'quv muassasalari talabalarining sayohatlari asosan bahorgi ta'tilda Samarqand, Buxoro, Xiva shaharlarining tarixiy yodgorliklari bilan tanishish, Toshkent, Navoiy, Qarshi, Yangi-Yul, Guliston shaharlarini sayr qilishga mo'ljallanib, ular poezdlar, avtobuslar va samolyotlarda uyushtiriladi. Bunday joylarga turli sayohatlar uyushtirish o'lkashunoslik ishlarini jonlantirish hamda ijtimoiy foydali ishlarni keng avj oldirish imkonini beradi.

Maktab bosqichlarida turistik ishlar.

Turistik sayohatlar o'quvchilarning eng sevimli mashg'ulotlaridan hisoblanadi. Turistik sayohatlar tuganmas zavq manbaidir. Gulxan atrofida suhbat qurish, o'yin tashkil qilish, daryo sohillarida sayr etish, tunash, tog' ortlaridan quyoshning mo'ralab chiqishi va botishini kuzatish o'quvchilarga zavq-shavq bag'ishlaydi. SHuningdek, mehnat ilg'orlari, Ulug' Vatan urushi qatnashchilari, ko'pni ko'rgan keksalar bilan miriqib suhbatlashishning o'ziga xos zavqi bo'ladi. Tarixiy yodgorlik va muzeylarni tomosha qilish dunyoqarash va bilimlarni oshiradi.

Turistik sayohatlar o'quvchi uchun jismoniy chiniqish, estetik va siyosiy tarbiya maktabi hisoblanadi. Bu, demak, ona-Vatan bilan tanishish, kishilar bilan suhbatda bo'lish, qahramonlar bilan uchrashish muhim ahamiyat kasb etadi.

O'quvchilar bilan suhbat uyushtirish uchun avvalo bolalar turistik ekskursion stantsiyalar, turistik klublar yoki turistik bazalar bilan aloqada bo'lish kerak.

Turistik sayohatlarni tashkil qilish va uyushtirishda sinf rahbarlari katta yordamchi hisoblanadi. Buning uchun ularga turizmning tashkiliy formalari va vazifalarini qunt bilan o'rgatish lozim.

O'quvchilarni yig'ib, kichik gurux tashkil qilish, bunda asosan faollarga tayanish, dam olish kuni sayohatini tashkil qilish kerak. Buni ko'rgan 3-4 va 5-6 sinf o'quvchilari ham asta-sekin sayohatga qiziq boshlaydi. O'quvchilar soni - sayohatda ko'pchilikni tashkil qiladigan bo'lsa, unda o'quvchilarni zvenolarga bo'lish kerak bo'ladi. Bu metodlar o'quvchilarni ma'lum joylarga yig'ish, barcha ishlarni tartibli, rejali olib borishga imkon yaratadi.

Kichik yoshdagi o'quvchilar (10-11 yosh) 5-8 km masofadagi sayohatlarda qatnashadi. Gulxan yoqish, ovqat pishirish, joylarni chamalash, mo'ljallab topish, turistik estafetalarda qatnashish bir kunlik turistik sayohatlarda bajariladi.

O'rta yoshdagi o'quvchilar (11-12 yosh) bir kunlik va ikki kunlik sayohatlarda qatnashishi lozim. Bunga dam olishni tashkil qilish, tunash, azimut bo'ylab yurish. Joylarni, quyosh, yulduzlar va mahalliy buyumlar bo'yicha mo'ljallab topish, tomonlarni belgilash hamda ovqat pishirish kabi turistik malakalar hosil qilinadi. Bu yoshdagi o'quvchilar o'z sayohatlari davomida iste'mol qilish mumkin bo'lgan yovvoyi mevalar, o'simliklar va dorivor o'tlarni tanlashlari lozim. Sayohat jarayonida tog' va qo'riqxonalaridagi hayvonlarni, qushlarni, zaharli ilonlar chaqqanda birinchi

tibbiy yordami ko'rsatishni bilish ham talab qilinadi.

Katta yoshdagi o'quvchilar (13-15 yosh) turizm va o'lkashunoslik ishlarida faol qatnashib, ko'p kunlik turistik sayohatlarga chiqadilar. Bunda o'z o'lkasini o'rganish, maktab muzeyiga materiallar yig'ish jismoniy chiniqish, turistik malakalarni mustahkamlash asosiy maqsad qilib qo'yiladi.

Bu yoshdagi o'quvchilar turistik sayohatlarini tashkil qilishda, shuningdek, turistik slyotlar, turli musobaqalarda ham qatnashadilar.

O'quvchi - yoshlar jamoalarida turizmni tashkil qilish, turistik to'garaklar va sektsiya ishlari.

Ko'pgina o'quv muassasa jamoalarida barcha sport turlari kabi turizm bo'yicha ham to'garaklar, sektsiyalar tashkil qilingan. O'lkani o'rganish, turli kolleksiyalar to'plash bo'yicha maxsus xonalar tashkil qilingan.

Mamlakatimizda turistik harakatning boshlang'ich asosi ana shu to'garaklardir. O'quvchi-yoshlar bilan turizm bo'yicha to'garak tashkil qilish formasi boshqa sport turlari kabi avvalo, o'quvchilar bilan turizm to'g'risida suhbat o'tkazish, ular bilan kichik sayohat uyushtirish, turizm to'g'risida o'quvchilar yig'ilishi, devoriy gazetalarda targ'ibot ishlarini tashkil qilishdan boshlanadi. Natijada qisqa vaqt ichida poxodlarga qiziquvchilar soni ko'payadi.

SHu tariqa to'garakka asos solinadi. O'tkaziladigan sayohatlar rejasi tuziladi. Tematik rejalar geografiya, tarix, ona tili, adabiyot o'qituvchilar hamkorligida tuziladi. Bu ishlarga asosan jismoniy tarbiya o'qituvchilari rahbarlik qiladi. To'garak jurnali tashkil qilinib, undagi barcha talablar bajarib boriladi. Turistik to'garaklar o'z maktab atrofi, tuman miqyosida turli sayohatlar uyushtiradi. Tajriba va malaka orttirilgach, to'garaklar o'z sektsiyasini tashkil qilishi mumkin. Sektsiyaning ish formasi to'garaklardagidek bo'ladi. Lekin, bunda mashg'ulotlarning mazmuni, formasi, talablari - shug'ullanuvchilar uchun kengroq, to'laroqdir. Sektsiya dam olish kunlari, ta'til paytlarida bir kunlik va ko'p kunlik turistik poxodlar tashkil qiladi. Umumta'lim maktablardagi turistik to'garak va sektsiyalar ko'ngilli turizmning asosi hisoblanadi.

Yozgi sog'lomlashtirish lagerlari

YOzgi dam olish va lagerlaridagi mashg'ulotlarni turistik poxod va sayohatlarsiz tasavvur qilib bo'lmaydi. YOzgi dam olishning asosini sport mashg'ulotlari, turistik sayohatlar, slyotlar va boshqa tadbirlar tashkil qiladi.

SHu sababli sog'lomlashtirish lagerlarida bir kunlik va ko'p kunlik turistik sayohatlar qilish rejalashtiriladi. Sog'lomlashtirish lagerlaridagi sog'lig'ining zaifligi tufayli poxodlardan ozod qilingan o'quvchilar esa kichik sayohatlar bilan chegaralanadilar. Barcha dam oluvchilarga o'lkashunoslik, tog' va piyoda yurish turizmi, turizmning texnik turlari va qoidalari to'g'risida tushuncha beriladi.

Turizm ishlarining dastur va rejalarini.

Maktablarda, o'quv muassasalarida tashkil qilingan turizm sektsiyalarining dastur va rejalarini har bir jamoa imkoniyatiga qarab tuziladi. Turizm sektsiyasi reja asosida o'tkazilgan mashg'ulotlar, mashqlar va turistik poxodlar turistlar va havaskor o'quvchi-turistlarning ishlariga ijobiy ta'sir etadi. Maktab o'quvchilarining O'zbekiston sharoitidagi turistik poxodlarni tashkil qilishning taxminiy dasturlari va rejalarini quyidagicha tuzish mumkin:

Turistik tashkilotchilar va turistlarni tayyorlash o'quv rejasi

	Nomi			xonada	ochiq xavo
1.	O'zbekiston ommaviy turizmi	2	2	-	-
2.	Jismoniy tarbiya jamoadagi turizm sektsiyalarini tashkil qilish va uning mazmuni	9	4	2	3
3.	O'lkamizning turistik imkoniyatlari	4	4	-	-
4.	Turistlarning ijtimoiy foydali	1	1	-	-

	ishlari. Tabiatni muxofaza qilish.				
5.	Dam olish kunlari turistik poxodlarni tashkil qilish	18	3	2	13
6.	Turistlar topografiyasi	9	2	2	5
7.	Turistlar gigienasi. Poxodlarda nazorat, o'z-o'zini nazorat qilish va birinchi meditsina yordami (shifokorlarga)	6	2	2	2
8.	Turistlarni jismoniy tayyorlash	1			1
	Jami:	50	18	8	24

Jismoniy tarbiya jamolaridagi turizm sektsiya ishlarining dasturi.

1. O'zbekiston ommaviy turizmi, O'zbekiston demokratik tarbiyaning muhim vositalaridan biri. O'zbekiston jismoniy tarbiya tizimida turizmning o'rni. O'zbekiston Respublikasida turizmni tashkil qilish. Kasaba uyushmasini turizmni rivojlantirish-dagi roli. Mamlakatda turizmni rivojlantirish sohasidagi qarorlari. O'zbekiston territoriyasida havaskorlik turistik sayohatlarini tashkil qilish qoidalari. Yo'llanma bo'yicha sayohatlar. Turizmning turlari va uning xususiyatlari. Turizmning klassifikatsion me'yorlari.

2. Turizm sektsiyalarini tashkil qilish va uning mazmuni. Havaskorlik jismoniy tarbiya jamolarida Kengash ommaviy turizmning asosidir. Ommaviy turizmni rivojlantirishida turizm sektsiyalarining roli. Sektsiyaning vazifalari, uni tashkil qilish va mazmuni. Sektsiyaning tashkil qilishda jamoat tashkilotlarining roli. Tashkiliy yig'ilishlar. Komissiyalar, sektsiyalar, ularning funksiyalari. Sektsiya ishlarining mazmuni: dam olish kuni turistik poxodlari, sayohatlari, ekskursiyalarini tashkil qilish, ko'p kunlik sayohatlar, slyotlar, turistik musobaqalar uyushtirish, sektsiya a'zolarining malakasini oshirish, turizmni targ'ib qilish, faollarni tayyorlash, mahalliy jamoat tashkilotlarining tadbirlarida qatnashish. Sektsiyaning tarbiyaviy ishlari, uning forma va mazmunlari. Turizmning tarbiyaviy ta'siri haqida tushuncha. Faollarning roli va ularning tarbiyadagi namunalari.

Sektsiyaning ish rejalari (yillik, kvartal-chorak.

Oylik), ularning taxminiy forma mazmuni. Moliyaviy ta'minot va uning asoslari. Pullarni sarflash smetasi (rejasini), mablag'lardan unumli foydalanish. Sektsiyaning moddiy bazasini tayyorlash. Turistik sog'lomlashtirish lagerlarini tashkil qilish. Turistlar klubi, turistlar sektsiyalari va boshqa jamoalar bilan aloqada bo'lish. O'talidagi ishlar. Ishlarni hisobga olib borish. Sletlarni tashkil qilish va sektsiya ishlarining rejasini tuzish.

3. O'lkaning turistik imkoniyatlari. O'lkaning tabiiy - geografik hamda iqtisodiy xarakteris-tikasi: obhavo, rel'efi, o'simlik va hayvonat dunyosi, foydali qazilmalari, ishlab chiqarish korxonalari, qishloq xo'jaligi va transport aloqalarining rivojlanishi.

Ekskursiya ob'ektlari: tarixiy, arxitektura va boshqa yodgorlik joylar, muzeylar, ilg'or tashkilotlar. Dam olish kuni poxodining marshruti haqida tavsiyalar. Turizm bo'yicha yo'l boshlovchi. Boshqa adabiyotlar. O'lka haqida asosiy adabiyotlar.

4. Turistlarning ijtimoiy-foydali ishlari. Tabiatni muhofaza qilish. O'lkaning muhofaza qilish sohasidagi vazifalarni bajarish, aholi o'rtasida otaliqdagi ishlarni bajarish, targ'ibot va boshqalarni ijro etish. Tabiatni muhofaza qilish to'g'risida qonun. Xashoratkunandalar bilan kurashish.

5. Dam olish kuni turistik poxodlarni tashkil qilish va uni o'tkazish. Poxod oldidan ko'rgazmalar olish, konsul'tatsiya qilish. Guruxni tuzish va ularning aniq vazifalarini belgilash. Marshrutni ishlab chiqish, uning yo'nalishi, sxemasini chizish va grafigini tuzish, moliyaviy xarajatlar smetasi. Gurux va shaxsiy jihozlar. Oziq-ovqatlar. Poxod qatnashchilariga yuklarni taqsimlash. Ryukzakni taxlash. Yo'l hujjatlarini rasmiylashtirish. Poxod qatnashchilarining yig'ilish joyini belgilash. Marshrutdagi yurish tartiblari, boshlovchi va saf ohirida yuruvchining vazifalari. Kunlik rejim.

Dam olishlarni tashkil qilish; joy tanlash; lagerni tashkil qilish rejasi; palatkalarni o'rnatish; ishlarni taqsimlash.

Gulxan yoqish va uning ishlatilishi, gulxanda ovqat pishirish. Kiyimlarni quritish. Dam olishni tugallash va atroflarni to'la yig'ishtirish. Tozalash. Tabiiy to'siqlardan o'tish tartiblari. Dam olish kuni poxodlarida xavfsizlikni ta'minlash. Oddiy tugunlar va ularni ishlatish tartibi. Dam olish kuni poxodi rahbarning vazifalari.

6. Turistlar topografiyasi. Turistlar uchun topografiyaning ahamiyati. Dam olish kuni poxodlarida ishlatiladigan kartalar. Joylarning rejasi, sxemasi. Masshtablar (sanoq va chiziq). Asosiy shartli belgilar. Kartalarni o'qish va sxemalarni tuzish. Kompas. Maxaliy magnit og'ishlari. Joylarni karta, kompas va mahalliy predmetlar orqali chamalash. Mahalliy sharoit-lardagi predmetlarga qarab ufqni belgilash, soatlar, tungi yorug'lar, osmon yoritgichlari bilan ufqni belgilash. Azimut bo'ylab yurish.

7. Turistlar gigienasi. Poxodlarda nazorat. O'z-o'zini nazorat qilish va birinchi tibbiy yordami. Turistlarning shaxsiy gigienasi. Muntazam meditsina ko'rigining ahamiyati. Poxodda o'z-o'zini nazorat qilish, qishki sharoitlarda nazorat qilishning xususiyatlari. Terlash, qo'yosh va issiqlikdan saqlanish hamda sovuq urishning oldini olish. Poxodlarda birinchi tibbiy yordami ko'rsatish: kuygan, teri ustlari zararlangan, qon ketish, bo'g'inlarning zararlanishi, chiqishi, sinishi, qo'yosh nuri va sovuq urishi, zaharlangan paytlar. Bog'lashlar. Sun'iy nafas oldirish. Kasallanganlarni jo'natish. Dam olish kuni poxodlari dorilar qutichasining tarkibi.

8. Turistlarni jismoniy tayyorlash. Jismoniy tayyorgarlikning ahamiyati va uni muqammallashtirish yo'llari. Ertalabki gimnastika, dam olish kuni poxodlarida jismoniy tayyorgarlik, organizmni chiniqtirish. Tavsiya qilinadigan jismoniy mashqlar. Sport turlari bo'yicha mashg'ulot o'tkazish. Turistik seksiyalarda o'tkaziladigan mashg'ulotlarda jamoatchi turistik tashkilotchilar tayyorlashda yuqoridagi ko'rsatilgan dastur materiallaridan foydalanish kifoya qiladi. Turizm seksiyalarini tashkil qilish va undagi tashkiliy ishlar formasini quyidagicha tuzish mumkin.

Jismoniy tarbiya jamoalaridagi turizm seksiyalarining ish rejasi.

№	Qilinadigan ishlar nomi	Bajarilish muddati	Bajaruvchi shaxs
1. Tashkiliy ishlar			
1.	Turizm bo'yicha seksiya tuzish	10 IX - gacha	J/tarbiya o'qituvchisi
2.	Turistik jihozlarni olish va ta'mirlash	15 IX - gacha	- // -
3.	Turistlarning umumiy yig'ilishini o'tkazish va faollarini saylash	17 IX	J/tabriya jamoasi JT kengashi
4.	Turistlar xonasini (muzeyini) tashkil qilish	yil davomida	Seksiya a'zolari
5.	Turistik poxodlar rejasi va marshrutlar-ini tuzish	20 IX - gacha	-//-
6.	Seksiya ishlarini hisobga olib boradigan jurnal va boshqa zarur hujjatlarni tuzish	tizimi ravishda	-//-
7.	Turistlarning yig'ilishini o'tkazish	har oyda bir marta	-//-
2. Ommaviy sog'lomlashtirish ishlari			
1.	Dam olish kunlari, ta'til paytlarida bir kunlik va ko'p kunlik turistik poxodlar uyushtirish	har oyda bir marta	-//-
2.	Tuman (shahar), viloyatda turistik musobaqalar va slyotlarda qatnashish	kalendar' reja bo'yicha	Seksiya a'zolari
3.	Turistlarni jamoat turistik tashkilotchilar tayyorlash seminarlariga jalb qilish	-//-	-//-

4.	Nishondorlarni tayyorlash	tizimli ravishda	-//-
5.	Turizm bo'yicha yoshlarning III, II, I va kattalarning III, II razryad normalariga turistlar tayyorlash	-//-	-//-
6.	Turizmni targ'ibot qilish	-//-	-//-
7.	Turizm bo'yicha kichik instruktorlar tayyorlash	-//-	-//-
8.	Turizm bo'yicha kechalar tashkil qilish	Ïàé	-//-
9.	Qilingan ishlar yuzasidan hisobot tuzish	Iyul'	-//-

Jismoniy tarbiya jamoasi kengashining raisi

Turizm seksiyasi raisi:

Tayanch so'zlar: turistik seksiyalar, Turizm ishlarining dastur va rejalari. Turizmda seksiyalar, poxodlar, jixozlar.

Takrorlash uchun savollar:

1. O'lkashunoslik va ijtimoiy foydali ishlar.
2. Maktab bosqichlarida turistik ishlar.
3. O'quvchi - yoshlar jamoalarida turizmni tashkil qilish, Turistik to'garaklar va seksiya ishlari.
4. Yozgi sog'lomlashtirish lagerlari
5. Turizm ishlarining dastur va rejalari.

Amaliy mashg'ulotlar mavzulari
Mavzu : Turizmda texnika va taktika.

Reja

1. Turizmda texnika tushunchasi
2. Turizmning taktika tushunchasi
3. Turistik slyotlarni tashkil qilish
4. Sportga chamalab topish

1. Turizmning texnik tushunchalari deganda poxodlarga tayyorgarlik shartlari, yurish, to'siqlardan o'tish, turistik jihozlardan foydalanish, turistik turmush sharoitlarini bilish, ulardan keng foydalanish va boshqalarga aytiladi.

Turizmning taktika tushunchasi - deganda kompas, karta, sxema va boshqa asboblarni hamda tabiiy sharoit vositalari orqali turistik poxod, slyot sayohatlarda quyiladigan maqsad va vazifalarga erishishi, topshiriqlarni ado etish demakdir.

Turistik tayyorgarlik turizmga o'rgatish jarayonida olib boriladi. Bunda dastlabki amaliy ko'nikmalar hosil qilingach.

Turistlarga poxod, slyot, amaliy mashg'ulotlarda yurish qoidalari, turistik jihozlarni to'plash, oziq-ovqatlarni saqlash, karta va sxemalar bilan ishlash, birinchi tibbiy yordamini ko'rsatish va boshqa talablar o'rgatiladi.

Turistik slyot turizmda eng muxim va murakkab jarayon hisoblanadigan musobaqadir. U ko'pchilik jamoat jamoalari (kollektiv komandalari) ishtirokida turistik musobaqa va konkurs formasida o'tkaziladi. YA'ni komandalar musobaqa nizomiga asosan sportga chamalab topish, to'siqlardan o'tish, «Tez birinchi yordam» ko'rsatish, ovqat pishirish, karta chizish, palatka o'rnatish, estafeta va shunga o'xshash har xil mashqlarni bajaradi. Slyot davomida jamoalar o'z tajribalari bilan o'rtoqlashadilar, erishilgan yutuqlarini namoyish qilinadi. Turistik slyotlar ayniqsa akademik litsey, kasb-hunar kollejlari hamda maktab o'quvchilari bilan tashkil qilinadi.

Sportga chamalab topish turizmning tarkibiy qismi bo'lib, u o'z mazmuni va xarakteriga ko'ra mustaqil sport turi hisoblanadi. Bu sport turida turizmning piyoda yurish, tog' turizm formalari qo'llaniladi. Lekin sport klassifikatsiya normativlariga ko'ra chamalab topish sportida karta, sxema, kompas orqali shartli belgilarni ko'rsatilgan vaqtda topa bilish, topa olish zarur. Bu esa matonat, jasurlik, bilimdonlik, chidamlilik, kollektivizmni rivojlantiradi.

**Mavzu: O'zbekiston respublikasida o'lkashunoslik,
tabiatni muxofaza qilish.**

Reja:

1. Mamlakatimizda o'lkashunoslik ishlarni tashkil qilish.
2. Tabiatni muxofaza qilish ishlarini turizm malakalarini egallash orqali amalga oshirish.
3. Turistlarning topografik tayyorgarligi (turistlarni jismoniy jihatdan tayyorlash va poxodlarga tayyorlanish).

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Xoldorov T., Tulenova X.B Turizm va uni o'qitish metodikasi. T.: 2007.
2. R.A. Qosimova Turizm va uni o'qitish metodikasi Toshkent 2008y
3. R. Abdumalikov. "Sayoxat saxifalari". - T, 1985y.
4. R. Abdumalikov, T. Xoldorov. Turizm. - T, 1988y.

Tayanch tushunchalar: topografiya, shartli belgilar, geodeziya, chiziqli masshtab, chamalab topish, meridian, qutb, og'ish burchagi.

I. Turistik sayohatlarning barcha turlarida ham o'lkashunoslik ishlarini olib borish ko'zda tutiladi. Bu ishning mazmuni va hajmi sayohat o'tayotgan tuman yoki joyning sharoitiga, shuningdek, avvaldan qo'yilgan vazifalarga bog'liqdir. SHu sababli o'lkashunoslik ishlarida o'z o'lkasini o'rganish birinchi vazifalardan hisoblanadi.

Marsrutni tanlash o'quvchilarning kelajakda yanada sayohat qilish havasini orttiradi. SHu

sababli sayohatga tayyorlanishida o'sha joyning butun tarixi va hozirgi sharoitini avvaldan chuqur hamda izchil o'rganish lozim. O'zbekistonning tekislik erlari bu subtropik mamalakatlardan tubdan farq qilib, cho'llardan iboratdir, chunki respublika iliq okean va dengizlardan nihoyotda uzoqda, materik ichkarisidan berk havzada joylashgan, nam va iliq havo massalari keladigan janubdan baland tog'lar bilan to'silgan, aksincha quruq va sovuq havo oqimlari keladigan shimol tamoni esa ochiqdir.

O'zbekiston territoriyasining katta qismi Amudaryo bilan Sirdaryo oralig'ida, qolgan oz qismi shu daryo havzalarida joylashgan, eng shimoliy chekkasi ustyurtning sharqiy chekkasidan Termiz shahrigacha 925 km.ga g'arbiy chekkasi - ustyurtning o'rta qismidan o'tgan 56 meridiandan Farg'ona vodiysining sharqiy chekkasigacha 1400 km.ga cho'zilgan. O'zbekiston maydoni 447,4 ming kv.km. Xorjiy davlatlar bilan taqqoslanganda, respublika maydoni Buyuk Britaniyadan salkam ikki, Pol'shadan 1,5 marta, Belgiyadan qaryib o'n marta kattadir. O'zbekiston chegaralarining qo'p qismi quruqlidan iborat, O'zbekiston respublikasi O'rta Osiyodagi barcha sobiq ittifoqdosh respublikalar va Qozog'iston respublikasi bilan, janubdan esa Afgoniston bilan chegaradoshdir.

Tabiatni muxofaza qilish.

Tabiat-halq boyligidir, deb bejiz aytilmagan. Tabiat insonlarga xom ashyo, yoqilg'i, suv, havo, non in'om etadi. Qanchadan - qancha tabiiy boyliklar er qa'rida yotibdi. Ularni avaylab asrash va ulardan unumli foydalanish har bir inosonning muqaddas burchidir.

Turistlar sayohat paytlarida asosan o'rmon, ko'l, tog', daryo sohillari, ya'ni tabiatan go'zal joylarda bo'lishadi. SHu sababli bunday joylarda ozodalik, umumiy tartibga qat'iy rioya qilinishi kerak. Turistlar, ayniqsa o'quvchi va o'smir yoshlar turistik sayohatlar jarayonida ona-Vatan boyligi, bo'lgan tabiatni asrashda, uni yanada go'zallashtirish, boyitish ishlarida tabiatni muxofaza qiluvchi tashkilotlarga yoqindan yordam berishlari kerak.

Ijtimoiy foydali ishlar, ya'ni bahor paytlarida ko'chat o'tkazish, gullar ekish, ekinlarni begona o'tlardan tozalash, pilla qurtlari uchun barglar uzish, yozda pichan to'plash, ko'l mevalarni terish, sabzavotlarni yig'ishtirish, hamda boshqa ko'pgina ishlarda faol qatnashish turistlarning muqaddas burchlaridan hisoblanadi.

Sayohat davomida tabiatni muxofaza qilish, ayniqsa, daraxtlarni sindirishga yo'l qo'ymaslik, yong'inga qarshi tadbirlar uyushtirish hamda ekinzonlarni mollardan saqlash sohasidagi ishlar ham turistlar uchun muxim burch hisoblanadi. Yosh turistlarda tabiatga muxabbat uyg'otish va ularni tabiatni muhofaza etishga jalb qilish uchun quyidagi tadbirlarni amalga oshirish lozim:

1. Maktab, akademik litsey, kollejlarda daraxtzor, o'rmon, bog'larni muhofaza qilish guruxlarini tashkil qilish va ularga aniq chegaralar berish.
2. Jamoa va shirkat ho'jaliklarida o'quvchi yoshlar ishtirokida tabiatni muhofaza qilish guruxlarini tuzish.
3. Tuman markazi va katta poselkalarda yoshlardan o'lkani o'rganish va uni muxofaza qilish to'garaklarini vujudga keltirish va ularga to'la sharoit yaratib berish.
4. Shaharlardagi oliy o'quv yurtlari, o'quv muassasalarida tabiatni muhofaza qilish jamiyatlarini tuzish, ularni seksiyalarga bo'lib bu seksiyalarga yosh turistlarni ko'proq jalb qilish.
5. Yirik turistlar klubi, seksiyalari hamda turistlar bazalarida tabiatni muhofaza qilish maxsus otryadlari (guruxlari) tashkil qilib, barcha tashkilotlardagi guruh va otryadlarga amaliy hamda metodik yordam berishni tashkil qilish.
6. Yozgi dam olish lagerlari, sog'lomlashtirish sport lagerlari, dam olish uylari va zonalarida tabiatni qo'riqlash, uni obodonlashtirish sohasida otryadlar tashkil qilish.
7. Pedagogika universitetlari, jismoniy tarbiya institutlari, kollej jismoniy tarbiya bo'limlarida hamda bolalar va o'smirlar muassasalarida tabiatni muhofaza qilishda maxsus guruxlarini tuzib, ularning seminar va anjumanlarini o'tkazish.
8. Turistik sayohatlar jarayonida guruxlarda tabiat muhofazasi to'g'risida suhbat tashkil qilish, kechalari navbatchilikni uyushtirishga odatlanish.
9. O'quv muassasalarida tabiatni muhofaza qilish to'g'risida mashg'ulotlar o'tkazishga erishish.

Ana shunday tadbirlar muntazam ravishda amalga oshirib borilsa, o'rmon, daraxtzorlar, hayvonot dunyosini zararlanishdan asrash, ularni yanada ko'paytirish mumkin bo'ladi. Turizmni har qanday

shaklini va dam olish yozgi sog'lomlashtirish lagerlarini tashkil qilish uchun mamlakatimizning eng xushmanzara joylarida turistik ishlar olib boriladi va lagerlar ochiladi. Bunda o'lkashunoslik ishlarini olib borish uchun baza xizmatini o'taydi. Yildan yilga kengayib borayotgan lagerlar tarmoqlari o'quv muassasasi o'quvchi - yoshlarning katta qismi uchun shu joylarda ham olish imkonini beradi.

Turistik poxodlar o'quvchilar uchun dam olishning eng sevimli turigina bo'lib qolmay, shu bilan birga yoshlarni demokratik ruhda tarbiyalashning umumiy tizimida alohida o'rin tutadi. Bunday turistlarni Vatanimizda yashovchi halqlarning hayoti va madaniyati, mamlakatimizning tabiiy boyliklari, tarixiy yodgorliklari bilan tanishtiradi. Sayohatlar yoshlarda mehnat faoliyati va mamlakat mudofaasi uchun ayniqsa kerakli fazilatlarni: jamoatchilik, o'zaro yordamlashish, intizomlilik, iroda, sabot-matonat, mardlik, chidamlilik, ijtimoiy mulkni ehtiyot qilish kabi xislatlarni shakllantiradi va rivojlantiradi.

O'quvchilar poxodlarda qatnashib, turli sharoitlarda tunash joyini tashkil qilishni, ovqat tayyorlashni, joyni aniqlay olishni, xilma-xil tabiiy to'siqlardan o'tishni, gerbariy to'plash va kolleksiyalar yig'ishni, tarixiy materiallar to'plash va umumlashtirishni o'rganadilar, o'quv muassasasida olgan bilimlarini kengaytiradilar.

O'lkashunoslik yosh turistlar ishini o'tkazishning taxminiy rejasi

I. Kichik sinfdagi o'quvchilar uchun.

1. Xilma-xil tabiat xodisalarini kuzatish, jamoa va shirkat xo'jaligidagi kishilarning mehnat faoliyati bilan tanishish, tabiatshunoslik darslarida foydalanish uchun o'simliklar va ayda jonivorlarni to'plash maqsadida daryo (kanal), ko'l bo'ylariga, dalaga, tog' etaklariga ekskursiyaga borish.

Ekskursiya vaqtida o'lkashunoslik ishlari uchun quyidagi inventar': yozish va rasm solish uchun blokonotlar, gerbariy solinadigan papkalar va xashorotlar solinadigan idishlar, zoologik chelak, tasha, sanchqich kerak bo'ladi.

2. 6-8 kilometr masofaga tunalmaydigan bir kunlik poxod.

Poxod mavzulari: Dam olish lager atrofiga uya qo'ygan foydali parrandalarni o'rganish, «Jarliklar va ularni o'rganish» va hakoza.

Turizm malakalarini eggalash «Kompas yordamida joyni aniqlash», «Bir kunlik poxodga asbob - anjomlar tayyorlash», «Ryukzakka buyum joylash», «Fulxan yoqish qoidalari», «Ovqat tayyorlash», «Har xil joylarda yurish», «Yo'l belgilarini bilish, kattalar yordamida».

O'yin - musobaqalar.

Ekskursiya vaqtida dam olishlardan birida yosh turistlardan yo'lda nimalarni ko'rganliklarni so'rash lozim. Javoblar, shubhasiz, har xil bo'ladi, buning sababi o'quvchilarning kuzatuvchanlik qobiliyati turlicha ekanligidir.

Izlarni ajrata bilish, hamma narsani ko'rish va eshitish, tevarak atrofdagi buyumlarning u yoki bu xil tafovutli belgilarini topa bilish, bular muxim turistik ko'nikmalardir.

K u z a t u v c h i l a r

Bu o'yinni dam olish paytlaridan birida o'tkazish mumkin. O'quvchilar ikki komandaga bo'linadi va qator - qator bo'lib, bir-birlariga orqa o'g'irib-turadilar. O'yin qatnashchilari oldiga quyiladigan vazifa birinchi qarashda juda osondek bo'lib tuyuladi: ko'z o'ngida namoyon bo'lgan manzaraga 2-3 daqiqa tikilib turish, manzarani eslab qolish, va hammasini xotirada saqlab qolish kerak. Shundan keyin o'yinda qatnashayotgan va bir-birlariga orqa o'g'irib turgan juftlar komandaga binoan joylarini almashtirishlari lozim. Shunday qilib, endi ikkala komanda ham teskari tomonga, ya'ni raqiblari o'rganib chiqqan tomondagi manzaraga qarab turadi. Sheriklarining har biri o'z o'rtog'iga savollar berishi zarur. Savollar quyidagicha bo'lishi mumkin:

1. Dalalarda ish olib borilayotimi?
2. Daryoning tik qirg'oqlarida daraxtlar bormi?
3. Daryoda orollar bormi?
4. Qishloq yo'li qaysi tomondan boshlanadi?

O'yinni boshqaruvchi kishi javoblarning aniqligini tekshirib ko'radi. Eng ko'p to'g'ri javob qaytargan komanda yutib chiqqan hisoblanadi.

II. O'rta sinf o'quvchilari uchun

Tarixiy, arxeologik, tabiiy yodgorliklar bor joylarga, ko'llarga, suv manbalari va havzalarga, yo'l va boshqa qurilishlarga sport baza ishootlariga, jamoa va shirkat xo'jaliklarga, ishlab - chiqarish korxonalariga, mahalliy metereologik stantsiyalari va hokozolarga ekskursiyaga olib boriladi. Hamshaharlar, hamqishloqlar, keksalar, urush qahramonlari, mexnat faollari, sport yulduzlari bilan har xil tadbirlar va uchrashuvlar o'tkaziladi. Marshrut masofasi 5-10 km.

Turizm bo'yicha amaliy mashg'ulotlar o'tkaziladigan va yo'lda tunab qoladigan (agar sharoit ko'tarsa) yoki tunab qolmaydigan bir kunlik trenirovka poxodi uyushtiriladi.

Poxod mavzulari: «Tarixiy yodgorliklarni ziyorat qilish», «Ko'llar va ularni o'rganish», «Suv manbalarini o'rganish».

Turizm malakalarini egallash.

Xarita yordamida va haritasiz, kompas bilan va kompassiz, quyoshga, soatga qarab, mahalliy mo'ljal (orientir) buyumlar, narsalar yordamida joylarni aniqlash. Yo'l va topografiya belgilari. Biror buyumgacha bo'lgan masofani buyumning balandligini ko'z bilan chamalab bilish. Daryoning kengligini aniqlash. Yo'lda uchraydigan tabiiy to'siqlardan o'tish, dam olinadigan manzilgohni tanlash, palatkalar o'rnatish, gulxan yoqish, ovqat tayyorlash, poxod vaqtidagi odob qoidalari, jarohatlanganda birinchi tibbiy yordam ko'rsatishni o'rganish lozim.

O'yin - musobaqalar.

YOpiq marshrut bo'ylab musobaqalashish. Bu marshrutni shuning uchun yopiq deb ataladi, toki musobaqa boshlanguncha marshrut qatnashchilariga noma'lum bo'lib, sudyalari kollegiyasi uni sir saqlaydi. Musobaqa masofasi tog'li-past baland, yo'lsiz joylardan o'tadi va qing'ir-qiyshiq chiziq bo'ylab kompas yordamida belgilab chiqiladi. Har bir komandada 5-10 kishi bo'ladi. Marshrut uzunligi va uni bosib o'tish vaqti musobaqa to'g'risidagi nizomda aniq ko'rsatilgan bo'ladi. Masofani bosib o'tish uchun nizomda belgilangan vaqt nazorat vaqt deb ataladi. Agar komanda finishga belgilangan vaqtdan ertaroq etib kelsa, uning vaqti, belgilangan vaqt «deb, kechikib kelingan vaqt esa jarima (shtraf) vaqt» deb hisoblanadi.

Har bir komandaga bo'lak - bo'lak (5-10 daqiqa oralashib, start beriladi. Start navbati chek tashlash yo'li bilan aniqlanadi. Kapitanning qo'liga yozma buyruqli paket kelib tekkan payt «start payti» deb hisoblanadi. Buyruqda birinchi etap yo'nalishining azimuti hamda bosqichning taxminiy masofasi metr hisobida ko'rsatilgan bo'ladi. Ana shu ma'lumotlardan foydalanib, komanda birinchi nazorat punktga etib kelishi kerak. Bu erda u nazoratchi hakamlardan yana buyruq oladi, unda ikkinchi bosqichning azimuti va masofasi ko'rsatilgan bo'ladi. Komandalar toki finishga etib kelguncha shu tartibda harakat qiladilar. Yo'lda kelayotganda komanda kompas yordamida yo'nalishini aniqlab, masofani qadamlab hisoblab boradi, shuningdek yopiq marshrut sxemasini tuzadi (ob'ektni, joyini ko'z bilan chamalab, homaki rasmi chiziladi, bu rasm joyning umumiy xarakterini (tasnifini) ifodalashi va eng muhim buyumlar yaqqol ko'zga tashlanib turishi kerak.

Agar komanda nazorat punktga etib kelganda o'ng yoki chap tomonga 20 metrdan ortiq burilib ketgan bo'lsa, nazoratchi - hakamlar shu punktdagi nazorat kartochkaga komanda uchun 10 ball shtraf yozib qo'yadilar. Agar komanda orqa tomondan kelib chiqsa, unga 30 ball shtraf solinadi.

III. Katta sinf o'quvchilari uchun

Tuman sanoat korxonalariga, yo'l va boshqa qurilishlariga ekskursiya uyushtirish va o'lkashunoslikka doir kuzatishlar olib borish. Mexnat jamoalari bilan tanishish.

Marshrut masofasi 10-15 kilometr.

Poxod mavzulari: «Jamoa yoki shirkat xo'jaliklariga yordam berish», «Tumandagi tarixiy joylar bo'ylab», «Tumandagi daryolar va suv havzalari bo'ylab!»

Turizm malakalarini egallash.

Mamlakatimizda turizmning vazifalari va tashkil qilinishi. SHaxsiy gurux uchun va maxsus asbob anjomlar. Ryukzakka buyum joylash. Joylarda karta va kompas yordamida tomonlarni aniqlash. Yo'l va topografiya belgilari. Buyumgacha bo'lgan masofani, uning balandligini, daryoning enini aniqlash. Ko'z bilan chamalab ko'rish. Gulxanda ovqat tayyorlash. Ovqat maxsulotlari. Menu (tartibini) tuzish. Yo'lda turli xil to'siqlardan o'tish. Poxodda birinchi tibbiy yordam ko'rsatish. «Dorilar qutichasi» tajribasini bilish.

O'yin musobaqalar.

O'lkashunoslik viktorinasi. Asosiy maqsad - o'z o'lkasini bilishdan iborat. Viktorina o'z tumani, viloyati to'g'risida tuzilib, tuman, viloyat va hokozolarning tabiati va tabiiy boyliklari, voqealari, xo'jaligi va madaniyati, atoqli kishilari to'g'risida savollarni o'z ichiga olishi mumkin.

Bitta guruxga har bir bo'limdan 1-2 ta savol beriladi. Berilgan javoblarga besh balli tizim asosida baho quyiladi. Ochkolarning umumiy soni 15-25 ga teng bo'ladi. Butun gurux qatnashadi.

Daryoga ekskursiya.

Buloqlarni o'rganishni daryolarni o'rganish bilan birga qo'shib olib borish qo'lay bo'ladi. Bunday o'rganishni biror kichikroq soydan boshlash kerak: mayda soychalarda yuz beradigan hodisalarni kuzatish uchun qulay, yaqqol ko'zga ko'rinib turadi va uncha xafli emas.

Boshqa har qanday geografik ekskursiyadagi singari dastlab mazkur daryo bilan kartada tanishib chiqish, lozim. Suv haroratini o'lchash, turli xil chuqurliklarda haroratning bir me'yorda bo'lishini aniqlash, bu haroratning kunduzgi issiqa va tungi sovunishiga, sizot suvlar oqib kelib turishiga bog'liqligini ko'rsatish zarur. Shundan keyin daryoning umumiy quvvatini bilib olish uchun muayyan vaqt ichida (bir soniya yoki bir daqiqada) oqib o'tadigan suv miqdori aniqlanadi. Buning uchun esa oqim tezligi va daryo uzanining rel'efini aniqlash lozim.

Suvning xossalari va rejimi bilan tanishib chiqqandan keyin daryo o'zanini va uning vodisini o'rganishga kirishish mumkin. Avvalo daryo o'zani qanday tog' jinslari orqali o'tganligini, tagida qanday qoplam borligini, bu qoplamda qanday jinslar mavjudligi va ular qaerdan kelib chiqqanligini aniqlash zarur. Bular esa daryoning eroziyalovchi faoliyat va undagi egri bugriliklarning kelib chiqishi to'g'risidagi masalalarga o'z-o'zidan e'tibor berishga majbur etadi. Daryoning egri bugriligi shu qadar keng tarqalgan va tipik hodisasi, bu masalani aniqlash ustida to'xtalib o'tmaslik mumkin emas. Shu sababli ekskursiyada daryo oqimining egri bugriligi doimo orta borishini, ichkariga o'yilib kirgan qirog'oqning yuvilib turishi va shu tariqa oldinga turtib chiqqan joylarda loyqa toshlar to'planib qolishini ko'rsatib o'tish muxim ahamiyatga ega. Qirog'oqlardagi osilib qolgan, o'pirilib tushgan joylar va terrasalar (supachalar) ekskursiyachilarning e'tiborini jalb qilish, bularning qanday kelib chiqqanligini tushuntirib berishga harakat qilish lozim.

Ko'lga ekskursiya.

Ko'lni o'rganib chiqishni umumiy tanishish, uning kartada joylashishini bilib olish va ekskursiya marshrutini aniqlashdan boshlash kerak. Bunda har bir qatnashchi o'zi uchun qo'lning loaqal sxemalik kartasini tuzib olsa foydali ish qilgan bo'ladi. Agar bunday karta bo'lmasa, ekskursiya vaqtida buloqlarning ko'lga oqib tushadigan joylarini, irmoqlar ko'shiladigan joylarni va har qanday yangi topilgan narsalarni belgilab berish uchun bunda kartani tayyorlab olish kerak bo'ladi.

Mazkur hayvonot hamda o'simlik olamini ta'riflab berishiga harakat qilish kerak. Ko'ldagi suvning tarkibi ham xuddi buloqlarning suvi o'rganilgan tartibda o'rganiladi. Ekskursiyani o'tkazishdan maqsad har bir qatnashchi mazkur ko'lning o'tmishdagi, hozirgi hayoti to'g'risida va undan kelajakda foydalanish istiqbollari haqida imkoniyat boricha yorqin tasavvurga ega bo'lish kerak.

Ko'lni o'rganish bir tamonlama bo'lib qolmasligi uchun ekspeditsiya qatnashchilari ham, uning rahbarlari ham ko'lga yilning hamma fasllarida va xilma-xil konkret topshiriqlar bilan borib turishlari lozim. Ko'lni, ayniqsa kichik ko'lni o'rganib chiqish metodik jihatdan qimmatlidir, chunki bunday ko'lning yaqqol ko'zga tashlanib turishi va muayyan qiyofaga ega bo'lganligi tufayli undagi hamma geografik omillarni bir manzarada aniq birlashtirish mumkin.

Turistik poxodda taxminiy kun tartibi. (katta sinf o'quvchilari va o'smirlar uchun)

№	Vahti	Qilinadigan ishlar mazmuni
1.	6.30-7.00 soat	Uyqudan turish. Zaryadka. Tunash joyini yig'ishtirish
2.	7.00-8.00 soat	Nonushta. Marshrutga jo'nashga tayyorgarlik.
3.	8.00-12.30 soat	Ekskursiya harakati (yurish), o'lkashunoslik ishi, ijtimoiy - foydali ish (rejaga mufoviq)
4.	12.30-16.00	Dam olish: to'plangan materiallarni dastlabki ishlash, cho'milish,

	soat	anjomlarni, kiyim-kechak, oyoq kiyimlarni tuzatish, tushki ovqatlanish. Dam olish joyini yig'ishtirish, marshrutga jo'nab ketish uchun tayyorgarlik
6.	16.00-17.00 soat	Ekskursiya harakati (yurish) o'lkashunoslik ishi (rejaga muvofiq).
7.	17.00-18.30 soat	Uyga qaytish (agarda tunash sharti bilan bo'lsa tunash uchun joyini tayyorlash kechki ovqatga tayyorlanish, gulxanni tayyorlash).

**Poxod kundaligini qanday yuritish kerak?
(kundalikning ahamiyati)**

YOsh turistlar jonajon Vatanimiz bo'ylab maroqli poxodlar o'tkazadilar. Ammo bunday poxod va ekskursiyalarning qatnashchilari ko'pincha o'z sayohatlariga yakun yasamaydilar, to'plangan materialni rasmiylash-tirishni unutib qo'yadilar. Bunday ekskursiyalarning foydasi kam.

YOsh sayohatchilar guruxlarining rahbarlari sayohat qatnashchilarining yo'l xotiralarini yozib borishlariga jiddiy e'tibor berishlari kerak. Ba'zilar kundalik daftarlar tutish har bir sayohatchining shaxsiy ishi, bu ish bilan shug'ullanish majburiy emas deb xisoblaydilar.

Bu xato fikr. SHuni esda tutish kerakki, kundalik daftar yuritish sayohatchilarning ong-bilimini boyitadigan turizmni rivojlantirishiga yordam beradigan jamoatchilik ishidir. Sayohatning yorqin, qiziqarli epizodlari asta-sekin-unutib yuboriladi. Ular o'rnini yangi taassurotlar egallaydi va agar kundalik daftar bo'lmasa, keyinchalik ko'pgina narsalarni xotira asosida qayta tiklash oson bo'lmaydi. Kundalik daftar asosida sayohat to'g'risida hisobot tuzib chiqish, devoriy gazeta yoki jurnalga maqola yozish onson bo'ladi. Kundalik daftar sayohatda, poxod va ekskursiyada qatnashgan kishilar uchun ham qiziqarli va foydali bo'lib chiqishi mumkin.

IV. Turistlarni jismoniy jixatdan poxodlarga tayyorlanishi.

Turistik sayohatlarda qatnashuvchi o'quvchilarni jismoniy jixatlar tayyorlash ishlari asosan quydagilardan iborat:

1. O'quvchilarning epcilligi, chidamliligi va kuchliligini umumjismoniy tayyorgarlik bilan oshirish.
2. Turizmning turi, masofa va xarakteriga qarab turistlarni maxsus jismoniy tayyorlash.
3. Organizmni yo'ldagi turli qiyinchiliklarga, yukqumli kasalliklarga va boshqalarga chidamli qilib chiniqtirish.

Yuqoridagi vazifalarni amalga oshirishda maktabdagi, Institut va universitetdagi «Jismoniy tarbiya dasturi» materiallari to'la xizmat qila oladi. Shaxslarning epcilligi, chidamliligi va kuchni tarbiyalash, muqammallashtirishda engil atletika, gimnastika, sport o'ynlari, suvda suzish kabi turlar bo'yicha o'tkaziladigan barcha mashqlar muxim ahamiyatga ega. Ayniqsa, arqonda osilib chiqish mashqlari, engil atletikaning sakrash, o'rta masofalarga yugurish mashqlari shaxsning chidamliligi, kuchni rivojlantirishda katta ahamiyatga ega. Jismoniy tarbiya darslarida o'tkaziladigan mashqlarning miqdorini oshirib borish, ertalabki gimnastika mashqlarni turli xil buyumlar, ya'ni arg'amchi (arqoncha) gantel, tosh, prujina rezina va boshqalar bilan bajarish, muntazam ravishda sakrash, yugurish sovuq suvda yuvinish, chumilishlar organizmni chiniqtiradi. Eng muxim, ob-havoning qanday bulishidan qat'iy nazar har oyda bir ikki marta turistik poxodlar tashkil qilish, bunda 10-12 km dan kam bo'lmagan masofani 10-15 kg yukni elkaga ortib piyoda o'tish lozim.

Turistik poxodlar turli marshrutlarda bo'lishi (jarlik, tepalik, daryo qirg'og'i bo'ylab) maksadga muvofiqdir. Bunday mashqlar va poxodlar o'pkada havo sig'imining ortishi, yurak va asab tizimining mustahkamlanishini ta'minlaydi. Turistlarni jismoniy jixatdan chiniqtirish va tarbiyalash sayohatga tayyorgarlik paytlarida hamda sayohat jarayonida olib boriladi.

Poxodlarga qanday tayyorlanish kerak

Poxodlarga tayyorlanish avvalo, gurux tashkil qilishdan boshlanadi. Poxodda qatnashuvchi shaxslarning yoshi, jinsi, jismoniy tayyorgarligi, saviyasi bir xil bo'lishi sayohatning ko'ngilli,

qiziqarli o'tishini ta'minlaydi.

Guruxlarni tashkil qilingach umumiy koidalar asosida mashq o'tkaziladi. Bu mashg'ulotlarda turizmning maqsad va vazifalari, uning turlari, shuningdek, shaxslar bilan tashkil qilinadigan sayohatlar haqida suhbat o'tkaziladi. Karta, kompas va turizmning elementlari bo'yicha amaliy mashg'ulotlar tashkil etiladi. Turistik seksiyalarni tashkil qilish, uning mashgulotlarni o'tkazish avvalo jismoniy tarbiya o'qituvchisiga yuklatiladi. O'quvchilarni seksiyaga jalb qilishda jismoniy tarbiya o'qituvchilari va fan o'qituvchilari katta rol o'ynaydi. SHuning uchun turizm sayohat va o'lkani o'rganish to'garaklari, seksiyalari o'qituvchilar bilan mustahkam alokada bo'lishi kerak.

Mavzu: Turizm elementlari bo'yicha ommaviy tadbirlarni va musobaqalar tashkil qilish va o'tkazish.

Reja

- 1. Turistlar gigienasiga rioya qilish va o'z-o'zini nazorat qilish.**
- 2. Tabiatni sog'lomlashtiruvchi kuchlaridan (suv, havo, quyosh) foydalanish.**
- 3. Turizm elementlari bo'yicha musobaqalarni uyushtirish va o'tkazish.**
- 4. Turistik ko'nikmalarni mustahkamlaydigan o'yin musobaqalar.**
- 5. Turistik estafetalar.**

1. Sayohatlar jarayonida o'quvchilar turistlarning shaxsiy gigienasiga qat'iy rioya qilishlari lozim. Zarur gigienik shartlarga amal qilish turistik sayrlarda muxim rol o'ynaydi. Bunga qat'iy kundalik rejim kiradi. Kun rejim deganda kunlik hayotda qattiq tartib o'rnatilishi, mexnat, dam olish, ovqatlanish vaqtining oqilona taqsimlanishi tushuniladi. Uzoq vaqt davomida kunlik rejimga amal qilish inson salomatligini mustaxkamlashga yordamlashadi, tetik, hayotbaxsh kayfiyat yaratadi, uning mexnat qobiliyatini oshiradi. Kunlik rejimga amal qilinishi insonda intizom, ozodalik va tashkilotchilik kabi bebaho xislatlarni tarbiyalaydi. Turistlarning shaxsiy gigienasi ham gigienik shartlar tizimiga kiradi. SHaxsiy gigiena - bu inson salomatligini saqlashni ta'min etuvchi hamma tadbirlar majmuasidir.

SHaxsiy gigienaning asosiy talabalari quyidagilardan iborat: tananing tozaligi va uning parvarishi, ichki va ustki kiyimlar, poyabzal, yashash va ish joyining tozaligi; ish va shaxsiy buyumlarning orasta saqlanishi shaxsiy, o'quv muassasasida, ko'chada turizm sayrlarida va umumiy joydagi madaniy xulqi kiradi.

Iqlim sharoitga asoslanib, kiyim bosh, poyafzal, ich kiyim hamda quyoshdan, sovuqdan, yog'ingarchilikdan saqlanish uchun tegishli bosh kiyimlarni, ko'zoynakni olib yurish va o'z vaqtida ishlatish kifoya. Sayohatlarning 1 kunlik yoki ko'p kunlik tashkil qilinganligiga qarab tegishli bo'lgan gigienik shartlar (kun rejimi, inventar' va jihozlarning saqlanishi turistlarning kiyim kechaklar) va yordam beradigan shartlar (shaxsiy gigiena) birgalikda turistik sayrlarda muxim vositalardan hisoblanadi. Umuman gigienik omillar mexnat, dam olish, ovqatlanish, tevarak-atrofdagi muxitning shaxsiy va ijtimoiy gigienasi tadbirlaridan iborat.

Turistik sayrlarni tashkil qilish jarayonida gigiena qoidalari va talablariga rioya qilish majburiydir, chunki u turistik sayohatlarning shaxs psixikasiga ta'sir ko'rsatish samarasini oshiradi hamda kishining sog'lig'ini mustahkamlashga, jismoniy qobiliyatlarini o'stirishga imkon beradi.

2. Turistik sayrlarda tabiatni sog'lomlashtirish kuchidan organizmni chiniqtirishning mustaqil vositasi sifatida foydalaniladi. Tabiat kuchlari (suv, havo, qo'yosh) kishilarning sog'ligini mustaxkamlash va ish qobiliyatini oshirishning muxim vositasidir. Turistik sayrlarda harakatlar bilan birgalikda foydalaniladi (ochiq havodagi o'yinlar, quyosh ostida toblanish, cho'milish va hokazo). Tabiatning sog'lomlashtirish kuchidan foydalanishning asosiy natijasi kishining chiniqishi, ya'ni organizmning sovuq, issiq, quyosh radiatsiyasi (ayniqsa ular keskin o'zgarib turganda) kabilarga bardosh berish xususiyatining ortishidir. Bu hol sog'liqni mustaxkamligi va ish qobiliyatini oshirish imkonini beradi, buni ilk yoshlik chog'idan boshlab doimo o'tkazib turish lozim. Har tomonlama chiniqtirish uchun organizmga turlicha ta'sir etadigan vositalar (xilma-xil haroratdagi suv va havo, quyosh turlari ta'sirida bo'lish va hokazo)dan foydalanish kerak.

Quyosh vannasini qabul qilishning asosiy qoidalari

Quyosh vannasini kunning birinchi yarmidagi (soat 8 dan 11 gacha - bu paytda havo uncha qizimagan va toza bo'ladi) ovqatlanishga bir yarim soat qolguncha yoki undan 1,5-2 soat keyin qabul qilingan ma'kul. Quyosh nuri ostida bo'lish dastlab 8-10 daqiqa bilan chegaralanadi, so'ng bu protsedurani har kuni 5-10 daqiqa ko'paytirilib boriladi va asta-sekin 30-40 daqiqaga etkaziladi. Quyosh vannasini qabul qila turib har 5-10 daqiqada tana holatini o'zgartirib turish kerak. Quyosh vannasidan keyin suv protseduralari tavsiya qilinadi. Quyosh vannasidan haddan ziyod notug'ri foydalanish organizm uchun zararlidir. Bu tananing kuyishiga va issiq urushiga olib kelishi mumkin.

Havo vannasini qabul qilishning asosiy qoidalari.

Havo vannasiga yaxshisi erta bahorda, iliq kunlarda (+20⁰ C), lekin quyosh nuri va shamolning tik tushushidan muhofaza qilingan joylarda tushgan ma'kul. Havo vannasida dastlab 10-15 daqiqa. Asta-sekin 1,5-2 soat bo'linadi. Havo vannasi uchun qulay vaqt kunduzgi soatlardir (soat 9 dan 18 gacha).

Havo vannasini qorin ochganda yoki bevosita ovqatdan so'ng qabul qilish tavsiya etilmaydi. Bazan uvisha boshlaganda bu protsedurani darhol to'xtatish kerak. Iloji bo'lsa, havo vannasiga tushishdan oldin organizmni qizitish kerak. Havo vannasini ochiq havoda harakatlanib (o'ynab yoki yurib) olgan ma'kul.

Iliq kunlarda havo vannasini muntazam olish asta-sekin bu protsedurani juda past temperaturada ham amalga oshirish imkonini beradi. Bu organizmni chiniqtiradi.

Suv protsedurasini olishning asosiy qoidalari.

Suv protsedurasiga quyidagilar kiradi: artinish, ustidan suv quyish, dushga tushish va cho'milish. Eng qulayi artinishdir. Ishqalash ho'l sochiq yoki gubka bilan amalga oshiriladi. Ishqalashdan so'ng badan sochiq bilan quriguncha artiladi. Iqshalashda dastlab iliq suvdan: maktabgacha yoshdagi bolalar uchun 28-25 harorat issiq, maktab o'kuvchilari va o'smirlar uchun 25-20, 20-18 harorat issiq suvdan foydalaniladi. Suvning harorati asta-sekin 3-4 kunda bir harorati pasaytiriladi va maktabgacha yoshdagi bolalarda 19, maktab o'kuvchilarida 18, o'smirlarda 16 haroratgacha tushiriladi. Ustidan suv quyish va dush qabul qilish eng kuchli suv protseduralaridir. Ularni qabul qilishga bolalar ho'l narsa bilan badanlarini ishqalashga ko'nikkanlaridan so'ng kiritish zarur.

Suv havzalarida chumilish eng yaxshi protseduralardan biridir. Agar badan tarbiyadan so'ng cho'milishga to'g'ri kelsa, suvda 2-3 daqiqa bo'lishi kifoya, quyosh vannasidan chiqib cho'milganda 10-20 daqiqa turishlari mumkin, cho'milayotib kuchli harakatlar qilish kerak, aks holda sovqotib qolish mumkin. Har qanday suv protsedurasidan so'ng badanni quriguncha artish, keyin ho'l yoki quruq sochiq bilan ishqalab quritish lozim. Har uchchala protsedurani tashkil qilish va o'tkazishida ablatta tibbiy nazorat darkor.

3.Turizm elementlari bo'yicha musobaqalarni uyushtirish va o'tkazish.

Turistik sayohatlar, poxodlarda hilma-xil musobaqalar, slyotlar tashkil qilinadi. O'kuvchilar-o'smirlar orasida sayohatlar jarayonida sportning voleybol, futbol, badminton, suvda suzish kabi turlaridan oddiy qoidalar bo'yicha musobaqalar, ko'ngil ochish tadbirlari tashkil qilinadi. Balandliklarga chiqish, tushish, chodirlarni tez o'rnatish, ovqat pishirish kabilar bo'yicha ham musobaqalar, estafetalar tashkil qilinadi. Turistik sayohatlar va poxodlar davomida tashkil etiladigan turli musobaqalar ham avvaldan tayyorlangan bo'lib, maxsus reja yoki nizom asosida o'tkaziladi. Maktab, akademik litsey, kasb-hunar kollej talabalarning barcha sayohat va poxodlarida yo'lda yurish tartibi, atroflarni ko'zdan kechirish, joylarni o'rganish, muzey va daqiqatga sazovor joylarni tomosha qilishi, turistik musobaqalar ham tashkil qilinadi. O'quv muassasalarida turizm bo'icha musobaqalari turistik texnika va slyot hisoblanadi.

Turistik texnikaning asosiy elementlari past baland joylarida yugurish, to'siqlardan arqon va oddiy moslamalardan qilingan vositalar yordamida o'tish, shikastlangan paytda birinchi tibbiy yordam berish, karta (sxema) bo'yicha joylarni belgilash, azimut bo'yicha yurish, chodirlarni

vaqtida qurish.

Ryukzakka kerakli buyum va jihozlarni joylashtirish, ovqat pishirish, choy qaynatish, devorriy gazeta tayyorlash, surat al'bomlarni namoyish qilish kabilardir.

Turizmning elementlari bo'yicha musobaqani bir jamoa yoki guruxning o'zi ham tashkil qilishi mumkin. Bunda bir necha komanda tashkil qilishga to'g'ri keladi, komandalar tuzish, imkoni bo'lmaganda namuna sifatida 10-15 ta turistning ishtirokida musobaqa tashkil qilinadi. Bunday musobaqalar o'quvchi-o'smirlar va turistlarning jismoniy tayyorgarligini oshirish, turistik malaka hosil qilish, yirik musobaqa yoki slyotlarga tayyorlanish maqsadida maktab turizm sektsiyalarida yil davomida muntazam o'tkaziladi.

Bunday musobaqalar talabga javob beradigan tabiiy sharoitlarda tashkil qilinadi. Turistik texnika bo'yicha musobaqa tuman yoki shahar miqyosida tashkil qilinadi. Turistik musobaqalarning eng yirigi slyot hisoblanadi.

Slyot- turistlarning katta anjumani hisoblanadi. Slyot asosan tuman, shahar, viloyat, respublika miqyosida maxsus nizom asosida o'tkaziladi. O'quv muassasalari slyotlari xalq maorifi tomonidan tashkil qilinadi. Turistik slyotlarga tegishli sport jamoalari, turizm bo'yicha ma'sullar rahbarlik qiladi. Slyot o'tkazilishidan bir necha oy ilgari nizom ishlab chiqiladi va tegishli joylarga yuboriladi. Nizom asosida o'quv muassasalari o'z komandalarini tayyorlaydilar. Slyotni o'tkazish uchun tashkiliy hayot (komissiya) tuziladi. Hayot (komissiya) esa slyotda xizmat qiladigan ma'sul hodimlarni tayinlaydi, xavfsizlik va qutqarish qoidalarini avvaldan ogohlantiradi.

Slyot dasturida asosan quyidagi tadbirlar bo'ladi:

1. Umumiy parad, raport.
2. Turizm to'risida ma'ruza yoki biron jamoaning ish tajribasi joriy qilinadi (qisqa mazmunda).
3. Musobaqa, estafetalar.
4. Chamalash elementlari bo'yicha musobaqa.
5. Mazali ovqat pishirish, choy qaynatish bo'yicha musobaqa.
6. Jamoa hayotini aks ettiruvchi ko'rgazmali materiallar bilan ishtirok etish.
7. Badiiy havoskorlik konkursi.
8. Gulxan tayyorlash va uni yoqish.
9. Folibalarni muqofatlash.

O'kuv muassasalarida tashkil qilingan turistik musobaqa va slyotlarda albatta tibbiy xizmat tashkil qilinadi

4. Turistik ko'nikmalarni mustahkamlaydigan o'yin musobaqalar.

Ryukzakka buyum joylash. Ryukzakka buyumlarni tez joylash musobaqasida ayrim qatnashchilar ishtirok etishadi. Vazifa - asbob anjomlarni iloji baricha tezroq joylab, ryukzakni orqalab olishdan iborat.

Ryukzak ichida odeal, shippak (tapochka), ovqat mahsulotlari (3-4 banka konserva, qand, solingan xaltacha), qoshiq, krujka, tunuka tovoqcha, sochiq, sovun, tish cho'tkasi, tish pastasi joylanishi kerak. Ryukzakning orqaga yopishib turadigan tomonini erga qaratib qo'yiladi. YUmshoq narsalar (odeal, plash va boshqalar) ryukzakning orqa tomoniga taqab joylanadi. Ryukzak ichidagi qattiq buyumlar orqaga botmasligi uchun shunday qilinadi. Hamma og'ir narsalar (konservalar, metall buyumlar) ryukzakning tagiga, engil narsalar esa (ko'ylak va boshqalar) ryukzakning ustki tomoniga joylanadi. Ryukzakning cho'ntaklaridan poxod vaqtida tez-tez olib ishlatiladigan narsalar: topochka, sochiq, sovun, krujkalarni solib quyish foydalaniladi. Ryukzak yassi shaklli bo'lib, orqaga zich yopishib turish kerak. Hamma narsani tez va shu bilan birga sifatli qilib joylagan kishi yutib chiqqan hisoblanadi.

Palatka o'rnatish

Bu musobaqada 6 kishidan iborat komandalar qatnashadi. Palatkani shunday tarang qilib tortish kerakki, shipining matosi osilib yoki solqi bo'lib turmasin, burishib qolmasin. Palatka devorlarida ham bo'rishgan joylari bo'lmasligi kerak. Palatkani eshigi ilib qo'yilgan bo'lishi lozim, arqonning uchlarini qoziqlarga o'rab quyish kerak. Musobaqa boshlanishi oldidan uning qatnashchilari tekis maydonchada yoki yalanglikda chizib quyilgan chiziq ustida bir qator bo'lib saf tortib turadilar. Start joyidan 3-4 metr nariroqda har bir komanda oldiga bir xil nusxadagi palatka quyiladi. Start joyidan 3-4 metr nariroqda har bir komanda oldiga bir xil nusxadagi palatka quyiladi. Palatkaning

yonida 14 dona mayda qoziq, palatka balandligiga teng ikki ustun va qoziqlarni erga qoqish uchun boltachalar bo'ladi. Haqamning «o'rnat!» degan komandasi eshinishi bilan musobaqa qatnashchilari o'z palatkalari yoniga yugurib borib, palatkalarni o'rnatishga kirishadilar.

Palatka o'rnatilib bo'lgach, komanda palatkaning eshigi oldida saf tortib turadi va komanda kapitani «tayyor» deb doklad qiladi.

Sekundomerchi hakam sekundomerini vaqtini belgilab qo'yadi yoki to'xtatadi. Palatka o'rnatish uchun eng kam vaqt sarflagan komanda musobaqada yutib chiqadi lekin bunda palatka o'rnatishdagi kamchiliklar uchun berilgan jarima ham qo'shib hisoblanadi.

5. Turistik estafeta.

Musobaqada har biri 6-10 kishilik komandalar qatnashadi. Estafeta turli bosqichlaridan iborat bo'lishi mumkin. Turizmning qanday turi (piyoda yurish, toqqa chiqish), bo'yicha musobaqa o'tkazilayotganiga qarab etaplardagi to'siqlarning xarakteri belgilanadi. Etaplarni tanlash va ularni masofa bo'ylab joylashtirib chiqish mahalliy sharoitlarga bog'liqdir. Xalqasimon estafeta hakamlar uchun ham, tamoshabinlar uchun ham qulay. Bunday holda start va finish bir joyda bo'ladi. Bunda masofa qizil bayroqchalar bilan belgilab chiqiladi. Yo'ning eng qiyin qismlari (masalan toqqa ko'tarilish, qalin archazor, tepalik) 50 metrgacha qisqartirilishi kerak. Estafetaning har qaysi qatnashchisi faqat bir bosqichni bosib o'tishga haqli. Musobaqa estafeta vazifasini ryukzak o'taydi. Bir necha komandaga baravar start beriladi. Start navbati chek tashlash yo'li bilan aniqlanadi.

Musobaqachilar startda turgan paytda elkariga bo'sh ryukzak osib oladilar. Keyinchalik butun masofa davomida uni bir-birlariga oshiradilar. Musobaqa qatnashchisi hatto eng qiyin to'siqdan olib o'tayotgan paytda ham ryukzakni elkasidan olmasligi kerak. Estafeta masofasida ryukzakni bir-biriga oshirish uchun bosqichlar o'rtasida oshirish zonasi (bosqich boshlanmasdan oldin 5 metr va undan keyin 5 metr) belgilab quyiladi.

Musobaqa qatnashgan komandalar egallagan o'rinlarni aniqlash uchun startdan to finishga qadar sarflangan jami vaqt hisobga kiradi, shuningdek shtraflar ham hisobiga olinadi.

Mavzu: Piyoda yurish sayohatini tashkil qilish va o'tkazish.

Reja

1. Piyoda yurish turizmi.

2. Turistik sayohatlarning taxminiy rejasi:

3. Sayohatlarni tashkil qilishning forma va metodlari.

4. Yo'lda yurish qoidalari.

5. Tunash uchun joy tayyorlash

1. Piyoda yurish turizmi.

Piyoda yurish turizmi deganda, - sayohatchilarning belgilangan marshrut bo'yicha (bir kunlik yoki ko'p kunlik) bevosita piyoda yurishi tushuniladi. Bunday paytlarda turistik qoida va shartlar asosida kerakli jihozlar, oziq-ovqatlarni sayohatchilar o'zlari bilan birga olib yurishadi. Piyoda yurish turizmini uyushtirganda yirik sanoat va madaniyat o'choqlari: Samarqand, Buxoro, Xiva, Toshkent, Farg'ona, Navoiy, Qarshi, CHirchik, Guliston, YAngier, Ohangaron, Jizzax kabi shaharlarning tarixi bilan tanishishni albatta rejalashtirish kerak bo'ladi. Respublika sharoitida piyoda yurish turizmini uyushtirish qoidalari va ularning me'yorlariga albatta rioya qilish lozim.

Tog' turizmi. Turizmning bu turi turistik qoidalarga asosan qiyinchilik kategoriyalari asosida tashkil qilinadi. O'zbekistonning hamma vilotlarida ma'lum darajada turistik jihatdan birinchi kategoriya qiyinchilikdagi tog'lar mavjud. Zarafshon, Turkiston tizma tog'larida, Farg'ona, Toshkent viloyatlari atroflaridagi tog'larda turizmning ikkinchi va uchinchi kategoriya qiyinchilikka to'g'ri keladigan tog'lar hamda davonlar bor. Demak, Farg'ona, Zarafshon, CHirchik vodiysida joylashgan kishilar uchun tog' turizmini keng rivojlantirsa bo'ladi. Tog' turizmi bo'yicha seksiyalar tashkil qilish, turli poxodlar uyushtirish uchun instruktorlar, rahbar kadrlar va havoskar turistlar avvalo, tog' turizmining qoidalari batafsil o'rganishlari lozim. Mutaxassislardan tegishli maslahatlar olishlari shart. Tog' instruktorlariga guruxni (jamoani) birdaniga baland tog'larga olib chiqish man etiladi. CHunki tog'larda yurishning o'ziga yarasha qonun va qoidalari bor. Ularni izchil o'rganmasdan va tajribada sinamasdan turib poxodlarda yangi natijalarga erishish mumkin

emas.

Piyoda va tog' turizmini saralash uyushtirishning o'ziga xos xususiyati shundaki, turistlar tog' zonalarida yurish tartibini to'la bilishlari, kerakli jihozlarni jamg'arishlari lozim. Tezoqar daryo va ko'llar atrofida tunash, yurish, yashash qoidalarini yaxshi o'zlashtirgan bo'lishlari kerak. Respublika sharoitida turizmning velosiped, avtomobil, mototsikl, qayiqda sayohat qilish turlari ham mavjud. Hozirgi paytda respublikaning eng chekka va uzoq tumanlarigacha asfal't yo'llar qilinib, ular viloyatlar Respublika markazlarigacha tutashib ketgan. SHuningdek, tog'li zona tumanlarida ham yo'llar mashinalar uchun qulay ravishda moslashtirilgan. Ana shu sharoitlar velosiped, mototsikl, avtomashinalar bilan sayohat qilish imkonini beradi. Navoiy, Samarqand, Bekobod, Farg'ona, Toshkent va boshqa ko'pgina shaharlardagi veloturistlar ancha tajribaga egadir. Ular veloturist kartalari, marshrutlarni tayyorlaganlar. Bir necha bor Samarqand - Dushanba, Bekobod - O'rtepa- Dushanba, Navoiy - Samarand - Termez kabi marshrutlar bo'yicha sayohatlar o'tkazganlar. Samarqand, Navoiy, Toshkent motopoygachilari ham yuqoridagi marshrutlar bo'yicha ko'pgina turistik sayohatlar uyushtirganlar. Toshkent, YAngier, Farg'ona turistlari engil avtomashinalarda faqat respublika shahar va tumanlariga emas, balki qardosh Qirg'izston, Qozog'iston, Tojikiston, Turkmaniston, hatto uzoq Evropa shaharlariga ham turli sayohatlar uyushtirilmoqda.

Qo'pgina maktab, akademik litsey, kasb-hunar kollej va oliy o'quv yurtlari, hatto ishlab chiqarish korxonalari, muassasalar, jamoa xo'jaliklar jamoa bo'lib sayohat uyushtiradilar. Barcha turizm sektsiyalarida sayoxatlarga tayyorlanish arafasida kerakli turistik jixozlar, oziq-ovqat va boshqa yuklarni har bir katnashchiga, ularning jismoniy tayyorgarligiga, jinsiga qarab teng ravishda taksimlash odat tusiga aylanib qolgan. Uyushtiriladigan bir kunlik (1 bosqich) sayohatida aytarli ortikcha yuk bo'lmaydi. Fakat oziq-ovkat, to'p, badminton, fotoapparat, musika asbobi, shuningdek, agar palatka o'rnatish, gulxan yoqish mo'ljallangan bo'lsa, kerakli jixoz va asboblarni bir necha faol o'quvchilarga topshirish rejalashtiriladi.

Birinchi va ikkinchi bosqich sayohatlariga tayyorlanish tartibi bir-biridan unchalik farq qilmaydi. Agar maktab bo'lsa birinchi bosqichida maktab ma'muriyatining ruhsatini olish va ikki -uch kun avval poxod rejasini tayyorlash kifoya. Poxod marshruti va rejasidagi talablar 6-8 km masofani piyoda o'tish, yo'lda kolleksiya va gerbariyalar to'plash, sayr qilish, joylarning qisqa tarixi bilan tanishish, poxodda yurish tartibiga rioya qilishdan iboratdir.

Ikkinchi bosqichdagi poxodga esa (tunash sharti bilan) ancha vaqt tayyorlanishga to'g'ri keladi. Buning uchun birinchi navbatda marshrut rejasini tuzish va uni tasdiqlatish, sayoxat davomida suxbat, ma'ruzalar o'tkazish, topografik belgilar bilan izchil tanishish, sxemalar tuzishni o'rganish, turizmning texnik turlari buyicha musobaqalar o'tkazish rejalarini tuzish, o'quvchilarni tibbiy ko'rigidan o'tkazish.

Kerakli jixozlarni taxt qilish, oziq-ovqatlar uchun smetalar tuzish kabi muxim ishlarni avvaldan ishlab chiqish va to'la tayyorlash talab etiladi.

2.Turistik sayohatlarning taxminiy rejasi:

1. Sayohatning asosiy vazifalarini aniqlash.
2. Qatnashchilarning guruhini aniqlash va tuzish.
3. Qaysi joylarda bo'lishni belgilash.
4. Sayohat qilinadigan joylar to'g'risida axborot to'plash.
5. Marshrut ishlab chiqish.
6. Sayohat uchun qancha vaqt ketishini hisoblash.
7. Kalendar-reja tuzish.
8. Nima olish kerakligini aniqlash.
9. Ovqatlanish tartibini va sharoitini belgilash.
10. Sayohat uchun sarf bo'ladigan smetani tuzish.

Razryadli turistik poxodlar. ya'ni kategoriyaga ega bo'lgan sayohatlarga, yo'llarga tayyorlanishda har bir qatnashchiga alohida vazifa beriladi:

1. LGuruh sardori (har 10-15 kishiga lta).
2. Siyosiy rahbar.
3. Oziq-ovqat bo'yicha xo'jalik mudiri.

4. Turistik jihozlar uchun javobgar kishi.
5. Kotib.
6. Ta'mirlash ishlari bo'yicha usta.
7. Sanitar-instruktor.
8. Tashkilotchi.
9. Korrespondent (muxbir).
10. Fotograf (suratchi).
11. Komendant (dam olish va tunash paytlarida tayinlanadi).
12. Gruppa rahbari (o'qituvchi).

3. Sayohatlarni tashkil qilishning forma va metodlari.

Sayohatlarni tashkil qilishning turlicha forma va metodlari mavjud. Maktab o'quvchilari, talabalarning kunlik sayohatlarini tashkil qilish tartibi quyidagicha:

1. o'quv yili boshida marshrutni aniqlash va umumiy yig'ilishda tasdiqlash.
2. Marshrut tuzishda tarix, geografiya o'qituvchilari maslahatlariga amal qilish.
3. Sayohatga seksiyaning aktiv turistlarini va jamoatchi o'quvchilarni jalb qilish.
4. Yil davomida ko'p kunlik sayohat uchun kerakii turistik jihozlarni tayyorlash.
5. Turistik bazalar va bolalar turistik stansiyalarining tajribali xodimlaridan tegishli maslahatlar olish.
6. Ilmiy tadqiqot institutlari va boshqa tashkilotlardan qidiruv ishlari bo'yicha vazifa olish.
7. Turistlarning jismoniy tayyorgarligini yil davomida nazorat qilib borish.
8. Birinchi meditsina yordami ko'rsatish, o'tish xavfli bo'lgan joylarda o'zaro yordam shartlari, qoidalarini o'rganib borish.

o'quvchilar poxodga to'la tayyor degan xulosaga kelgach, jismoniy tarbiya o'qituvchisi, turizm seksiyasining raisi, poxod rahbari hamkorlikda marshrut varaqasini tuzadilar va u ma'muriyat tomonidan tasdiqlanadi.

Ko'p kunlik turistik poxod oldidan poxod rahbari, sinf rahbari har bir o'quvchining ota-onasi bilan uchrashishi, ularning roziligini olish kerak.

Poxod oldidan qatnashishlarning umumiy yig'ilishi o'tkaziladi. Bunda vazifalar qayta ishlatiladi. Barcha jihozlar va kerakli narsalarning tayyorligi tekshiriladi. Shuningdek, o'quvchilardagi salbiy xususiyatlar, kamchiliklarni bartaraf qilish, poxod davomida umumiy qoidalarga to'la amal qilish, ahil bo'lish, maktab direktori, sinf rahbari boshqa rahbar xodimlar tomonidan uqtiriladi.

Sayohatlar uchun shaxsiy turistik jihozlar:

1. Ryukzak (yukxalta).
2. Turistik ko'rpa (yoki odehyalo).
3. Krujka, qoshiq, kosa, pichoq, ochqich.
4. Oyoq kiyimlari (botinka, keda.)
5. Sochiq, sovun, tish cho'tkasi, pasta.
6. Sport kostumi.
7. Issiq yoki soyabonli bosh kiyimi.
8. Quyoshga qarshi ko'zoynak.
9. Jun va oddiy paypoqlar.
10. Ichki kiyimlar, sviter.
11. Shtormovka (yomgirga qarshi kostum).
12. Yon daftarcha, ruchka qalamlar.
13. Fotoapparat.
15. Ledorub (muz va qorli joylarda ishlatiladigan asbob).

Guruh (8-10 kishi) uchun ishlatiladigan turistik jihozlar:

1. Palatka (chodir) - «Pamirka» yoki «Gimalayka» 2-3 ta.
2. Xavfsizlikni oldini oladigan arqonlar(30-40m) 1-2 ta.
3. Ovqat tayyorlash idishlari (qozon, cho'mich, chelak va h. k.) 1-2 ta.
4. Boltacha (bolg'a, tasha) 2-3 ta.
5. Karta yoki sxemalar 1-2 ta.
6. Kompaslar 2-3 ta
7. Poxod dori qutilari 1-2 ta .
8. Gugurtlar 10-15 ta.
9. Remont materiallari (ip, igna, qaychi va h.k.) 3-4 ta.
10. Fonarlar, shamlar 5-6 ta.
11. Kundalik daftari (ruchka, rang, qalamlar, rezinka, olmos.) 2-3 ta.
12. Durbin 1-2 ta.

13. Tranzistor yoki magnitafon 1-2 ta.
- 14..Fotoapparat (kinoapparat) 2-3 ta.
16. Kerogaz(gazplita) 1 ta.

4.Yo`lda yurish qoidalari.

Bahorgi yoki yozgi ta'vil paytlarida yuqori sinf o`quvchilarining ko'p kunlik turistik sayohatlarida yurish tezligini paxod rahbari belgilaydi uncha baland bo`lmagan tog` yoki adirlarda yurish o`rtacha tezligida, yani soatiga 4-5 km ni tashkil qiladi. Yo`l unchalik qiyin bo`lmaganda har 20-25 minutdan keyin 5-10 minut dam olinadi. Yil sharoiti og`irlashganda, ortiqcha toliqish sezilsa, har 10-15 minut dam olishni tashkii qilish lozim.

Oddiy yolak yoki so`qmoqlardan bir qatorda tizilib yurish, oraliqlar 2-3 metrdan ortiqcha bo`lmasligi shart. Bu yol harakatining me'yorda bolishiga yordam beradi. Chunki yo`llarda tuda butalar, shoxlar, tikanli giyohlar toshlar va hokazolar uchrashi, to`siq bo`lishi aniq.

Turistlar daraxr shoxlarini sindirmaslik, foydali ekinzor va o`tloqlarni payxon qilmasliklari, shuningdek, ko`chma toshlarga beparvo bo`lmasliklari lozim. Aks holda bu ko`ngilsiz hodisalarga olib kelishi mumkin

Balandliklarga ko`arilish, qiyaliklarda yurish, pastlikiarga tushishda ayrim texnik qoidalarsiz yaxshi natijalarga erishish qiyin.

Balandlikiarga, jumladan. uncha katta bo`lmagan tepa, qir, togliklarga chiqishda oyoqlarni ozroq yon tomonlarga yozish, gavdani oldinga engashtirish, qo`llarni erkin holda saqlash, shuningdek, nafas olishni normallashtirish kerak. Balandlikka tik, to`g`ri chiqish og`ir shu sababdan ilon izi qilib yurish foydalidir.

Agar yo`nalish qiya bolsa, chap (o`ng) oyoq tomonga gavdani ozroq. egibroq, tayoq bo`lganda unga tayangan holda yurish lozim.

Balandlikdan tushishda ko`p hollarda yoshlar yon tomonlab, ya'ni qo`sh oyoqlab sakrab-sakrab tushishadi. Lekin bu hol 300-500 m balandlikdagi joylarda bajarilishi mumkin. Agar masofa 500 m va undan ortiq bo`lgan hollarda esa qo`sh oyoqlab sakrab tushishdan ko`ra ilon izi shaklida, oddiy tushish o`ng`aydir. Maysa va o`tlar ko`p bo`lgan taqdirda to`g`ri yurish sakrash qiyinroq bo`ladi. Oyoq toyishi natijasida yiqilib tushish mumkin. Yo`llar qumloq yoki quruq yer bo`lganda yurish sharoiti qiya joylarda birmuncha murakkablashadi. Bu hollarda yo`nalish sharoitiga qarab sekin yurish, qo`ldagi tayoqlardan yaxshi foydalanish, daraxt ildizlari, shoxlaridan, toshlardan ushlab zarur.

Dovonlar oshish, undan tushish, qisqa va qiyin to`siqlardan o`tishda tabiiy sharoitlar (ildiz, daraxt, tosh va h.q) bo`lmaganda arqonlarni ishlatish zarur. Buning uchun arqonning uchi qator boshida va oxiri qator oxiridagilarda bo`lib, hamma arqonni ushlab olishi shart. Jarlik, botqoqlikdan kechib o`tishda arqon katta rol o`ynaydi.

Yo`ilarda kichik va katta dam olishlar, qisqa to`xtalishlar tashkil etiladi. Kichik dam olishlarda ryukzaklarni yechmaslik ham mumkin. o`tirish oldidan nafasni rostlab olish, yuklarni ixchamlashtirish mumkin. Dam olishni tashkil qilish va kichik to`xtalishlar sayohat rahbarining ruxsati bilan tashkil qilinadi. Paxod paytida rahbar qator oxirida bo`lsa, to`xtash yoki yurish haqidagi buyruq har bir turist orqali oldingilarga yetkaziladi. Yo`lda vaqtincha to`xtalish paytlarida birdaniga o`tirib olish, salqin paytlarda ustki kiyimni yechish, suv ichish mumkin emas. Biroz yurib, harakatlar qilib, keyin o`tirish, dam olish keraq yurak va o`pkaning normallashtirishini ta'minlash zarur. Juda charchaganda oyoqlarni balandroq ko`tarib yotish yoki o`tirish qon aylanish sistemasini yaxshilaydi.

Tushki ovqatlanish uchun doimo tekis, salqin, suvlik joylar tanlanadi. Turistlar o`z vazifalariga ko`ra tezlikda ovqat pishirishadi. Choy, kisel, kompot, kofe tayyorlashadi, ovqat uchun o`tin terishadi. Umuman, vazifasiz kishi bo`lmaydi. Navbatchilar idish-kosalarni yuvadilar, gulxan o`chiriladi. Jo`nash oldidan qog`oz, konserva qutilari va boshqa keraksiz narsalarni to`plab, chekkaroq joyga ko`miladi. Dam olish joyini to`la tozalab, keyin yo`lga chiqiladi. Bunday dam olishlar 1-2 soat, agar havo issiq bo`lsa, quyosh issig`i pasayguncha (manzilga borish sharti hisobga olingan holda) dam olinadi va keyin yana yo`lda davom etiladi.

5. Tunash uchun joy tayyorlash

Tunash uchun dam olish paytlarida avvalo, chodhlar quriladi. Bekorlar o'tin to'plashadi. Kechki ovqatdan keyin voleybol, futbol, badminton, shaxmat yoki shashka va boshqa o'yinlar

Kechasi gulxan tashkil qilinib, uning atrofida suhbatlar, bahslar o'tkaziladi. Turistlar o'z taassurotlari, orzulari bilan ortoqlashadilar. Dam olish paytida sho'x qo'shiq va o'yinlar tashkil qilish yaxshi hordiq chiqarishga ko'maklashadi.

Sayohatlar bir necha kun davom etganda yo'lda yurish, tunashlar ko'p bo'lishi mumkin. Shu sababli poxod davomida yo'lda yurish tartibi o'zgarishi, turistlar toliqishi mumkin. Shunga ko'ra bir qatorda tizilib yurish, charchamaslik uchun vaqt-vaqti bilan dam olishni tashkil qilish lozim.

Qator boshida yo'l boshlovchi va qator oxirida eng kuchli, tajribali o'quvchi bo'lishi lozim. Yurish davomida toliqqan o'quvchilarning yukini yengillashtirish yoki unga yordam berish talab qilishganda qator oxiridagi turist signal beradi. Keyin hamma to'xtaydi. Toliqqan o'quvchi oldinga o'tkaziladi. Umuman, tez-tez charchaydigan o'quvchilar qatorning oldingi qismida bo'ladi. Charchagan yoki xastalangan o'quvchi 3-4 kishi bilan yolda (qishloqda) qoldirilishi mumkin. Chakalakzorlardan o'tishda ilon va boshqa zaharli hasharotlar, yirtqich hayvonlardan saqlanish uchun ustki kiyimlarni. oyoq kiyimlarini qalinroq kiyish, qo'llarda tayoq bo'lishi kerak. 2-3 kishi 20-30 m oldinda yurishi, yo'l sharoitini aniqlashi kerak. Botqoqliklar tayoq botirib ko'rib o'lchanadi. O'rmon sharoitida esa kompas yoki xarita (sxema)ni qo'lda tutish, aniq belgilar asosida yurish talab etiladi. Bunday paytlarda yuqorida aytilganidek, xavfsizlikni ta'minlashga to'g'ri keladi. Suvi ko'p qo'riqlardan o'tayotganda oyoq kiyimlarini aslo yechmaslik, suv chuqurliklarini tayoq bilan aniqlash kerak.

Piyoda yurish sayohatlarida ham dovon oshishga to'g'ri keladigan sharoit bo'lishi mimikin. Dovonlardan oshishda, ham turistlar bir qatorda tizilib yurishlari, zarur signaliarni hamda yurish texnikasini bilishlari lozim.

Agar yurish va dam olish paytlarida tosh ko'chsa, tezlik bilan «tosh» deb baland ovoz bilan xabar qilish, uni tezda to'xtatish ilojini qilish kerak. Toshni to'xtatish imkoni bolmaganda undan saqlanish uchun tezda uni ko'rgan kishi o'zini chekkaga olishi kerak. Tog'lik joylarning toshini ko'chirish, ataylab uni dumalatish qatidan man qilinadi. Ko'chgan toshlar ko'payishi katta kurashlarga sabab bo'ladi. Natijada, dam olish oromgohlari, kishilarning yo'llari yoki o'tayotgan? Dam olayotgan yo'lovchilar turistlarga baxtsizlik keltirishi aniq.

O'zbekiston sharoitidagi deyarli barcha daryolar, katta ariq-kanallar tezoqar hisoblanadi. Bu turistlar uchun birmuncha qiyinchilik yaratadi. Sirdaiyo, Chirchiq, Zarafshon va boshqa daryolarning yuqori qismlaridan faqat ko'prik orqaligina o'tiladi. Daryolarning hatto boshlanishlarida ham doimo kechib o'tish amri mahol. Bunday joylardan erkin va xavfsiz o'tish uchun kunning birinchi yarmida o'tishga tayyorlanish zarur. Chunki quyosh issig'idan qor, muzliklar erib, suv ko'payishi, toshqin tez-tez yuz berishi aniq. Suvlardan o'tishda oyoq-kiyimini yechish man etiladi. Chunki toshlar oqishi, toshlarning o'ta silliq, toyg'oqligi (sirg'anchiq) tufayli kishi o'tishda urilishi, surilishi, toyishi mumkin. Shuningdek, daryo, soylardan o'tishda 3-4 kishi bo'lib, suvning oqishi tomonga qarab, yelkama-yelka bolib yurish lozim. Buni «tojikcha usul» deyishadi.

Tog' sharoitida turistlarning, ayniqsa, maktab o'quvchilarining yuk ko'tarib yurishi ancha qiyin. Zarur bolganda mahalliy imkoniyatlardan, ya'ni ot, eshak va boshqa transportlardan yuklarni suvlardan, katta dovonlardan olib o'tishda foydalanish mumkin.

Mavzu: Turistik sayohatlarni tashkil qilishda va uni yakunlashda o'qituvchining roli.

Reja

1. Sayohatda rahbarlik kilishda talab va vazifalar
2. Rahbar majburiyatlari
3. Sayohat marshrutlari, ijtimoiy - foydali ishlar

Maktablarda, akademik litsey, kasb-xunar kollejlarda institut, universitetlarda turistik harakatlarni yaxshi yo'lga qo'yish, uni rivojlantirishda pedagogik jamoaning roli benixoya kattadir. O'quvchilar bilan bilim berish faoliyatidan tashqari, hozirgi kunda mashg'ulotdan taqshari faoliyati, kasb tanlash, sport va sayohatlar bilan shug'ullanishiga yaqindan yordam berishadi. O'quvchilarni

turizm va o'lkashunoslik tugaraklariga jalb qilish, sayohatlar uyushtirish va uni o'tkazishda geografiya, botanika, tarix hamda jismoniy tarbiya o'qituvchilari birinchi navbatda katta faollik ko'rsatadilar.

Sayohatlar davomida o'qituvchining ham o'kuvchilarning ham kayfiyati doimo yaxshi bulavermaydi. Ba'zan turli baxslar tortishuvlar, ranjishlar, hatto arazlashlar yuzaga keladi. Bu holatning oldini olish uchun sayohat rahbari aybdorlarni topadi, ularni koyiydi, ko'pchilik oldida tanbex boradi. Natijada umum maqsad yo'lida turistlar jamoasi o'z axilligini to'la tiklaydi. Sayohat ko'ngilli o'tadi.

Sayohatda rahbarlik kilishda quyidagicha talab va vazifalar quyiladi hamda xukuklar beriladi:

1. Guruhni tashkil qilish va uning to'la javobgarligini olish.

2. Tog' turizmi sayohatiga rahbarlik qilish uchun (yuqori kategoriyali III - IV) sayohatlarda ishtirok etgan yoki rahbarlik qilgan yuqori malakali kishi bo'lish.

3. Sayohat rahbarlarining xukuklari:

a) sayohat tartibini buzganlarga chora ko'rish, guruhdan chetlatish;

b) zarur bo'lganda marshrut yo'llarini o'zgartirish;

v) sharoit talab qilinganda o'z guruhini tajribaliroq instruktor yoki mutaxassisga topshirish;

Rahbar quyidagilarni bajarishga majburdir:

a) turistlarni munosib darajada sayohatga tayyorlash;

b) sayohat marshrutlari, ijtimoiy - foydali ishlar, qidiruv va o'lkani o'rganish rejalar bilan tanishtirish;

v) karta yoki sxema tuzish, yo'ldagi xavfsizlikni ta'minlash;

g) yo'ldagi tusiqlarni o'rganish, zarur bo'lsa, extiyotdan boshqa yo'llarni tanlash va belgilash;

d) gidrometeriologik o'zgarishlar bilan tanishtirish;

e) tegishli jihozlarni avvaldan tayyorlash, yo'l xarajatlarini, oziq-ovqatni xisoblash, yig'ish;

j) marshrut daftarchasini tutish va marshrut kvalifikatsiyasi komissiyaga (MKK) topshirish;

z) yo'lda ob-havo, geologiya, o'rmon ho'jaligi va boshqa idoralardan ruhsatnoma, tegishli maslahatlar olishi;

i) guruhning tartib va intizomini muntazam nazorat qilib borish;

y) yo'llarda tashkil qilingan xavfsizlikni saqlash va qutqarish nazorati idoralaridan ko'rikdan o'tkazish;

k) marshrut daftarchasini ma'lum joylarda belgilash;

l) sayohat davomida o'tilgan va qutqarish nazorati punktlariga habar berib borish;

m) shikastlanganlarni tezlikda tegishli joylarga etkazish; n) baxtsiz xodisa yuz borganda tezlik bilan habar berish;

o) xavfga uchragan boshqa guruh yoki maxalliy aholiga yordam ko'rsatish;

sayohat tamom bo'lgach, tegishli idora va tashkilotlarga habar berish;

5. MKK ruhsatisiz guruh kishilarini o'zgartirish yoki qo'shish qat'iy man qilinadi.

6. Sayohat rahbari o'tgan marshrut qilingan ishlar yuzasidan yozma xisobot tuzadi.

Ana shunday muxim burchlarni faqat eng tajribali turist va o'qituvchigina bajara oladi. SHuning uchun o'qituvchi sayohatni o'tkazishda asosiy kuch xisoblanadi.

Sayohat rahbari butun poxod uchun yozma xisobot tuzadi. Unda o'tilgan marshrutlar, qilingan asosiy ishlar ko'rsatiladi. Marshrut varaqasi hamda fotosuratlar xisobga ilova yoki devoriy gazeta qilinadi

Mavzu: Yosh turistlar tayyorlashda to'garaklar va har xili tadbirlar tashkil qilish.

Reja

1. O'quvchi - yoshlar jamoalarida turizmni tashkil qilish, turistik to'garaklar va sektsiya ishlari.

2. Yozgi sog'lomlashtirish lagerlarida turistik sayoxatlar tashkil qilish.

3. Turizm ishlarining dastur va rejalari.

4. Jismoniy tarbiya jamolaridagi turizm to'garak ishlarining dasturi.

5. Jismoniy tarbiya jamoalaridagi turizm sektsiyalarining ish rejasi.

Ko'pgina o'quv muassasa jamoalarida barcha sport turlari kabi turizm bo'yicha ham to'garaklar, sektsiyalar tashkil qilingan. O'lkani o'rganish, turli kolleksiyalar to'plash bo'yicha maxsus xonalar tashkil qilingan.

Mamlakatimizda turistik harakatning boshlang'ich asosi ana shu to'garaklardir. O'quvchi-yoshlar bilan turizm bo'yicha to'garak tashkil qilish formasi boshqa sport turlari kabi avvalo, o'quvchilar bilan turizm to'g'risida suhbat o'tkazish, ular bilan kichik sayohat uyushtirish, turizm to'g'risida o'quvchilar yig'ilishi, devoriy gazetalarda targ'ibot ishlarini tashkil qilishdan boshlanadi. Natijada qisqa vaqt ichida paxodlarga qiziquvchilar soni ko'payadi.

SHu tariqa to'garakka asos solinadi. O'tkaziladigan sayohatlar rejasi tuziladi. Tematik rejalar geografiya, tarix, ona tili, adabiyot o'qituvchilar hamkorligida tuziladi. Bu ishlarga asosan jismoniy tarbiya o'qituvchilari rahbarlik qiladi. To'garak jurnali tashkil qilinib, undagi barcha talablar bajarib boriladi. Turistik to'garaklar o'z maktab atrofi, tuman miqyosida turli sayohatlar uyushtiradi. Tajriba va malaka orttirilgach, to'garaklar o'z sektsiyasini tashkil qilishi mumkin. Sektsiyaning ish formasi to'garaklardagidek bo'ladi. Lekin, bunda mashg'ulotlarning mazmuni, formasi, talablari - shug'ullanuvchilar uchun kengroq, to'laroqdir. Sektsiya dam olish kunlari, ta'til paytlarida bir kunlik va ko'p kunlik turistik paxodlar tashkil qiladi. Umumta'lim maktablardagi turistik to'garak va sektsiyalar ko'ngilli turizmning asosi hisoblanadi.

Yozgi sog'lomlashtirish lagerlari

YOzgi dam olish va lagerlaridagi mashg'ulotlarni turistik paxod va sayohatlarsiz tasavvur qilib bo'lmaydi. YOzgi dam olishning asosini sport mashg'ulotlari, turistik sayohatlar, slyotlar va boshqa tadbirlar tashkil qiladi.

SHu sababli sog'lomlashtirish lagerlarida bir kunlik va ko'p kunlik turistik sayohatlar qilish rejalashtiriladi. Sog'lomlashtirish lagerlaridagi sog'lig'ining zaifligi tufayli paxodlardan ozod qilingan o'quvchilar esa kichik sayohatlar bilan chegaralanadilar. Barcha dam oluvchilarga o'lkashunoslik, tog' va piyoda yurish turizmi, turizmning texnik turlari va qoidalari to'g'risida tushuncha beriladi.

Turizm ishlarining dastur va rejalari.

Maktablarda, o'quv muassasalarida tashkil qilingan turizm sektsiyalarining dastur va rejalari har bir jamoa imkoniyatiga qarab tuziladi. Turizm sektsiyasi reja asosida o'tkazilgan mashg'ulotlar, mashqlar va turistik paxodlar turistlar va havaskor o'quvchi-turistlarning ishlariga ijobiy ta'sir etadi. Maktab o'quvchilarining O'zbekiston sharoitidagi turistik paxodlarni tashkil qilishning taxminiy dasturlari va rejalari quyidagicha tuzish mumkin:

Turistik tashkilotchilar va turistlarni tayyorlash o'quv rejasi

	Nomi			xonada	ochiq xavo
1.	O'zbekiston ommaviy turizmi	2	2	-	-
2.	Jismoniy tarbiya jamoadagi turizm sektsiyalarini tashkil qilish va uning mazmuni	9	4	2	3
3.	O'lkamizning turistik imkoniyatlari	4	4	-	-
4.	Turistlarning ijtimoiy foydali ishlari. Tabiatni muxofaza qilish.	1	1	-	-
5.	Dam olish kunlari turistik paxodlarni tashkil qilish	18	3	2	13
6.	Turistlar topografiyasi	9	2	2	5

7.	Turistlar gigienasi. Poxodlarda nazorat, o'z-o'zini nazorat qilish va birinchi meditsina yordami (shifokorlarga)	6	2	2	2
8.	Turistlarni jismoniy tayyorlash	1			1
	Jami:	50	18	8	24

Jismoniy tarbiya jamolaridagi turizm sektsiya ishlarining dasturi.

1. O'zbekiston ommaviy turizmi, O'zbekiston demokratik tarbiyaning muhim vositalaridan biri. O'zbekiston jismoniy tarbiya tizimida turizmning o'ri. O'zbekiston Respublikasida turizmni tashkil qilish. Kasaba uyushmasini turizmni rivojlantirish-dagi roli. Mamlakatda turizmni rivojlantirish sohasidagi qarorlari. O'zbekiston territoriyasida havaskorlik turistik sayohatlarini tashkil qilish qoidalari. Yo'llanma bo'yicha sayohatlar. Turizmning turlari va uning xususiyatlari. Turizmning klassifikatsion me'yorlari.

2. Turizm sektsiyalarini tashkil qilish va uning mazmuni. Havaskorlik jismoniy tarbiya jamolarida Kengash ommaviy turizmning asosidir. Ommaviy turizmni rivojlantirishida turizm sektsiyalarining roli. Sektsiyaning vazifalari, uni tashkil qilish va mazmuni. Sektsiyaning tashkil qilishda jamoat tashkilotlarining roli. Tashkiliy yig'ilishlar. Komissiyalar, sektsiyalar, ularning funksiyalari. Sektsiya ishlarining mazmuni: dam olish kuni turistik poxodlari, sayohatlari, ekskursiyalarini tashkil qilish, ko'p kunlik sayohatlar, slyotlar, turistik musobaqalar uyushtirish, sektsiya a'zolarining malakasini oshirish, turizmni targ'ib qilish, faollarni tayyorlash, mahalliy jamoat tashkilotlarining tadbirlarida qatnashish. Sektsiyaning tarbiyaviy ishlari, uning forma va mazmunlari. Turizmning tarbiyaviy ta'siri haqida tushuncha. Faollarning roli va ularning tarbiyadagi namunalari.

Sektsiyaning ish rejaları (yillik, kvartal-chorak.

Oylik), ularning taxminiy forma mazmuni. Moliyaviy ta'minot va uning asoslari. Pullarni sarflash smetasi (rejası), mablag'lardan unumli foydalanish. Sektsiyaning moddiy bazasini tayyorlash. Turistik sog'lomlashtirish lagerlarini tashkil qilish. Turistlar klubi, turistlar sektsiyalari va boshqa jamoalar bilan aloqada bo'lish. Otalikdagi ishlar. Ishlarni hisobga olib borish. Sletlarni tashkil qilish va sektsiya ishlarining rejasini tuzish.

3. O'lkaning turistik imkoniyatlari. O'lkaning tabiiy - geografik hamda iqtisodiy xarakteris-tikasi: obhavo, rel'efi, o'simlik va hayvonat dunyosi, foydali qazilmalari, ishlab chiqarish korxonalari, qishloq xo'jaligi va transport aloqalarining rivojlanishi.

Ekskursiya ob'ektlari: tarixiy, arxitektura va boshqa yodgorlik joylar, muzeylar, ilg'or tashkilotlar. Dam olish kuni poxodining marshruti haqida tavsiyalar. Turizm bo'yicha yo'l boshlovchi. Boshqa adabiyotlar. O'lka haqida asosiy adabiyotlar.

4. Turistlarning ijtimoiy-foydali ishlari. Tabiatni muhofaza qilish. O'lkashunoslik sohasidagi vazifalarni bajarish, aholi o'rtasida otaliqdagi ishlarni bajarish, targ'ibot va boshqalarni ijro etish. Tabiatni muhofaza qilish to'g'risida qonun. Xashoratkunandalar bilan kurashish.

5. Dam olish kuni turistik poxodlarni tashkil qilish va uni o'tkazish. Poxod oldidan ko'rgazmalar olish, konsul'tatsiya qilish. Guruxni tuzish va ularning aniq vazifalarini belgilash. Marshrutni ishlab chiqish, uning yo'nalishi, sxemasini chizish va grafigini tuzish, moliyaviy xarajatlar smetasi. Gurux va shaxsiy jihozlar. Oziq-ovqatlar. Poxod qatnashchilariga yuklarni taqsimlash. Ryukzakni taxlash. Yo'l hujjatlarini rasmiylashtirish. Poxod qatnashchilarining yig'ilish joyini belgilash. Marshrutdagi yurish tartiblari, boshlovchi va saf ohirida yuruvchining vazifalari. Kunlik rejim. Dam olishlarni tashkil qilish; joy tanlash; lagerni tashkil qilish rejası; palatkalarni o'rnatish; ishlarni taqsimlash.

Gulxan yoqish va uning ishlatilishi, gulxanda ovqat pishirish. Kiyimlarni quritish. Dam olishni tugallash va atroflarni to'la yig'ishtirish. Tozalash. Tabiiy to'siqlardan o'tish tartiblari. Dam olish kuni poxodlarida xavfsizlikni ta'minlash. Oddiy tugunlar va ularni ishlatish tartibi. Dam olish kuni poxodi rahbarning vazifalari.

6. Turistlar topografiyasi. Turistlar uchun topografiyaning ahamiyati. Dam olish kuni poxodlarida ishlatiladigan kartalar. Joylarning rejası, sxemasi. Masshtablar (sanoq va chiziq). Asosiy shartli belgilar. Kartalarni o'qish va sxemalarni tuzish. Kompas. Maxaliy magnit og'ishlari. Joylarni karta, kompas va mahalliy predmetlar orqali chamalash. Mahalliy sharoit-lardagi predmetlarga qarab

ufqni belgilash, soatlar, tungi yorug'lar, osmon yoritgichlari bilan ufqni belgilash. Azimut bo'ylab yurish.

7. Turistlar gigienasi. Poxodlarda nazorat. O'z-o'zini nazorat qilish va birinchi tibbiy yordami. Turistlarning shaxsiy gigienasi. Muntazam meditsina ko'rigining ahamiyati. Poxodda o'z-o'zini nazorat qilish, qishki sharoitlarda nazorat qilishning xususiyatlari. Terlash, qo'yosh va issiqlikdan saqlanish hamda sovuq urishning oldini olish. Poxodlarda birinchi tibbiy yordami ko'rsatish: kuygan, teri ustlari zararlangan, qon ketish, bo'g'inlarning zararlanishi, chiqishi, sinishi, qo'yosh nuri va sovuq urishi, zaharlangan paytlar. Bog'lashlar. Sun'iy nafas oldirish. Kasallanganlarni jo'natish. Dam olish kuni poxodlari dorilar qutichasining tarkibi.

8. Turistlarni jismoniy tayyorlash. Jismoniy tayyorgarlikning ahamiyati va uni muqammallashtirish yo'llari. Ertalabki gimnastika, dam olish kuni poxodlarida jismoniy tayyorgarlik, organizmni chiniqtirish. Tavsiya qilinadigan jismoniy mashqlar. Sport turlari bo'yicha mashg'ulot o'tkazish. Turistik seksiyalarda o'tkaziladigan mashg'ulotlarda jamoatchi turistik tashkilotchilar tayyorlashda yuqoridagi ko'rsatilgan dastur materiallaridan foydalanish kifoya qiladi. Turizm seksiyalarini tashkil qilish va undagi tashkiliy ishlar formasini quyidagicha tuzish mumkin.

Jismoniy tarbiya jamoalaridagi turizm seksiyalarining ish rejasi.

№	Qilinadigan ishlar nomi	Bajarilish muddati	Bajaruvchi shaxs
1. Tashkiliy ishlar			
1.	Turizm bo'yicha seksiya tuzish	10 IX - gacha	J/tarbiya o'qituvchisi
2.	Turistik jihozlarni olish va ta'mirlash	15 IX - gacha	- // -
3.	Turistlarning umumiy yig'ilishini o'tkazish va faollarini saylash	17 IX	J/tabriya jamoasi JT kengashi
4.	Turistlar xonasini (muzeyini) tashkil qilish	yil davomida	Seksiya a'zolari
5.	Turistik poxodlar rejasi va marshrutlar-ini tuzish	20 IX - gacha	-//-
6.	Seksiya ishlarini hisobga olib boradigan jurnal va boshqa zarur hujjatlarni tuzish	tizimi ravishda	-//-
7.	Turistlarning yig'ilishini o'tkazish	har oyda bir marta	-//-
2. Ommaviy sog'lomlashtirish ishlari			
1.	Dam olish kunlari, ta'til paytlarida bir kunlik va ko'p kunlik turistik poxodlar uyushtirish	har oyda bir marta	-//-
2.	Tuman (shahar), viloyatda turistik musobaqalar va slyotlarda qatnashish	kalendar' reja bo'yicha	Seksiya a'zolari
3.	Turistlarni jamoat turistik tashkilotchilar tayyorlash seminarlariga jalb qilish	-//-	-//-
4.	Nishondorlarni tayyorlash	tizimli ravishda	-//-
5.	Turizm bo'yicha yoshlarning III, II, I va kattalar-ning III, II razryad normalariga turistlar tayyorlash	-//-	-//-
6.	Turizmni targ'ibot qilish	-//-	-//-
7.	Turizm bo'yicha kichik instruktorlar tayyorlash	-//-	-//-
8.	Turizm bo'yicha kechalar tashkil qilish	Ïàé	-//-
9.	Qilingan ishlar yuzasidan hisobot tuzish	Iyul'	-//-

Jismoniy tarbiya jamoasi kengashining raisi

Turizm seksiyasi raisi:

Tayanch so'zlar: turistik seksiyalar, Turizm ishlarining dastur va rejalari. Turizm seksiyalar,

poxodlar, jixozlar.

Takrorlash uchun savollar:

1. O'lkashunoslik va ijtimoiy foydali ishlar.
2. Maktab bosqichlarida turistik ishlar.
3. O'quvchi - yoshlar jamoalarida turizmni tashkil qilish, Turistik to'garaklar va sektsiya ishlari.
4. Yozgi sog'lomlashtirish lagerlari
5. Turizm ishlarining dastur va rejalari.

Mavzu: Turistik sayrlarda ovqatlanish

Reja

1. Katta sayohatlarda bir kunlik ovqat miqdori
2. Turistik poxodlarda ovqatlanish.
3. Oziq-ovqatlar va ularning kaloriyalari.

I. Turistik poxodlarga oziq-ovqatlarni, kerakli barcha jixozlarni, yaratilishi zarur bo'lgan shart-sharoitlarini jamoalardagi ma'muriyat hamda tuman kasaba uyushma tashkiloti va xalq maorif-organlari yaratib beradi.

**Katta sayohatlarda bir kunlik ovqat miqdori
(bir kishiga gramm hisobida)**

№	Oziq-ovqatlar nomi	Miqdori (gramm)
1	Non (oq, kora)	400-600
2.	Ushoq yoki lapshadan qilingan mahsulot (grechixa, guruch, bug'doy, nuhat, vermishel', lapsha, rojki va boshqalar)	200-220
3.	SHo'rva uchun tayyorlangan mahsulotlar, quruq mevalar	40-50
4.	Konservalangan gushtlar	130-140
5.	Kalbasa maxsulotlar	50-80
6.	Sut (quyultirilgan sut)	50-80
7.	Pishloq	30-40
9.	Sha qar (qand) nordon konfentlar	130-150
10	Tuz, maxsus ichimliklar (choy, kofe, kisel' va hoko zo)	40-60

Turistik poxodlarda ovqatlanish.

Sayohatlarning turi, muddati va qatnashchilarning yoshiga qarab har bir kishiga sarflanadigan oziq-ovqatlar kaloriyasi va uning miqdori avvaldan hisoblab chiqilishi zarur. O'rta Osiyo sharoitida, bahorgi va yozgi paytlarda sut, qatiq, saryog', go'sht va turli ho'l mevalar har bir qishloq va tumanlarda uchraydi. Ana shularni hisobga olgan holda ho'l mevalarni yo'lda olishni rejalashtirish foydalidir.

Ma'lumki, har bir oziq-ovqatda ma'lum darajada kaloriya bor. SHu tufayli turistlar ko'p kaloriya beruvchi va uzoq masofalarda olib yurishga qulay oziq - ovqatlarni jamg'arishlari lozim. Talabalar, o'quvchilar va barcha turistlarga zarur bo'lgan oziq-ovqatlar kaloriyasini aniqlash uchun quyidagi jadvaldan foydalanish mumkin. **Oziq-ovqatlar va ularning kaloriyalari.**

№	Oziq-ovqatlar nomlari	Hazm qilinuvchi moddalar soni 100g ovqatda gr. Xisobida			Kaloriya-lar soni (100gr ovqatda)
1.	Dimlangan go'sht	25	12.8	0.5	223
2.	Quyultirilgan shakarli sut	7.1	8.6	54.9	334
3.	Shakarli qaymoq	8.1	18.5	46.6	396
4.	Quruq sut	27.1	24.6	25.8	480
5.	Qora non	4.7	0.8	39.2	187
6.	Bug'day unidan qilin-gan qattiq non (suxari)	10.5	1.2	68.5	335
7.	Shakar	-	-	98.9	406
8.	Grechixa ushog'i (yormasi)	8.6	2.3	62.4	312
9.	Manna yormasi (oqshoq)	9.5	0.7	70.4	334
10.	Arpa yormasi	6.3	1.2	66.2	310
11.	Suli yormasi	8.9	5.9	59.8	336
12.	So'k yormasi	8.2	2.2	63.8	316
13.	Guruch	6.4	0.9	12	330
14.	Makaron	9.6	0.8	71.2	338
15.	No'xat	15.2	2.1	49.3	286
16.	YArim quritilgan kolbasa	14.5	31.1	-	349
17.	Qo'ritilgan kolbasa	18.9	36.4	-	420
18.	Sariyog'	0.5	79.3	0.5	742
19.	Eritilgan yog'	-	94.1	-	875
20.	Pishloq	19.2	27	3.4	348
21.	Tuxum urpog'i (uni)	49.9	34.2	-	523

Poxodda ovqatlanishni to'g'ri tashkil qilish poxodni muvaffaqiyatli o'tkazishning eng muhim omilidir. Ovqatlanishni tashkil qilishdagi asosiy talablar qo'yidagilardan iborat:

1. Kaloriyalik (poxodda iste'mol qilinadigan ovqatlar organizmning sarflangan energiyasini to'la to'kis qoplaydigan bo'lishi kerak);
2. Ovqatning vazni va hajmi iloji boricha kichik bo'lishi lozim;
3. Xilma-xil sayohatni o'tkazishda guruxning kamida ikki kunlik zaxira (zapas) ovqati bo'lishi kerak.

Mavzu: Tibbiy ko'rik va shifokor nazorati

Reja

1. Tibbiy ko'rikning o'tkazilishdan maqsad

2. Shifokor nazorotining ahamiyati

3. Turistlarda tibbiy ko'rikning avzalligi

Talabalar, o'kuvchilar va barcha turistlar poxod, ayniksa ko'p kunlik yurishlar oldidan maxsus shifokor ko'rigidan o'tib, sayohat uchun ruxsat olishlari talab etiladi. Uzoq sayohatga borish uchun mo'ljallangan o'quvchilarni maktab, akademik litsey, kollej yoki universitet shifokori avvaldan kuzatib, nazorat qilib borishi, ularning nazorat daftarchalariga tegishli xulosalarni muntazam yozib borishi lozim. Shifokorning nazoratida turistik sayrga borayotgan shaxslarning funktsional holatini va imkoniyatlari tekshiriladi va o'z tavsiyalarini beradi. Shunga qaramasdan, sayohat davomida uzoq yurib charchaganligi, ob-havo ta'sirida ayrim shaxslar shamollash, yo'talish, isitma chiqarish, bosh yoki qorin og'rigi paydo bo'lishi muqarrar. Buning oldini olish uchun maxsus dorilardan foydalanish mumkin. Dorilar sayohatchilarda individual ravishda hamda gurux uchun olingan shifokorning «dorilar qutichasida» mavjud bo'ladi. Shaxslar organizmi yoshga qarab har xil rivojlanish xususiyatiga ega. Tabiatning go'zalligi, sayohatning qiziqarliligi tufayli ayrim shaxslar

charchaganligini tezda sezmasliklari mumkin. Shu sababdan ularning, yoshi jismoniy tayyorgarligiga qarab yo'llanma berish lozim. Har bir turist poxodgacha va poxodda o'z sog'ligini, jismoniy chiniqishini o'zlari nazorat qilib borishlari kerak.

Turistik saylarni tashkil qilish jarayonida gigiena qoidalari va talablariga rioya qilish majburiydir, chunki u turistik sayohatlarning shaxs psixikasiga ta'sir ko'rsatish samarasini oshiradi hamda kishining sog'lig'ini mustahkamlashga, jismoniy qobiliyatlarini o'stirishga imkon beradi.

Turistik sayrlarda tabiatni sog'lomlashtirish kuchidan organizmni chiniqtirishning mustaqil vositasi sifatida foydalaniladi. Tabiat kuchlari (suv, havo, qo'yosh) kishilarning sog'ligini mustahkamlash va ish qobiliyatini oshirishning muxim vositasidir. Turistik sayrlarda harakatlar bilan birgalikda foydalaniladi (ochiq havodagi o'yinlar, quyosh ostida toblanish, cho'milish va hokazo). Tabiatning sog'lomlashtirish kuchidan foydalanishning asosiy natijasi kishining chiniqishi, ya'ni organizmning sovuq, issiq, quyosh radiatsiyasi (ayniqsa ular keskin o'zgarib turganda) kabilarga bardosh berish xususiyatining ortishidir. Bu hol sog'liqni mustahkamligi va ish qobiliyatini oshirish imkonini beradi, buni ilk yoshlik chog'idan boshlab doimo o'tkazib turish lozim. Har tomonlama chiniqtirish uchun organizmga turlicha ta'sir etadigan vositalar (xilma-xil haroratdagi suv va havo, quyosh turlari ta'sirida bo'lish va hokazo)dan foydalanish kerak.

Mavzu: Jaroxatlanganda birinchi tibbiy yordam ko'rsatish tadbirlari.

Reja

1. Kuyishda birinchi yordam ko'rsatish
2. O'tkir uchli narsalarga urilish va undan yaralanishlarda birinchi tibbiy yordam ko'rsatish.
3. Suyak chiqqanda va singanda birinchi tibbiy yordam ko'rsatish

1. Avvalgi mavzularda qayd qilinganidek, sayohatlar jarayonida o'quvchilar kasallanishi, yiqilib shikastlanishi mumkin. Bunday hollarda turistlarga birinchi tibbiy yordami ko'rsatish tartib va koidalarini bilishlari, uni amalda qo'llashlar talab etiladi, bu erda birinchi tibbiy yordamiga taalluqli bo'lgan ayrim holatlargagina to'xtalamiz. Turistlarning extiyotsizligi natijasida gulxanda, ovqat pishirishda kuyishi mumkin. Bunday hodisalar bo'lmasligi uchun sayohatda saylangan navbatchilar (oshpazlar, choy qaynatuvchilar va haqazo) doimo to'la kiyingan, qo'llarida maxsus moslamalar bo'lishi shart. Umuman, kuyganda uni tez o'chirish chorasini-ko'rish kerak. Buning uchun kiyimlarni tezda echish, suvga botirish tuproq yoki qum bilan ishqalash zarur. Biron joyingizni kuydirib olganda usha joyni 10-15 daqiqa sovuq suvga solib turish tavsiya etiladi. Undan keyin dokani namlab spirt yoki margantsovka surtib bog'lab qo'yish kerak. 1-2 chi darajali kuyishlarda terini sul'fidin emul'siyasi bilan moylash, kishloq yoki aholi turar joylariga kelganda shifokorga murojat qilish kerak.

2. Tunash paytlarida o'tkir uchli (bolta, pichoq, qoziq, tosh va boshqalar) narsalarga urilish va undan yaralanishlar yuz beradi. Bunday hollarda yaralangan joyni yuvish, yod surtish va uning ustiga streptotsid kukunini sepiy yara ustini plastr' bilan yopishtirib kuyish mumkin.

Yaralanish natijasida qon tuxtovsiz ketgan taqdirda qon tomirini (arteriya) mahkam bosish kerak. Qon otilib chikishi susaymagan paytlarda yaraning yuqoriroq qismidan qattiq bog'lash zarur bo'ladi. Yaralangan joy jgut bilan bog'langan holda 1-2 soat turishi mumkin. Qon tuxtamagan holda 3-4 daqiqa bushatib, keyin yana kattik bog'lash kerak. Oshkozon zaxarlanganda uni yuvish, ya'ni bir necha stakan iliq suvga soda solish, to qayt qilib tashlamaguncha davom ettirish, bu holni bir necha marta takrorlash kerak. So'ng parhezga qattiq rioya qilish zarur. Qo'p yo'l yurish, og'ir yuk va yiqilishlar natijasida organizm tilinishi, tirmalanishi va qavarishi mumkin. Bu hollar ko'proq oyoq, elka va bellarda bo'ladi. Bunday hollarda tez uning oldini olish va bolalar kremi surkash kifoya.

Yiqilishlar natijasida oyoq va qo'lning eti ezilishi, shillinishi mumkin. Bunday hollarda zararlangan joyga yod qo'yib surtish, sovuq suv yoki (muz) bilan kompress qilish kerak. Undan keyin qattiqrog' bog'lab qo'yish tavsiya etiladi. Bo'g'inlarning cho'zilishi va ezilishi qattiq og'riq bilan seziladi. Keyin u joy shishishi, qimirlatgandan qattiq og'rishi mumkin. Bunday hollarda sovuq suvga botirilgan bint (material bilan bosib turish, keyinroq elastik bint yoki uning o'rnini bosadigan biror narsa bilan bog'lab qo'yish kerak.

Tirsak, elka tizza va oyoq bo'g'inlaridan suyaklarning chiqishi, qattiq og'riq turib, harakat qilish

mumkin bo'lmay qoladi. Bunday paytlarda bo'g'inlarini o'z joyiga solish uchun qo'l oyoqni ushlab tortish, sekinlik bilan joylashtirish talab qilinadi. Bo'ginlar joyiga tushgach, shina bilan bog'lab qo'yish kerak. Qo'l, oyoq suyaklari singanda ham xuddi chiqkandagidek qilib shinalar bilan qushib bog'lash, og'riqni qoldiradigan dori berish va tezda shifokorga yuborish shart.

Ayrim hollarda bo'g'inlarning chiqishi, suyaqlarning sinishi yoki qattiq urilish natijasida turistlar xushdan ketishi, esankirashi mumkin. Bunday hollarda bemor yotqazilishi, bosh oyoqqa nisbatan pastroq qo'yilishi lozim. Kiyim tugmalari echilishi kerak. Bemor hushiga kelgach, achchiroq choy, kofe va yurakka malham bo'ladigan dori berish lozim

Qishqi poxod yoki yozgi poxodlarning muzlik zonalarida qo'l, oyoq, quloq yoki yuzni sovuq urishi mumkin. Bunday hollarda ishqalash, tez harakat qildirish, turli gimnastika mashqlarni bajartirish, yurish holatini yo'qotganda esa o'qalash (massaj qilish) biron material (odeyal, ko'rpa va hokazo) bilan o'rab dumalatish, bu ham foyda bermaganda spirt bilan artish kerak bo'ladi. Issiq choy ichirish, bir necha bo'lak glyukoza tablekatsini S vitamin bilan qo'shib ichirish ancha foyda beradi. Sovuq urgan joyda pufakchalar paydo bo'lsa, penitsilin mazi yoki sintomitsin emul'siyasi, surkab, bog'lanadi. Bemorga tetraksiklin ichirish, agar ahvoli og'irlashsa, analgin, amidopirin, kofein ichirish va bemorni tibbiy punktiga etkazish lozim.

Quyosh nuri urmasligi uchun avvalo tegishli kiyimlarni, ko'zoynakni olib yurish va o'z vaqtida ishlatish kifoya. Qorin och bo'lganda, shuningdek, issiq ob-havoga o'rganmagan turistlar yarim yalong'och yoki yalong'och bo'lib yurish, issiqda toblanib yotish mumkin emas. Quyosh vannasini faqat asta-sekinlik bilan qabul qilish kerak.

Qorning yarqirashi, aks nurdan qo'z tez zararlanadi. SHuning uchun qorli zonalarda doimo bir nuqtaga qarash qo'z oynaksiz yurish man etiladi. Bunday hollarda zararlangan ko'z borniy kislotasi aralashmasining kam miqdorli, sodalar, margantsovka, kaliyning oqkizg'ish holatiga kelgan suyuqligi hamda choy bilan yuviladi, turist bir necha kun yurishdan ozod qilinadi.

YOvvoyi mevalarni yuvmasdan yoyish, har bir gul va daraxtlarni ushlab, hidlash yaramaydi. Qo'ziqorin, zamburug' va boshqa yoyiladigan narsalar solingan idishlarni ham yuvish kerak.

Tog' va cho'l zonalarida quturgan yovvoyi cho'chqa yoki bo'rilar duch kelishi mumkin. Ular odamga xujum qiladigan bo'lsa, qulog'ini qisib irillab orqaga tisariladi.

Bunday hollarda turistlar juft holda bo'lishi, qo'llarida tayoq va qurollarini tayyorlab turishi kerak.

Tog'liq va cho'llar zonasida zaharli ilonlar, xavfi bo'ladi. Ilonni ko'rganda unga tegmaslik, o'ldirmaslik kerak. Buning sababi shundan iboratki, avvalo zaharli ilonlar meditsina uchun kerakdir. Keyingi paytlarda zaharli ilonlarni ko'paytirish tadbirlari ko'rilmog'da.

Turistlar ehtiyotsizlik natijasida o'tlar, shohlar, butalar orasida yotgan ilonni ko'rmasligi va uni bosib o'tib ketishlari mumkin. SHu sababli qahr - g'azabi to'lgan ilonlar albatta chaqishga intildi. O'ch oladi. Dam olish yoki o'tirish joyida to'satdan ilonga ko'z tushsa, u qochmasa, bunday hollarda cho'p yoki tayoq yordami bilan uni olib uzoqroqqa eltib tashlash kerak. Agar ilon chaqkanligi tezda sezilsa, birinchi navbatda o'sha joyni so'rib tashlash kerak. Qon aralash zaharni og'izdan tezda tuflab tashlash lozim. Agar og'izda yara izi bo'lsa, boshqa kishi so'rishi kerak. CHaqkan joyning yuqoriroq joyidan mahkam qisib, shina qo'yib bog'lash kerak va zudlik bilan shifokorga murojat qilish lozim. Birinchi yordam ko'rsatilishida bemorga suyuq va issiqroq ichimlik, ovqat egizish tavsiya etiladi. Chunki zahar suyuliklarga aralashib, o'z kuchini kamaytiradi. Siydik va oshqozon yo'llari orqali zahar chiqib ketishi mumkin. Tajribaga ko'ra, ilon chaqqan joyni ortiqcha qisib bog'lash (ayniqsa jgut bilan) mumkin emas. Chunki zahar qon tomirlari bilan emas, balki limfa suyuliklari orqali tarqaladi. SHuningdek, chaqqan joyni kuydirish yoki kesib tashlash ham kutgandagidek natija bermaydi. CHunki kuydirilgan ilon chaqqan joy yaralanishi, yiringlab ketishi natijasida tezda og'ir ahvolga tushib qolishi mumkin. CHaqkan joyni kesib tashlash esa juda xavfli. Qonni to'xtata olmaslik natijasida bemor og'ir sharoitga tushib qolishi mumkin. Zahar qonni suyultirishini yodda saqlash kerak.

Mavzu: **Turizm bo'yicha razryadlar va kategoriyalar kiyinchiligi**

Reja

- 1. Jamoalarda turistik sayohatlarni mazmunli o'tkazish.**
- 2. Turizm bo'yicha razryadlar va kategoriyalar qiyinchiligi**
- 3. Piyoda va tog` turizmining kategoriyalari**

Sport klassifikatsiyasida turizm mustakil sport turi xisoblanadi va boshqa sport turlaridagi razryadlar bunda ham mavjud. Bular quyidagilardan iborat:

Razryad nomlarini kayta bajarish muddati ikki yilga belgilanadi va bunda bir kategoriya yuqori normativni bajarish talab etiladi. Turistik sayohatlar va ekskursiyalarni tashkil qilish qoidalaridagi talablarni bajargan turistlarga razryad beriladi. Sayohatlar marshrut kvalifikatsiya komissiyasi tomonidan tasdiqlangan holda uyushtirilgan va belgilangan talablar to'la bajarilgandagina xakikiy xisoblanadi Buning uchun:

- 1 kategoriya kiyinchilikdagi sayohatlar hakida yozma xisobot;
- 2 va 3 kategoriya kiyinchiliklardagi sayohatlar hakida yozma xisobot;
- 4 va 5 kategoriya kiyinchilikdagi poxod uchun rahbar to'la yozma xisobot topshiriladi.

Tegishli marshrut kvalifikatsiya komissiyasi tomonidan tasdiqlangach, yuqori organlarga tavsiya etiladi hamda turizm va ekuskursiyalar Markaziy jamoa tomonidan tasdiqlanadi.

4 - 5 kategoriyali poxodlarning bir yilda ikki marta o'tkazilishi maqsadga muvofiqdir.

Turizm bo'yicha sport ustasi va sport ustasiga nomzod unvonini olish uchun instruktorlik normasini ham bajarish lozim. SHuni aytish kerakki 1 va 2 darajali qiyinchilikdagi turistik poxodlardan yuqorisi quyi jamoalar uchun bir muncha qiyinchiliklar tug'dirishi muqarrar. CHunki maxsus jismoniy va texnik tayyorgarlik, tegishli jihozlar bilan ta'minlash har bir jamoaga ham to'g'ri kelavermaydi. YUqori darajali qiyinchilikdagi poxodlarni tashkil qilish va o'tkazishda asosan respublika miqyosidagi terma komandalari, markaziy sektsiya a'zolarigina katnashishi imkonini beradi. SHu sababdan biz o'quv muassasalari, mexnat jamoalarida ommaviy turizm ishlarini uyushtirishga doir bo'lgan soatlargagina to'xtalamiz.

Jamoalarda turistik sayohatlarni mazmunli va ko'ngildagidek o'tkazish uchun quyidagilarga amal qilish lozim;

1. Turizm bo'yicha sektsiya tuzish va mashg'ulotlarni reja asosida tashkil qilish.
2. Topografik elementlarni to'la o'rganish: kundalik rejim qoidalarini turistlarga singdirish.
3. Turistik jihozlar bilan mashq qilish va jismonan chiniqish.
4. Marshrutni aniq belgilash va uni chuqur o'rganish, yo'l rejasini tuzish, bu ishga ma'suldor kishilarning vazifalarini aniqlash
5. Tegishli yo'l harajatlari, turistik jihozlarni avvaldan tayyorlash.
6. Poxod va ekskursiyalar davomidagi asosiy talablar bilan turistlarni to'la tanishtirish va unga qat'iy amal qilishni o'rgatish
7. O'zaro xurmat, maxaliy kishilar mexnatini ulug'lash, etika talablariga to'la amal qilish.
8. Belgilangan joylarda mexnat qilish, tarixiy voqealar yoki dalillarni (faqat) aniqlashda shoshma-shasharlikka yo'l qo'ymaslik.
9. Sayohat davomida barcha qatnashchilar ruxini ko'tarish, faollik ko'rsatganlarini o'z vaqtida rag'batlantirish, xisobotlarni poxod va ekskursiya jarayonlarida tuzish, barcha ishlarni qayd etib borish
10. Sayohat uchun zarur bo'lgan vositalarni doimo birga olib yurish, ularni extiyot qilish.
11. Sayohat davomida muzika asboblari, radio, magniotofon, fotoapparat, durbin, to'p va boshqa narsalarning bo'lishiga erishishi zarur.

Turizm bo'yicha razryadlar va kategoriyalar qiyinchiligi

Unvonlar va razryadlar	Jinsi	Savohatlarning qiyinchilik kategoriyalari										
		I		II		III		IV		V		Barcha sayohlar uchun
		Qatnas hch	ahba rlik ai	Qatnas hch	Rahbar lik	Qatnas hch	Rahbai lik	Qatnas hch	Rahbai lik	Qatnas hch	Rahbar lik	
Sport ustasi	Erlar	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	
	Ayol-lar	1	1	1	1	1	1	1	2	1	-	10

Sport ustaiigiga nomzod	Erlar	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	9
	Ayol- lar	1	1	1	1	I	1	1	1	-	—	8
I	Erlar va ayol-lar	I	1	1	1	1	1	1	-			7
II		1	I	1	I	1	-	-	-	-		5
III		1	1	—	—	-	-	-	—	-		2
I yoshlar		1	—	1	-	-	-	-	—	-	-	2
II yoshiar		1	-	-	—	-	-	-	--	--	-	1
III yoshlar		-	-	-	-	-	-	-	-			

Ko`rsatkichlar	Qiyinchilik kategoriyalari				
	I	II	III	IV	V
Sayohatlarning muddati (kun hisobida shundan kam bo`lmasiigi lozim)	6	8	10	13	13
Sayohat masofasining oralig`i, km:					
Piyoda	150	180	210	230	250
Chang`i	150	180	210	260	310
Tog`	130	130	150__	180	180
Suv (sol va eshkak eshib)	150	200	250	275	300
Velosiped	250	350	450	750	1100
Avtomobil	1500	3000	4000	5000	6500
Mototsikl	1000	2000	2500	3200	4000
Moped	500	1000	1500		

Eslatma: agar sayohatlar aralash bo`lganda masofa va qiyinchilik kategoriyalari turizm va ekskursiyalar markaziy sovetining tasdiqlagan ko`rsatmasi asosida alohida hisoblanadi va qiyinchilik kategoriyalariga qarab past yoki baland bitta norma qo`yiladi.

Instruktorlar seksiya ishlariga rahbarlik qilish, turistik poxodlarni uyushtirish, poxodlarning mazmunli o`tishini ta'minlash, musobaqa va slyotlarni tashkil qilish uchun universal bilim va tashkilotchilik mahoratiga ega bo`lmoqlari kerak.

Keyingi yillarda turistik ishlarni tashkil qilishda turli ixtisoslar paydo bo`lmoqda: turistik ishlar tashkilotchisi, turistik jamoa rahbari (seksiya, sayohat, dam olish kunidagi poxodlar), konsultantlar (marshrut kvalifikatsiya komissiyasi), turistik musobaqa hakamlari.

Turistik tashkilotchilar jismoniy madaniyat jamoalarida turizm bo`yicha seksiyalar tashkil etish, ularga rahbarlik qilish (komissiya, gruppalar), dam olish kunlari poxodlarini boshqarish va turizmni targ`ib qilishda faol ishtirok etadilar.

Jamoatchi konsultantlar turistlar, faollarga maslahatlar beradilar, sayohat joylarini tanlash marsbruttarni belgilashda ularga yordamlashadilar, xilma-xil ko`rsatmalar beradilar. Ular marshrut kvalifikatsiya komissiyasi tarkibida bo`ladilar.

Piyoda yurish turizmi

Piyoda yurish turizmi deganda sayohatchilarning belgilangan niarshrut bo'yicha (bir kunlik yoki ko'p kunlik) bevosita piyoda yurishi tushuniladi. Bunday paytlarda turistik qoida va shartlar asosida keraklik jihozlar, oziq-ovqatlarni sayohatchilar o'zlari bilan birga olib yurishadi.

Piyoda yurish turizmini uyushtirganda yirik sanoat va madaniyat o'choqlari: Samarqand, Buxoro, Xiva, Toshkent, Farg'ona, Navoiy, Qarshi, Chirchiq, Guliston, Yangiyer, Ohangaron, Jizzax kabi shaharlarning tarixi bilan tanishishni albatta rejalashtirish kerak bo'ladi. Respublika sharoitida piyoda yurish turizmini uyushtirish qoidalari va ularning normalari to'g'risida keyingi bo'limlarda gapiramiz.

Tog' turizmi. Turizmning bu turi turistik qoidalarga asosan qiyinchilik kategoriyaiari asosida tashkil qilinadi. o'zbekistonning hamma viloyatlarida ma'lum darajada turistik birinchi kategoriyali qiyinchilikdagi tog'lar mavjud. Zarafshon, turkiston tizma tog'larida, Farg'ona, Toshkent viloyatlari atroflaridagi tog'larda turizmning ikkinchi va uchinchi kategoriyali qiyinchilikka to'g'ri keladigan tog'lar hamda dovonlar bor. Demak, Farg'ona, Zarafshon, Chirchiq vodiysida joylashgan kishilar uchun tog' turizmini keng rivojlantirsa bo'ladi.

Tog' turizmi bo'yicha seksiyalar tashkil qilish, turli poxodlar uyushtirish uchun "mstrukturlar, rahbar kadrtar va havaskor turistlar avvalo, tog' turizmining qoidalarini batafsif o'rganishlari, mutaxassislardan tegishli maslahatlar olishlari shart. Tog' turizmida ishtirok etmagan rahbarlar yoki instruktorlarga jamoani birdaniga baland tog'larga olib chiqish man etiladi. Chunki tog'larda yurishning o'ziga yarasha qonun va qoidalari bor. Ularni izchil o'rgamnasdan va tajribada sinamasdan turib poxodlarda yaxshi natijalarga erishish niymkin emas.

Piyoda va tog' turizmini aralash uyushtirishning o'ziga xos xususiyati shundaki, turistiar tog' zonalarida yurish, tartibini to'la bilishlari, kerakli jihozlarni jamg'arishlari lozim. Tezoqar daryo va ko'llar atrofida tunash, yurish, yashash qoidalarini yaxshi o'zlashtirgan bo'lishlari kerak.

Respublika sharoitida turizmning velosiped, avtomobil, mototsikl, qayiqda sayohat qilish turlari ham mavjud.

Mavzu: Meterologik kuzatishlar (xavo yaxshi bo'lishining belgilari)

Reja

- 1.Ob-havoning o'zgarishini bilish
- 2. Havo yaxshi bo'lishining belgilari:**
- 3. Ob-havo buzilishining belgilari:**

Tabiatda uchraydigan turli hodisalar, jumladan, meteorologik o'zgarishlar sayohatchilar, umuman odamlarning hayotida muhim o'rin tutadi.

Ob-havoning o'zgarishini bilish uchun bir necha kun davomida aniq bir vaqtda (soat 1⁰⁰, 7⁰⁰, 13⁰⁰ va 19⁰⁰ da) kuzatish olib borish lozim.

Bulutlarni kuzatish balandroq va ochiq joyda bo'lish kerak. Ko'z bilan kuzatishda bulutlar 10 ball bilan o'lchanadi. Bulutsiz osmon 0, osmon bulut bilan to'la qoplangan bo'lsa-10 ball. Agar bulutlar osmonni 1/10, 2/10, 3/10, 4/10 miqdorda qoplagan bo'lsa, unda 1,2,3,4 ball deb hisoblanadi.

Bulutlar past, o'rta va baland qatlamlardan iboratdir. Yuqori qatlamdagi bulutlar yupqa, oq bo'ladi va soya tashlamaydi. Bunday bulutlar ob-havoning o'zgarishiga ta'sir ko'rsatadi. O'rta qatlamdagi bulutlar zangori sarg'ish tusda bo'lib, tuman va to'lqinni eslatadi. O'rta qatlamdagi bulutlar quyosh nuri-ni o'tkazmaydi.

Bulutning pastki qatlami quyuq sarg'ish tusdadir. Bunday bulutlar osmonni to'la qoplab

oladi.

Ob-havoda bo'ladigan o'zgarishlarni oldindan bilishning ayrim belgilari:

1. Bulutlar ko'pincha shimoliy g'arb tomondan sharqqa qarab ko'chib yuradi.

Bu osmondagi shamollarning yo'nalishini bildiradi.

Odatda quyoshning chiqish va botishida osmon qizaradi. Bunday hollarda havo o'zgarishi mumkin. Osmon zangari, ko'kroq bo'lganda esa ob-havoning uzoq muddatlargacha o'zgarmasligini bildiradi.

1. Yoz paytlarida osmon bulutli bo'lib, shamol pasaysa, kechasi salqin bo'lishidan darak beradi.
2. Quyosh chiqishi bilan bulutlar paydo bo'la boshlaydi va kunning yarmiga borib ko'payadi.

Kech kirishi bilan bulutlar yana yo'qoladi.

Havo yaxshi bo'lishining belgilari:

qaldirg'ochlar baland uchadi;

chumolilar juda tez harakat qiladi;

kechqurun chigirtka va boshqa hasharotlar uzoq chirillashadi;

asalarilar dalalarga juda erta uchib ketadi;

burchaklar, o't oralari, tosh kovaklari o'rgimchak uyasi bilan to'la qoplanadi;

qoqilarning hamma gullari, suv, ko'lmak, havzalarda oq nilufarlar ochilgan bo'ladi;

shamol bo'lmaganda changlar tik yuqoriga ko'tariladi;

gulxan cho'g'larining usti oqarib, o'chganday bo'lib ko'rinadi.

Ob-havo buzilishining belgilari:

Yulduzlar qizg'ish yoki tiniq, zangori bo'lib yarqiraydi.

Qaldirg'ochlar va boshqa qushlar past uchadi.

Boyqushlar kunduzi sayray boshlaydi.

O'rdaklar, oqqushlar suvga ko'p sho'ng'iydi.

Kaltakesaklar iniga yashirinadi.

Baqalar suv, balchiqdan chiqib qurullay boshlaydi.

Asalarilar kechgacha uchadi va kechqurun faollashadi.

Itlar kam ovqat eb, ko'p uxlaydi, bekorchi yugurishadi.

Mushuklar yuz-qo'llarini "yuvadi".

Tovushlar tez eshitiladi va hidlar tez tarqaladi.

Telegraf ustunlaridagi simlar guvillaydi.

Gulxan ochiq va tiniq ko'rinadi.

Mavzu: Fenologik kuzatishlar

Fenologiya biologiya fanining o'simliklar hamda hayvonlar hayotidagi o'zgarishlar qonuniyatini, ularning iqlim sharoitiga bo'lgan munosabatini o'rganuvchi sohasi hisoblanadi.

Fenologik kuzatishlar uchun maxsus jihoz yoki asbob talab qilinmaydi. Lekin, maxsus

Fenologik kuzatishlarda hisobga olinishi kerak bo'lgan ba'zi belgilar
(A. Menchukovning "V mire orientirov" M., 1960 y. kitobidan).

Oylar	Tabiatdagi kuzatishlarning taxminiy muddati			Mavsum sharoitlarining nomi
	Eng erta	Kechki	o'rtacha	
1	2	3	4	5
Mart	7 III	31 III	19 III	Birinchi quzg'un kelishi
		15 IV	30 III	CHug'urchuq (mayna)ning kelishi
Aprel'	18 III	5 IV	1 IV	To'rg'aylarning kelishi
	24 III	18 IV	4 IV	Qayin darxatida suvning harakat qilishi
	25 III	17 IV	11 IV	Turnalarning shimolga o'tishi
	17 III	10 V	17 IV	Gullardagi changlanish
	30 III	5 V	19 IV	Tog' teragining gullashi
	5 IV	7 V	22 IV	Olxaning (zirk daraxti) gullashi
	4 IV	13 V	22 IV	Baqalarning qurullay boshlashi
	8 IV	12 V	24 IV	CHeremuxaning kurtak otishi
	6 IV	14 V	25 IV	YOng'oqning gullashi
	24 IV	9 V	30 IV	Kakkuning birinchi sayrashi
May	15 IV	24 V	7 V	Navro'z gulining gullashi
	22 IV	23 V	9 V	Qayinlarning gullashi
	1 V	18 V	10 V	Bulbulning birinchi sayrashi
	26 IV	24 V	11 V	May qo'ng'izlarining uchishi
	29 IV	1 V	12 V	Qaldirg'ochning kelishi
	2 V	27 V	13 V	Qoqining gullashi
	2 V	5 VI	24 V	O'rmon ertutining gullashi
	6 V	5 VI	22 V	Olchalarning gullashi
	6 V	6 VI	24 V	Olmalarning gullashi
	10 V	12 VI	26 V	Marvaridgul (lando'sh)ning gullashi
	8 V	14 VI	27 V	Siren'ning gullashi
	11 V	17 VI	29 V	Ryabinaning (chetan) gullashi
Iyun'	17 V	28 VI	12 VI	Itburunning gullashi
	25 V	3	16 IV	Javdar bug'doyning gullashi
Iyul'	24 VI	20 VII	5 VII	Javdarning boshloqlanishi
	28 VI	28 VIII	12 VII	Javdarning sarg'ayishi

	15 VI	30 VII	13 VII	Lipa (arg'uvon) gullashi
Avgust	1 VIII	17 VIII	10 VIII	Barglarning tusha boshlashi
Sentabr'	26 VIII	26 IX	3 IX	Quzg'unlarning ketishga hozirlanishi
	14 VIII	21 X	27 IX	Turnalarning qaytishi

Yuqoridagi tabiiy belgilar O'zbekiston sharoitida qariyb bir yoki bir yarim oy oldin paydo bo'ladi.

Toponomik kuzatishlarda daryo, tog', ko'llar, aholi yashaydigan punktlar va joylarning nomlari, ularning kelib chiqish tarixi o'rganiladi.

Iqtisodiy-geografik kuzatishlarda esa xo'jaliklarning tuzilishi, tashkil qilinishi, ishlab chiqarish mahsulotlarining hajmi bilan tanishi-ladi.

Qishloq va suv xo'jaligi, chorvachilik, ekologiya (o'rmon xo'jaligi, qo'-riqxonalar), tibbiyot va boshqa sohalarda ta'lim olayotgan o'quvchi-yoshlar va shuningdek, mehnat jarayonlarida faoliyat ko'rsatayotgan yosh mutaxassislar yuqorida zikr etilgan kuzatish hamda izlanish ishlarini amalda sinab ko'rishlari lozim. Shular asosida o'z tajribalarini takomillashtirish maqsadga muvofiq bo'ladi.

Mavzu: Topografik kuzatishlar

Topografik kuzatishning eng qulay turi o'tgan marshrutni rasmga olish yoki sxemaga tushirishdir. Shuningdek, masofa yoki oraliqlar qadamlab o'lchash yo'li bilan, yo'nalish esa kompas bilan aniqlanadi.

Agar arxelogik yoki foydali qazilma boylik va hokazolarni chizish kerak bo'lsa, unda uning aniq rejasini tuzish lozim. Bunday hollarda aniq o'l-chov asboblarini (metr va boshqa asboblar) ishlatish kerak. Ko'p hollarda turistlar o'zlari turgan joyning balandligini o'lchashga urinib ko'radilar. Bunday paytlarda eklimetr (joylarning nishabligini o'lchaydigan asbob) yoki barometr (vo'sotometr) kabi asboblardan foydalaniladi.

Joylarning sxemasini chizish va shartli belgilarni ko'chirish turistlarning topografiya sohasidagi malakalarini mustahkamlaydi.

Geologik kuzatishlar

Sayohatchilarning geologik kuzatishi marshrutning geologik suratga olinishini taqozo qiladi. Geologik kuzatishlarda turistlar er tuzilishi, uning qatlamlari, foydali qazilmalar bilan tanishadilar.

U yoki bu joyning sxemasini chizish, muhim topilmalar tavsifini yozishda ularning hajmi, aniq joyi, uzunligi, kengligi aniq ko'rsatilishi kerak.

Topilmalardan hajmi 3 x 3 sm. qalinligi 2 sm. dan kam va ortiq bo'lmagan xajmda namuna

olish lozim.

Geologik kuzatishlarga chiqqanda geologik bolg'a, arra, o'lchov lentasi (bochevka), tog' kompassi (eklimetri), 10 protsentli tuz kislotasi solingan shisha (tog' jinrlarining qaynashini aniqlaydi), matodan qilingan xalta va boshqa kerakli asbob hamda jihozlarni olish lozim.

Geomorfologik kuzatishlarda sayohatchilar er tuzilishidagi o'zgarish-larni o'rganadilar. Buni quyidagi reja asosida olib borish mumkin:

1. Ob'ektning nomi.
2. Uning aniq yo'nalishlari.
3. Dengiz sathiga nisbatan uzunligi va balandligi
4. Kesib o'tish chizig'i bo'yicha (eniga) uchraydigan turlar, bo'linmalar to'g'ri-sida xarakteristika.
5. Yo'nalish bo'yicha xarakteristika.
6. Ayrim qismlarni qamrab olgan o'simliklar.
7. Territoriyaning xalq xo'jaligi uchun ahamiyati.

Gidrologik kuzatishlar

Gidrologik kuzatishlarda hali to'la o'rganilmagan ko'l, daryolar tadqiq qilinadi.

Bunda ko'l yoki daryoning boshlanishi, oqish tezligi, kengligi, atrofidagi sharoiti, tabiatning o'zgarishiga qarab uning ham o'zgarishi, qirg'oqlarning tuzilishi, daryo suvining oqish xususiyatlari to'g'risida materiallar yig'iladi. Ayrim hollarda mahalliy kishilar bilan ana shu mavzularda suhbat qilishga to'g'ri keladi.

Turistlar bunday kuzatishlar uchun 20-30 metr uzunlikdagi ip, planshetli kompas, belgili lineykalar, engil langar cho'p, sekundomer, boshqa as-boblar bilan ta'minlanishlari lozim.

Mavzu: Botanik va zoologik kuzatishlar

Sayohat jarayonida joylarning o'simlik dunyosini o'rganish yoki o'simlikni izlash uchun botanik kuzatishlar olib boriladi. Bunday paytlarda tegishli o'simliklardan gerbariy yasaladi, ular turlarga ajratilib, nomlari aniqlanadi.

O'simliklarni terish oldidan mahalliy kishilar bilan maslahatlashish, uning rangi, bargi, bo'yi, tuzilishi va boshqa xususiyatlarini aniqlash, shuningdek, ularni quritish, joylashtirish qoidalarini ham bilish talab etiladi.

Ayrim o'simlik va gullarni o'z holicha yig'ishni florizm deyiladi. Rassomlar tasviriy san'at ishlarida bu gullarning tuzilishi, rangi umumiy formalaridan foydalanadilar.

Sayohat paytida zoologik kuzatishlar asosan hasharotlarning turlarini belgilash va ularni yig'ishdan iborat. Hasharotlar zararli va foydali-larga ajratib o'rganiladi. Hasharotlarni yig'ib, uni saqlash juda oson. Bu-ning uchun maxsus banka yoki shishalardan foydalaniladi. Hasharotni tergan joyning nomi, maydon kengligi va ularning miqdorini maxsus daftarda qayd etish lozim. Hasharotlarni izlash unchalik murakkab emas, oddiy dur-binlarni ishlatish kifoya.

Mavzu: Tabiatni muxafaza qilish

Sayr (ekskursiya) va sayohat (puteshestviya) jahon xalqlarining ijtimoiy madaniy turmush sharoitida tarbiya va jismoniy chiniqish vositasi sifa-tida muhim o'rinlarni egallagan.

O'zbekiston sharoitida tarixiy va madaniy obidalarga sayr-sayohatlar tashkil qilish, ularda aholining barcha qatlam hamda toifalaridagi kishilar faol ishtirok etmoqda. Ayniqsa ta'til paytlarida va ulug' sanalarga bag'ishlangan nufuzli tadbirlarda o'quvchi yoshlar, talabalar va mehnatkash ommasi doimiy ravishda ishtirok etib kelmoqda.

Toshkentning bugungi jamoli, Samarqand, Buxoro, Xiva kabi tarixiy shaharlarning arxeologik, madaniy obidalarini xorijiy mamlakatlarning ham sayyohlarini o'ziga rom etmoqda.

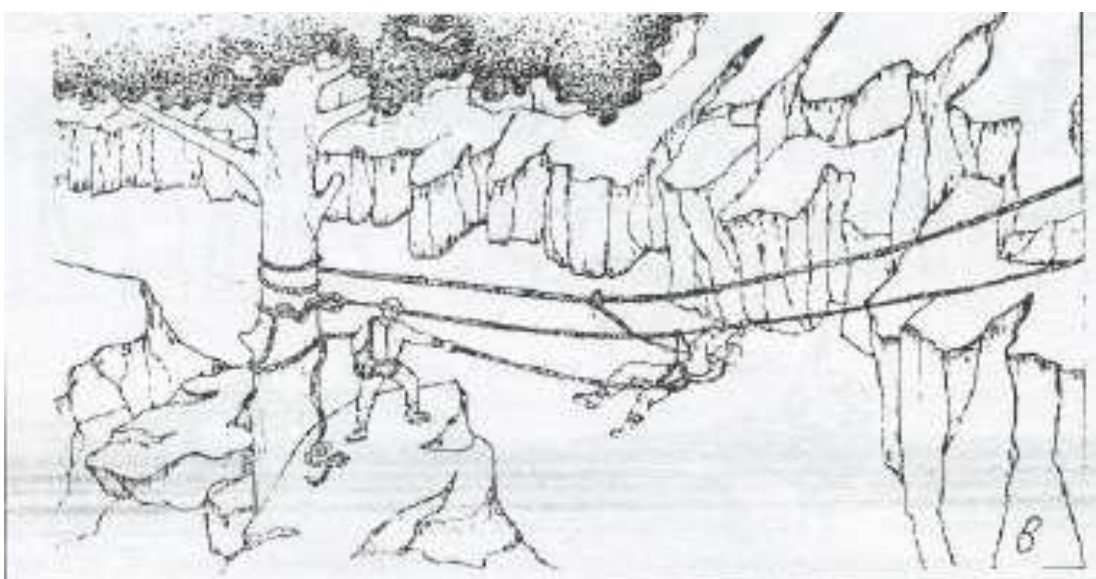
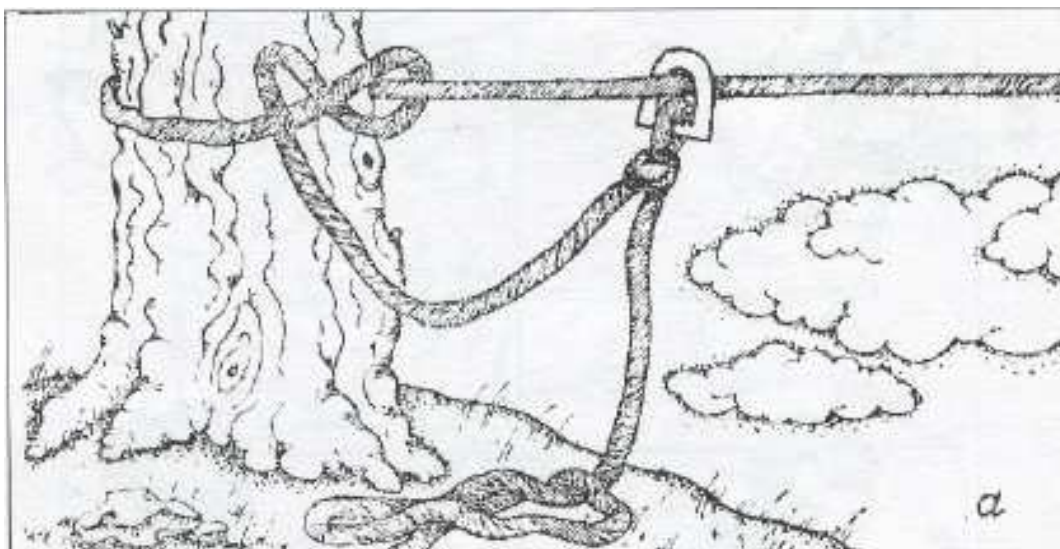
O'zbekistonning mustaqilligi tufayli o'quvchi yoshlarni kasb-hunar egallashga, mutaxassislikni olishga safarbar etish, o'quv jarayonlarida jismoniy madaniyat va turizm orqali ularning jismoniy barkamolligini tarbiyalashga alohida e'tibor kuchaytirilmoqda.

Ijtimoiy-madaniy turmushning tobora yaxshilanayotganligi, sog'lom turmush, tarzi mazmunida jismoniy madaniyat, sport va turizm chuqur o'rin egallamoqda.

“Alpomish” va “Barchinoy” maxsus testlaridagi sayr-sayohat (turizm) talablarini bajarish, o'quv yurtlarining “Jismoniy tarbiya va jismoniy madaniyat” ta'lim yo'nalishlari o'quv dasturlaridagi turizm mashg'ulotlarini tashkil qilish va o'tkazish davr talabi hisoblanadi. Bu yo'lda maxsus kadrlar tayyorlash, kasb-hunar egalarining turizm sohasidagi bilim va malakalarining chuqurlashtirish sihat-salomatlikni ta'minlashda, ya'ni sog'lom avlod davlat dasturini amalga oshirish asosiy vazifa hisoblanadi.

Mavzu: Turli musobaqalar tashkil qilish va o'tkazish

Slyot turistlarning katta anjumani, yig'indir. Slyot asosan tuman, shahar, vloyat, respublika va ittifoq miqyosida maxsus nizom asosida o'tkaziladi. O'quvchi-yoshlarining turistik slyotlari, kasaba uyushma tashkilotlari va xalq ta'limi tizimi tomonidan tashkil qilinadi. Boshqa tashkilot, muassasa va o'quv yurtlarida tashkil qilingan turistik slyotlarga ham tegishli sport jamiyatlari, turizm Kengashlari rahbarlik qiladi. Slyot o'tkazishdan bir necha oy ilgari nizom ishlab chiqiladi va tegishli joylarga yuboriladi. Nizom asosida o'quv yurtlari, tashkilotlari, muassasalar komanda tayyorlaydi.



32 a,v-rasm. Tog'li joylarda arqonda osilib o'tish.

Slyotni o'tkazish uchun tashkiliy komissiya tuziladi. Komissiya hakamlar va slyotda xizmat qiladigan mas'ul hodimlarni tayinlaydi, havfsizlik va qutqarish komandalarini avvaldan ogohlantiradi. Marshrut kvalifikatsion komissiyasi (MKK) musobaqa o'tkaziladigan joy sxemasi va rejasini ko'rib chiqib, uni tasdiqlaydi. Bu komissiya hakamlarni belgilangan trassa va nazorat punktlarga taqsimlaydi, musobaqa oldidan esa bevosita ko'rib chiqadi. Slyot kuni hakamlar o'z joylariga ertaroq borib joylashadilar. Orientirlash (chamalash) elementlari bo'yicha musobaqa bo'lganda bu jarayonlar asosan yashirin (sirli) ravishda amalga oshiriladi. CHunki, komanda vakili yoki uning a'zolari noma'lum trassani avvaldan bilmasliklari kerak. Sxema yoki azimut belgilari faqat start oldidan qatnashchilar qo'liga beriladi.

Slyot dasturida asosan quyidagi tadbirlar bo'ladi:

1. Umumiy parad, raport.

2. Turizm to'g'risida ma'ruza yoki biron jamoaning ish tajribasi joriy qilinadi (qisqacha mazmunda).
3. Musobaqa, estafetalar.
4. CHamalash elementlari bo'yicha musobaqa.
5. Mazali ovqat pishirish, choy qaynatish bo'yicha musobaqa.
6. Jamoa hayotini aks ettiruvchi ko'rgazma (fotoalbom, muzey materiallari, devoriy gazetalar, texnik vosita va h.k).
7. Badiiy havaskorlik tanolovi.
8. Gulxan tayyorlash va uni yoqish.
9. G'oliblarni mukofotlash.

Slyotlar 2-3 kun va undan ortiq vaqtga mo'ljallanadi. Slyotlar davomida, ya'ni kechki paytlarda katta gulxanlar tashkil qilinadi. Gulxan atrofida turli suhbat, leksiya, dokladlar, kontsertlar uyushtiriladi. Badiiy havaskorlar konkursi, turli raqslar, tajriba almashish, ilg'or tajribalarni jo-riy qilish to'g'risida ko'pgina ishlar qilinadi.

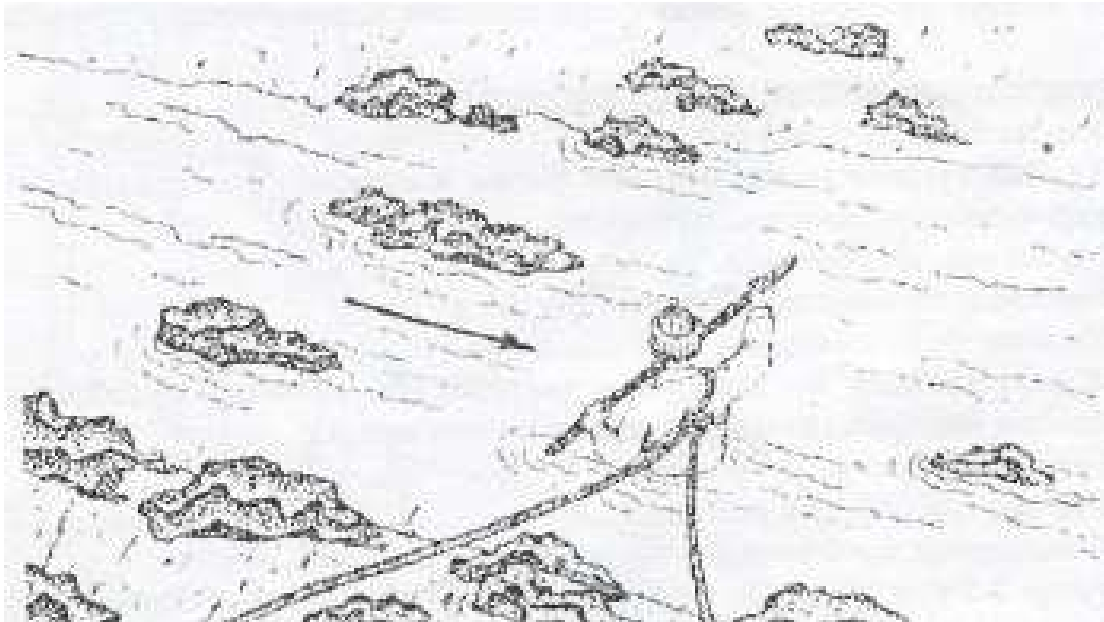
Har bir o'qituvchi yoki turizm seksiyasining rahbari turistlarga slyot nizomi dasturi va tashkiliy ishlar shaklini izchil o'rgatishi va ularni to'la amalga oshirish uchun bor imkoniyatlardan foydalanishi kerak.

Slyotlar yoki turistik musobaqalar uchun zarur bo'lgan barcha shartsharoitni (oziq-ovqat, transport, turistik jihozlar) o'quv muassasasi jamoasi, tuman kasaba uyushma tashkiloti va xalq ta'limi tizimi yaratib beradi. Ko'pchilik sport jamiyatlari bunday slyotlarni o'tkazganda tashkiliy ishlarni o'z zimmlariga oladilar.

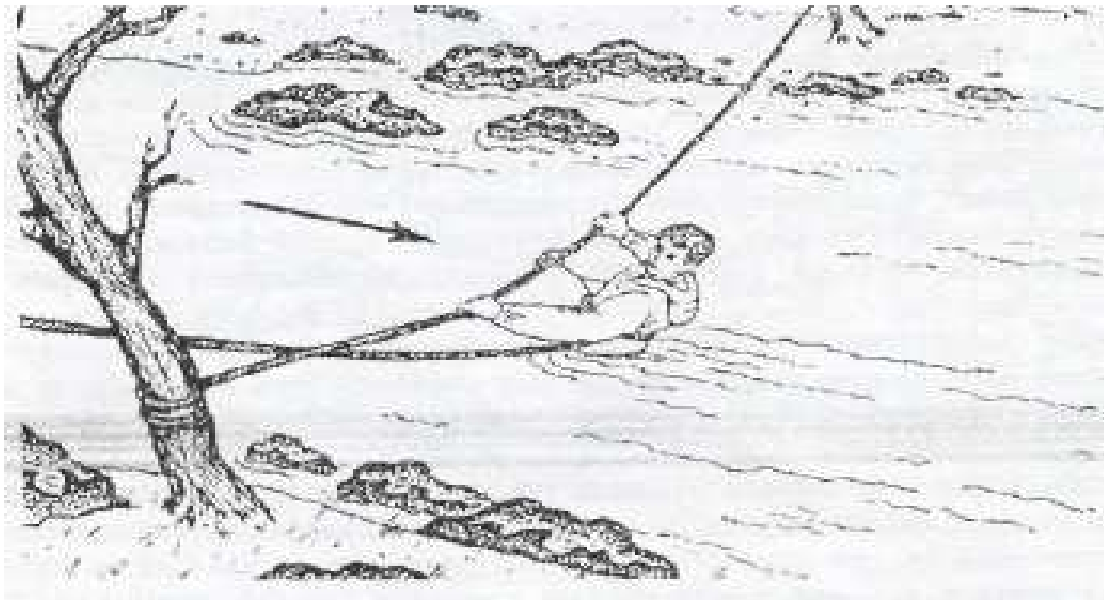
Yozgi dam olish lager'larida o'tkaziladigan tadbirlarning katta qismini turistik sayohat va poxodlar tashkil etadi. Shu sababdan yozgi mavsumda va doimiy ishlaydigan yozgi dam olish lager'larida kalendar reja asosida turistik sayohat va poxodlar uyushtiriladi.

Lager'ning har bir potogi oxirida turizm bo'yicha slyot tashkil qilinadi. Slyotni tashkil qilish va uyushtirish umumiy qoidalarga ko'ra o'tkaziladi. Slyot dasturi lager sharoitiga moslashtirib tuziladi. Slyotga qo'shni lager yoki qishloq yoshlari hamda rasmiy kishilar taklif qilinadi. Slyot oxirida umumiy gulxan tashkil qilinadi. "Yosh turist", "Turist", razryad me'yorlarini yoki "Alpomish" va "Barchinoy" maxsus testlari talablarini to'la bajargan o'quvchilarga ko'krakka taqiladigan nishon va guvohnomalar tantanali ravishda topshiriladi. Gulxanda turizmga va lager ishlariga ham yakun yasaladi.

O'quvchi yoshlarining turistik musobaqa va slyotlari jarayonida tibbiyot xizmati tashkil qilinadi. Shunga qaramasdan markaziy turizm seksiyalari, turistik klublar va bolalar turistik-ekskursiya stantsiyalarida qutqarish otryadlari tuzilib, ular eng tajribali turistlar, alpinistlar, jamoatchi instruktorlardan tashkil topadi.



33-rasm. Oldindagi kishining xavsizligini ta'minlash



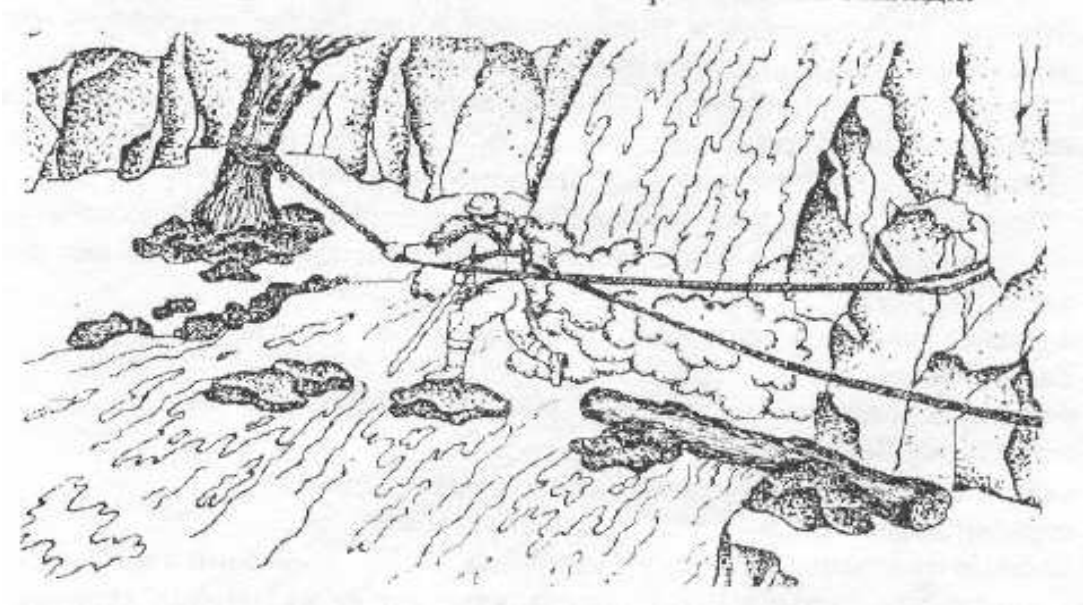
34-rasm. CHuqur suvdan o'tish tartibi.

Har bir turist yoki o'quvchi turistik texnika elementlarini yaxshi o'zlashtirgan bo'lsa-da, ayrim hollarda baxtsizlikka uchrashi mumkin. Shuning uchun slyot va musobaqalarda qutqarish komandalari doimo tayyor holda turadi. Ayniqsa toshlardan, jarlardan, kanal yoki katta suvlardan arqon bilan o'tishda, chiqish va tushishda xavfsizlik va qutqarish komandalari shay turadi, tegishli choralarni ko'radi.

Qutqarish komandasi yoki otryadlari a'zolari yil davomida, ayniqsa qiyin ob-havo sharoitida murakkab trassa yoki ob'ektlarga borib, muntazam mashq qiladi, malaka oshiradi va o'z mahoratlarini mustahkamlab boradi.

Barcha o'quv yurtlarida, shuningdek, korxonalar, tashkilot va muassasalardagi turizm seksiyalari bir yilda ikki marta ya'ni o'quv yili va kalendar yil oxirida o'z jamoasi va yuqori

tashkilotlar uchun yozma hisobot tuzadi. Yozma hisobot tuzish uchun yil davomida qilingan ishlarni ko'zdan kechiradi, analiz qiladi. Hisobot tuzish uchun quyidagi hujjatlarni yuritish va ularni tizimli ravishda hisobga olib borish tavsiya etiladi:



35-rasm. Suvdagi toshlar ustidan o'tish.

1. Umumiy ish rejasi
2. Sektsiya ishining rejasi.
3. Turistik poxodlarning kalendar plani.
4. Sektsiya jurnali.
5. Jamoatchi instruktorlar, tashkilotchilar, faollar tayyorlash jurnallari.
6. Maktab direktori, rayon xalq maorif organi, sport jamiyati, sport komiteti va boshqa yuqori tashkilotlardan kelgan ko'rsatmalari, buyruqlar, nizomlar, rejalar va b.q. hisobga olib borish jurnali.
7. O'tkazilgan poxod, sayohatlarning marshruti, reja, sxemasi, tegishli tashkilotlar (MKK) tasdig'idan o'tgan marshrut varaqalari, bayonnomalar hisobi.
8. Ko'p kunlik turistik poxodning plani, sxemasi, hisoboti, fotolar.
9. Tayyorlangan devoriy gazeta (fotogazeta), fotoalbom, fotomontajlar, video tasvirlar.
10. O'z jamoa haqida gazetalarda bosilgan materiallar, maqola va xabarlar.
11. Turizm sektsiyasi, maktab kollektivining turizm to'g'risidagi umumiy yig'ilishlari qarorlari to'plami.
12. Turistik faollar ro'yxati.
13. Turizm bo'yicha razryad va boshqa me'yorlarni bajarganlik haqidagi hujjatlar, buyurtmalar.
14. Turistik jihozlar ro'yxati.

15. O'quv muassasalar yoki otaliqdagi tashkilotlar, xo'jaliklar tomonidan ko'rsa-tilgan moddiy yordamlarga doir hujjatlar.
16. "Kamolot" va o'quvchilar tashkilotlarining turizmga bevosita qatnashishini aks ettiruvchi hujjatlar.
17. O'tkazilgan tadbirlarni hisobga olib boradigan daftar.
18. "Yoshlik", "Talaba" va boshqa ko'ngilli sport jamiyati, kasaba uyushma tashkilotlari, xomiylarning ko'rsatgan yordamlarini aks ettiruvchi daftar.

Hisobotda quyidagilarga e'tibor berish kerak bo'ladi:

1. Tashkiliy ishlar:

- a) rejalashtirish;
- b) sektsiyani uyushtirish;
- v) sayohat va poxodlarga kerakli jihozlarni to'plash;
- g) turizmga doir umumiy yig'ilishlar o'tkazish;
- d) amaliy tadbirlarda mas'ul kishilar, ya'ni jismoniy tarbiya, biologiya, geografiya, tarix o'qituvchilari, kamolot va o'quvchilar tashkilotlarining faol ishtiroki va to'la tahlili.

2. Umumiy tarbiyaviy, ommaviy va targ'ibot ishlari:

- a) turizm to'g'risida suhbat, kechalar o'tkazish va video tasvirga olish;
- b) devoriy gazetalar chiqarish, tanqidiy materiallar, uning natijalari, fotomontaj tashkil qilish;
- v) sayohatlar, poxodlar, slyotlar o'tkazish va uning natijalari;
- g) o'quvchilarning bir kunlik, ko'p kunlik poxodlari, poxod davomida ijtimoiy-foydali ishlar;
- d) o'lkani o'rganish, qidiruv ishlari yakuni;
- e) turizm bo'yicha muzey (burchak) ishlariga xarakteristka;

3. Moliyaviy va xo'jalik ishlari:

- a) turistik jihozlarning soni, yangidan olishish analizi;
- b) sarflangan pul, otaliqdagi tashkilotlar yordami;
- v) jihozlar bilan ta'minlashdagi kamchilik yoki ilg'or tajribalar rahbarlarning faoliyatlari;

**TURIZM VA UNI O'QITISH METODIKASI
FANIDAN
TEXNOLOGIK XARITA**

TA'LIM TEXNOLOGIYASINING MUNDARIJASI

№	Mavzular	Mashg'ulot turi	Ta'lim texnologiyasi turi
1	Turizm xaqida tushunchalar va ularning paydo bo`lishi	Ma'ruza	Muammoli ma'ruza BBB grafik organayzer
2	Jismoniy tarbiya tizimda turizmning mohiyati va o`rni	Ma'ruza	Munozara, "Nima uchun"
3	Maktablarda akademik litsey va kasb-hunar kollejlarda turizmning ahamiyati va o`lkashunoslik, ijtimoiy foydali ishlar.	Ma'ruza	Munozara, "Nima uchun"
4	Turizmda texnika va taktika	Amaliy	Loyihalar, munozara, "BBB" grafik organayzeri
5	O`zbekiston Respublikasida o`lkashunoslik va turistik tushunchalar, tabiatni muxofaza qilish.	Amaliy	Kichik gurixlarda xamkorlikda ta'lim
6	Turizm elementlari bo`yicha ommaviy tadbirlar va musobaqalar	Amaliy	Bumerang
7	Piyoda yurish sayoxatini tashkirl qilish va o`tkazish, yo`lda yurish qoidalari	Amaliy	Kichik gurixlarda xamkorlikda ta'lim
8	Turistik sayrlarni tashkil qilish va uni yakunlashda o`kituvchining roli	Amaliy	"FSMU"
9	Sayrlarda har xil tadbirlarni o`tkazish	Amaliy	Munozara, baxs
10	Turistik sayrlarda ovqatlanish	Amaliy	Munozara, baxs
11	Tibbiy ko`rik va shifokor nazaorati	Amaliy	Loyihalar, "agarda men"
12	Jaroxatlanganda birinchi tibbiy yordamni kursatish tadbirlari	Amaliy	Bumerang
13	Sayrlarda o`lkashunoslik va qidiruv ishlari	Amaliy	Kichik gurixlarda xamkorlikda
14	Meteorologik kuzatishlar: (Xavo yaxshi bo`lishning belgilari,	Amaliy	"FSMU"
15	Ob-xavo tuzilishining belgilari	Amaliy	Kichik gurixlarda xamkorlikda ta'kim
16	Topografik kuzatishlar	Amaliy	Klaster
17	Botanik va zoologik kuzatishlar	Amaliy	Kichik guruxlarda ta'lim
18	Tabiatni muxofaza qilish.	Amaliy	Aqliy hujum, klaster
19	Turli musobaqalar o`tkazish. (Balandlikka chiqish, tushish, chodirlarni tez o`rnatish rukzakka kerakli buyum va jixozlarni joylash, ovqat pishirish kabilar).	Amaliy	FSMU
Jami	38 soat		

1-mavzu. Turizm xaqida tushunchalar va ularning paydo bo'lishi

1.1. Ma'ruza mashg'ulotning texnologik modeli

Mashg'ulot vaqti: Soat	Talabalar soni: 30
Mashg'ulot shakli	Muammoli ma'ruza BBB grafik organizayner
Mashg'ulotning rejasi	1. Turizm ilmiy o'quv fan sifatida. Turizm-tushunchasi, uning paydo bo'lishi. 2. Turizmning tarixiy taraqqiyoti, tabiat sirlarini o'rganish va undan foydalanish 3. Qadimgi ajdodlarimizning turizm haqidagi ilk qarashlari. 4. O'rta osiyoda turizmni rivojlanishi.
O'quv mashg'ulotining maqsadi	Talabalarda turizm fanining predmeti, maqsad va vazifalari, shaxsi shakllanishdagi ahamiyati, turizmning bilimlar tizimi, fanning asosiy kategoriyalari, o'qituvchi shaxsi va unga qo'yiladigan zamon talablari haqidagi bilimlarini chuqurlashtirish, amaliy ko'nikma va malakalarini rivojlantirish va faoliyatga yo'naltirishdan iborat.
Pedagogik vazifalar. 1. Turizm ilmiy o'quv fan sifatida Turizm-tushunchasi, uning paydo bo'lishi xaqida ma'lumotga ega bo'lish. 2. Turizmning tarixiy taraqqiyoti, tabiat sirlarini o'rganish va undan foydalanish. 3. Qadimgi ajdodlarimizning turizm haqidagi ilk qarashlari. 4. O'rta osiyoda turizmni rivojlanishini o'rganish..	O'quv faoliyati natijalari: 1. Turizm ilmiy o'quv fan sifatida ,Turizm-tushunchasi, uning paydo bo'lishi xaqida ma'lumotga ega bo'ladilar. 2. Turizmning tarixiy taraqqiyoti, tabiat sirlarini o'rganish va undan foydalanish xaqida ma'lumotga ega bo'ladilar. 3. Qadimgi ajdodlarimizning turizm haqidagi ilk qarashlarini o'rganadilar. 4. O'rta osiyoda turizmni rivojlanishini ajdodlarimizning turizmga qo'shgan xissalarini bilib oladilar va o'rganadilar.
Ta'lim berish usullari	Ma'ruza
Ta'lim berish shakli	jamoaviy
Ta'lim berish vositalari	Ma'ruza matni, kompyuter, ekran, proektor, slaydlar.
Ta'lim berish sharoiti	O'qitishning texnika vositalari bilan jihozlangan 103-ma'ruzalari zali.
Monitoring va baholash	Savol javob

1.2. Ma'ruza mashg'ulotining texnologik kartasi (1-mashg'ulot)

Bosqichlar, vaqti	Faoliyat mazmuni	
	O'qituvchi	talaba
1 bosqich. Kirish (10 min.)	1.1. Mavzu, uning maqsadi, o'quv mashg'ulotidan kutilayotgan natijalar ma'lum qilinadi	1.1. Eshitadi, yozib oladi.
2 bosqich. Asosiy (60 min.)	<p>2.1. Talabalar e'tiborini jalb etish va bilim darajalarini aniqlash uchun tezkor savol-javob o'tkazadi.</p> <p>1. Turizm ilmiy o'quv fan sifatida Turizm-tushunchasi, uning paydo bo'lishi xaqida ma'lumotga ega bo'lish.</p> <p>2. Turizmning tarixiy taraqqiyoti, tabiat sirlarini o'rganish va undan foydalanish.</p> <p>3. Qadimgi ajdodlarimizning turizm haqidagi ilk qarashlari.</p> <p>4. O'rta osiyoda turizmni rivojlanishini o'rganish..</p> <p>2.2. O'qituvchi maruza materiallardan foydalangan holda ma'ruzani bayon etishda davom etadi.</p> <p>- turizm fanining ob'ektlari, vazifalari, tekshirish uslublari xaqida xamda fanning asosiy muammolarini saqlaydi.</p> <p>2.3.a) . Turizm ilmiy o'quv fan sifatida Turizm-tushunchasi, uning paydo bo'lishi xaqida ma'lumot beradi.</p> <p>2. Turizmning tarixiy taraqqiyoti, tabiat sirlarini o'rganish va undan foydalanish turlarini tushuntirib beradi.</p> <p>3. Qadimgi ajdodlarimizning turizm haqidagi ilk qarashlari xaqida tushuncha beradi.</p> <p>4. O'rta osiyoda turizmni rivojlanishini xaqida bayon qiladi.</p> <p>2.4. Talabalarga mavzuning asosiy tushunchalariga e'tibor qilishni va yozib olishlarini ta'kidlaydi.</p>	<p>2.1. Eshitadi. Navbat bilan bir-birini takrorlamay atamalarni aytadi.</p> <p>O'ylaydi, javob beradi. Javob beradi va to'g'ri javobni eshitadi.</p> <p>2.2. Sxema va jadvallar mazmunini muhokama qiladi. Savollar berib, asosiy joylarini yozib oladi.</p> <p>2.3. Eslab qoladi, yozadi. Har bir savolga javob berishga harakat qiladi. Ta'rifni yozib oladi, misollar keltiradi.</p>
3 bosqich. Yakuniy (10 min.)	<p>3.1. Mavzuga yakun yasaydi va talabalar e'tiborini asosiy masalalarga qaratadi.</p> <p>Faol ishtirok etgan talabalarni rag'batlantiradi. Mustaqil ish uchun vazifa: turizm xaqida ma'lumotlarga ega bo'ladilar</p>	<p>3.1. Eshitadi, aniqlashtiradi.</p> <p>3.2. Topshiriqni yozib oladi.</p>

2-mavzu: Jismoniy tarbiya tizimda turizmning moxiyati va o`rni
2.1. Ma`ruza mashg`ulotning texnologik modeli

Mashg`ulot vaqti: Soat	Talabalar soni: 30
Mashg`ulot shakli	Munazara nima uchun muammoli ma`ruza
Mashg`ulotning rejasi	1.Turizmni o`qitishdagi maqsad va vazifalar. 2.Turizm turlarining klassifikatsiyasi 3.Turizm turlarini tashkil qilish va o`tkazish. 4.Turizmning tarbiyaviy sog`lomlashtirish va ta`limiy ahamiyati
O`quv mashg`ulotining maqsadi	Talabalarda Jismoniy tarbiya tizimda turizmning moxiyati va o`rni, shaxsning shakllanishdagi ahamiyati, turizmning bilimlar tizimi, fanning asosiy moxiyati, Turizmni o`qitishdagi maqsad va vazifalar haqidagi bilimlarini chuqurlashtirish, Turizm turlarining klassifikatsiyasi xaqidagi ma`lumotlarni o`rganishdan iborat.. Turizm turlarini tashkil qilish va o`tkazish to`g`risidagi ma`lumotlarga ega bo`lish.
Pedagogik vazifalar. 1. Turizmni o`qitishdagi maqsad va vazifalar xaqida ma`lumot berish. 2. Turizm turlarining klassifikatsiyasi xaqida ma`lumot berish. 3. Turizm turlarini tashkil qilish va o`tkazish.xaqida ma`lumot berish. 4.Turizmning tarbiyaviy sog`lomlashtirish va ta`limiy ahamiyati xaqidagagi ma`lumotlarni berish.	O`quv faoliyati natijalari: 1 Turizmni o`qitishdagi maqsad va vazifalar xaqida ma`lumotlarga ega bo`ladilar. 2. Turizm turlarining klassifikatsiyasi xaqida ma`lumotlarga ega bo`ladilar. 3. Turizm turlarini tashkil qilish va o`tkazish xaqida ma`lumotlarga ega bo`ladilar. 44Turizmning tarbiyaviy sog`lomlashtirish va ta`limiy ahamiyati xaqidagagi ma`lumotlarga ega bo`ladilar.
O`qitish uslubi va texnikasi	Vizual ma`ruza, bayon qilish, "ha-yo`q" texnikasi
O`qitish vositalari	Ma`ruzalar matni, proektor, tarqatma materiallar.
O`qitish shakli	Jamoa, guruh va juftlikda ishlash.
O`qitish shart-sharoiti	Proektor, kompyuter bilan jihozlangan auditoriya

2.2. Ma'ruza mashg'ulotining texnologik kartasi (2-mashg'ulot)

Bosqichlar, vaqti	Faoliyat mazmuni	
	O'qituvchi	talaba
1 bosqich. Kirish (10 min.)	1.1. Mavzu, uning maqsadi, o'quv mashg'ulotidan kutilayotgan natijalar ma'lum qilinadi	1.1. Eshitadi, yozib oladi.
2 bosqich. Asosiy (60 min.)	<p>2.1. Talabalar e'tiborini jalb etish va bilim darajalarini aniqlash uchun tezkor savol-javob o'tkazadi.</p> <ul style="list-style-type: none"> - jismoniy tarbiya tizimida turizmning tutgan o'rnini bilasizmi? - turizmning qanday turlarini bilasiz? -temuriylar davridagi sayyoxlar xaqida nimalarni bilasiz? <p>2.2. O'qituvchi vizual materiallardan foydalangan holda ma'ruzani bayon etishda davom etadi.</p> <ul style="list-style-type: none"> - turizm fanining ob'ektlari, vazifalari, tekshirish uslublari xaqida xamda fanning asosiy muammolarini saqlaydi. <p>2.3.a) Turizmni o'qitishdagi maqsad va vazifalarini tushuntiradi.</p> <p>b)Turizm turlarining klassifikatsiyasi turlari xaqidagi ma'lumotlar beradi.</p> <p>c).Turizm turlarini tashkil qilish va o'tkazish</p> <p>d)Turizmning tarbiyaviy sog'lomlashtirish va ta'limiy ahamiyati</p> <p>2.4. Talabalarga mavzuning asosiy tushunchalariga e'tibor qilishni va yozib olishlarini ta'kidlaydi.</p>	<p>2.1. Eshitadi. Navbat bilan bir-birini takrorlamay atamalarni aytadi.</p> <p>O'laydi, javob beradi. Javob beradi va to'g'ri javobni eshitadi.</p> <p>2.2. Sxema va jadvallar mazmunini muhokama qiladi. Savollar berib, asosiy joylarini yozib oladi.</p> <p>2.3. Eslab qoladi, yozadi. Har bir savolga javob berishga harakat qiladi. Ta'rifni yozib oladi, misollar keltiradi.</p>
3 bosqich. Yakuniy (10 min.)	<p>3.1. Mavzuga yakun yasaydi va talabalar e'tiborini asosiy masalalarga qaratadi.</p> <p>Faol ishtirok etgan talabalarni rag'batlantiradi. Mustaqil ish uchun vazifa: turizm xaqida ma'lumotlarga ega bo'ladilar</p>	<p>3.1. Eshitadi, aniqlashtiradi.</p> <p>3.2. Topshiriqni yozib oladi.</p>

3-mavzu: Maktablarda akademik litsey va kasb-hunar kollejlarda turizmning ahamiyati va o'lkashunoslik, ijtimoiy foydali ishlar

3.1. Ma'ruza mashg'ulotning texnologik modeli

Mashg'ulot vaqti: Soat	Talabalar soni: 30
Mashg'ulot shakli	Munazara nima uchun muammoli ma'ruza
Mashg'ulotning rejasi	1.O'lkashunoslik va ijtimoiy foydali ishlar. 2.Maktab bosqichlarida turistik ishlar. 3.O'quvchi - yoshlar jamoalarida turizmni tashkil qilish, turistik to'garaklar va sektsiya ishlari. 4.Yozgi sog'lomlashtirish lagerlari
O'quv mashg'ulotining maqsadi	Talabalarda Ta'lim-tarbiyaning muhim vositalaridan biri bo'lgan turizmni yanada rivojlantirish masalalari kundankunga katta ahamiyat kasb etmoqda. O'quv muassasalaridagi yosh o'quvchilarining jismoniy va nazariy tayyorgarligi, turistik sayohat formasi va mazmuni katta kishilar turizmidan tubdan farq qiladi. SHu sababdan ham maktab o'quvchilarning turizmini professional pedagogik turizm deb ayta olamiz.O'zbekiston Maorif vazirliklari ayniqsa yosh va o'smir o'quvchilarining turizm va ekskursilariga alohida e'tibor berib kelmoqda.
Pedagogik vazifalar. 1.O'lkashunoslik va ijtimoiy foydali ishlar xaqida ma'lumot berish. 2.Maktab bosqichlarida turistik ishlari xaqida ma'lumot berish. 3.O'quvchi - yoshlar jamoalarida turizmni tashkil qilish, turistik to'garaklar va sektsiya ishlarini o'rgatish. 4.Yozgi sog'lomlashtirish lagerlarida turistik ishlarni tashkil qilishni o'rgatish.	O'quv faoliyati natijalari: 1.O'lkashunoslik va ijtimoiy foydali ishlar xaqida ma'lumotga ega bo'ladilar. 2.Maktab bosqichlarida turistik ishlar xaqida ma'lumotga ega boladilar. 3.O'quvchi - yoshlar jamoalarida turizmni tashkil qilish, turistik to'garaklar va sektsiya ishlarini o'rganadilar 4.Yozgi sog'lomlashtirish lagerlarida turistik ishlarni tashkil qilishni o'rganadilar.
O'qitish uslubi va texnikasi	Vizual ma'ruza, bayon qilish, "ha-yo`q" texnikasi
O'qitish vositalari	Ma'ruzalar matni, proektor, tarqatma materiallar.
O'qitish shakli	Jamoa, guruh va juftlikda ishlash.
O'qitish shart-sharoiti	Proektor, kompyuter bilan jihozlangan auditoriya

3.2. Ma'ruza mashg'ulotining texnologik kartasi

Bosqichlar, vaqti	Faoliyat mazmuni	
	O'qituvchi	talaba
1 bosqich Kirish (10 min.)	1.1. Mavzu, uning maqsadi, o'quv mashg'ulotidan kutilayotgan natijalar ma'lum qilinadi	1.1. Eshitadi, yozib oladi.
2 bosqich Asosiy (60 min.)	<p>2.1. Talabalar e'tiborini jalb etish va bilim darajalarini aniqlash uchun tezkor savol-javob o'tkazadi.</p> <p>- jismoniy tarbiya tizimida salomatlikni aniqlashning qanday meyyorlar ishlab chiqilgan?</p> <p>- turizmning qanday toifa va kategoriyalarini bilasiz?</p> <p>-tog' turizmi xaqida nimalarni bilasiz?</p> <p>2.2. O'qituvchi vizual materiallardan foydalangan holda ma'ruzani bayon etishda davom etadi.</p> <p>- turizm fanining ob'ektlari, vazifalari, tekshirish usublari xaqida xamda fanning asosiy muammolarini saqlaydi.</p> <p>1.O'lkashunoslik va ijtimoiy foydali ishlar xaqida ma'lumot beradi.</p> <p>2.Maktab bosqichlarida turistik ishlari xaqida ma'lumot beradi</p> <p>3.O'quvchi - yoshlar jamoalarida turizmni tashkil qilish, turistik to'garaklar va seksiya ishlarini o'rgatadi.</p> <p>4.Yozgi sog'lomlashtirish lagerlarida turistik ishlarni tashkil qilishni o'rgatadi.</p>	<p>2.1. Eshitadi. Navbat bilan bir-birini takrorlamay atamalarni aytadi.</p> <p>O'ylaydi, javob beradi. Javob beradi va to'g'ri javobni eshitadi.</p> <p>2.2. Sxema va jadvallar mazmunini muhokama qiladi. Savollar berib, asosiy joylarini yozib oladi.</p> <p>2.3. Eslab qoladi, yozadi. Har bir savolga javob berishga harakat qiladi. Ta'rifni yozib oladi, misollar keltiradi.</p>
3 bosqich. Yakuniy (10 min.)	<p>3.1. Mavzuga yakun yasaydi va talabalar e'tiborini asosiy masalalarga qaratadi.</p> <p>Faol ishtirok etgan talabalarni rag'batlantiradi. Mustaqil ish uchun vazifa: turizm xaqida ma'lumotlarga ega bo'ladilar</p>	<p>3.1. Eshitadi, aniqlashtiradi.</p> <p>3.2. Topshiriqni yozib oladi.</p>

4-mavzu: Turizmda texnika va taktika

4.1. Amaliy mashg'ulotning texnologik modeli

Mashg'ulot vaqti: Soat	Talabalar soni: 75
Mashg'ulot shakli	Amaliy "loyxalar munozara "BBB"grafik organayzer metodi
Mashg'ulotning rejasi	<ol style="list-style-type: none"> 1. Turizmda texnika tushunchasi 2. Turizmning taktika tushunchasi 3. Turistik slyotlarni tashkil qilish 4. Sportga chamalab topish
O`quv mashg'ulotining maqsadi	<p>Talabalarda Jismoniy tarbiya tizimda turizmning moxiyati va o`rni, shaxsning shakllanishadagi ahamiyati, turizmning bilimlar tizimi, fanning asosiy moxiyati, Texnika tushunchasi: piyoda yurish sayoxatini tashkisl qilish va o`tkazish, yo`lda yurish qoidalari ahamiyati xaqidagi bilimlarga ega boladilar.</p> <p>Sayrlarda har xil tadbirlarni o`tkazish xaqidagi bilimlarga ega boladilar.</p> <p>Piyoda yurish turizm tashkil qilinishi to`g`risidagi ma`lumotlarga ega bo`lish.</p>
Pedagogik vazifalar. <ol style="list-style-type: none"> 1. Turizmda texnika tushunchasi xaqida ma`lumot berish 2. Turizmning taktika tushunchasi xaqida ma`lumot berish 3. Turistik slyotlarni tashkil qilishni o`rgatish 4. Sportga chamalab topish usullarini o`rgatish. 	O`quv faoliyati natijalari: <ol style="list-style-type: none"> 1. Turizmda texnika tushunchasi xaqida ma`lumot berish 2. Turizmning taktika tushunchasi xaqida ma`lumot berish 3. Turistik slyotlarni tashkil qilishni o`rgatish 4. Sportga chamalab topish usullarini o`rgatish.
O`qitish uslubi va texnikasi	"loyxalar munozara "BBB"grafik organayzer metodi
O`qitish vositalari	Ma`ruzalar matni, proektor, tarqatma materiallar.
O`qitish shakli	Jamoa, guruh va juftlikda ishlash.
O`qitish shart-sharoiti	Proektor, kompyuter bilan jihozlangan auditoriya
Monitoring va baholash	<p>Og`zaki so`rov.</p> <p>86-100% -5 baho</p> <p>71-85%- 4 baho</p> <p>70-55%-3 baho</p> <ul style="list-style-type: none"> • Talabaning faolligi, mavzu bo`yicha ilmiy-amaliy asoslangan xulosalarning keltirilganlik, tayanch tushunchalarning izohlanish darajasiga qarab 25% gacha • Mavzuning mantiqiy asosini ilmiy-nazariy

	<p>kontsepsiyalar hamda amaliy faoliyat nuqtai-nazaridan yoritib berilganlik darajasiga qarab 25% gacha</p> <ul style="list-style-type: none">• Mavzu bo`yicha shaxsiy fikr va nuqtai-nazarlarning keltirilishi hamda ularning asoslanganlik darajasiga qarab 25% gacha• Mavzu bo`yicha ijodiy-konstruktiv faoliyat ko`nikma va malakalarining shakllanganlik darajasiga qarab 25% gacha <p>Mavzular taqdimoti quyidagi shakllarda amalga oshiriladi:</p> <ul style="list-style-type: none">• Doklad• Referat• Kompyuter prezentatsiyalari• Tadqiqot loyihalari
--	---

4.2. Amaliy mashg'ulotining texnologik kartasi

Ish bosqic hlari va mazm uni	O`qituvchi faoliyati	Talabalar faoliyati	Kutilayotgan natijalar						
<p>1- bosqic h. 10 daqiqa Tayyov rlov.</p>	<p>O`qituvchi mavzuni e`lon qiladi. Mashg`ulotda qo`llaniladigan "loyxalar munozara "BBB"grafik organayzer" texnologiyasining ta`limiy imkoniyatlari, bosqichlari, qoidalari, kutilayotgan natijalar haqida ma`lumot beradi. O`qituvchi talabalarni 4-6 kishidan iborat kichik guruhlarga birlashtiradi. Guruh ichida talabalar faoliyatini tashkil qiladi. Ya`ni lider, generatorlar, katalizatorlar, ekspert, bayonnoma yozib boruvchi belgilanadi va ularning vazifalari aniq taqsimlanadi. fikrlarni qayd qilib borishlari uchun vatmann qog`ozi,markerlarni tarqatadi.</p>	<p>Talabalar 4-6 kishidan iborat kichik guruhlarga birlashadilar, mashg`ulot mavzusini hamda bosqichlari, qoidalari, kutilayotgan natijalarni aniq tushunib oladilar. Kichik jamoa ichida faoliyatlarini muvofiqlashtiradilar. Ya`ni kim, qanday vazifani bajarishi kerakligini bilib oladi.</p>	<p>Talabalarda keltiriladi gan o`quv axborotiga nisbatan kuchli motivatsiya shakllanadi, ular kichik guruhlarda ta`limiy faoliyatga tayyor bo`ladilar.</p>						
<p>2- bosqic h. 10 daqiqa . Kirish .</p>	<p>O`quv topshirig`ini aniq bayon qiladi. Turizmning me`yoriy dasturi va tashkiliy asoslari tavsifi mavzusidagi matnni o`qib, tahlil qiling. 2.Mavzu asosida o`z fikrlaringizni shakllantiring. 3.Quyidagi savollarga javob bering: 1. Texnika tushunchasi: piyoda yurish sayoxatini tashkishl qilish va o`tkazish, yo`lda yurish qoidalari xaqida ma`lumot beradi. 1.Turizmda texnika tushunchasi xaqida ma`lumot berish 2. Turizmning taktika tushunchasi xaqida ma`lumot berish 3. Turistik slyotlarni tashkil qilishni o`rgatish 4. Sportga chamalab topish usullarini o`rgatish. xaqida tushuncha beradi. xaqidagagi ma`lumotlarni berish. O`qituvchi guruh va uning har bir a`zosiga mustaqil o`rganish, fikrlash uchun yozma tarqatma material beradi. Matn tahlili uchun ketadigan vaqt hajmini belgilaydi, talabalarning barchasi faoliyatga jalb qilinganligini</p>	<p>O`quv topshirig`ining mohiyatini tushunib oladilar, matn ustida tahliliy faoliyat ketma-ketligini aniq rejalashtiradilar. Matn mazmuni bilan mukammal tanishadilar. Mavzu xususida muayyan bilim va dunyoqarash tushunchalari shakllanadi. Matn bilan mustaqil va keyinchalik hamkorlikda ishlashga tayyor bo`ladilar. O`qituvchi tomonidan berilgan yo`naltiruvchi savollar mazmuni bilan tanishadilar, ayrim tushunmovchiliklarni o`qituvchidan so`rab, aniqlab oladilar.Muammoli savollar xususida fikrlaydilar. Mavzu xususida fikrlash davomida</p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 33%; text-align: center;"><i>Bilaman</i></td> <td style="width: 33%; text-align: center;"><i>Bilishni xohlayman</i></td> <td style="width: 33%; text-align: center;"><i>Bilib oldim</i></td> </tr> <tr> <td style="height: 40px;"></td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	<i>Bilaman</i>	<i>Bilishni xohlayman</i>	<i>Bilib oldim</i>				<p>Talabalarda ta`limiy faoliyatga nisbatan motivatsiya rivojlanadi, o`quv-bilish faoliyatini to`g`ri rejalashtiradilar. Ularda ta`limiy maqsadlar yo`lida hamkorlikda ishlash, izlanish ko`nikmalari tarkib topadi.O`qituvchilik kasbi, uning mas`uliyati, halq, millat oldida yosh avlodni tarbiyalashdek sharaflil vazifani vijdonan bajarish, chin insoniylik sifatleri bilan o`quvchilarga namuna bo`lish kabi tushunchalar asosida shaxsiy fikr, munosabat tarkib topadi,</p>
<i>Bilaman</i>	<i>Bilishni xohlayman</i>	<i>Bilib oldim</i>							

	aniqlaydi va boshlash haqida e'lon qiladi.		talabalar faollashadilar.
3- bosqich. Matn tahlili. 25 daqiqa	Talabalar faoliyatini kuzatadi, barchasining ta'limiy faoliyatga jalb qilinganligiga e'tibor qaratadi, zarur xollarda to'g'ri yo'nalish berib boradi.	Ushbu bosqichda ular matnni tahlil qiladilar, unda keltirilgan fikrlar yuzasidan o'z munosabatlarini bildiradilar. Matn tahlili davomida o'qituvchi bergan savollarga javob topishga harakat qiladilar, o'z nuqtai-nazarlaridan kelib chiqqan holda pedagoglik mas'uliyati, jamiyat oldidagi ijtimoiy burch, g'oyaviy-siyosiy onglilik, o'qituvchi ma'naviyati, pedagogik obro', kasbiy mahorat tushunchalari xususida fikrlaydilar. Fikrlarini aniq dalillarda asoslashga tayyorlanadilar, hayotiy misollarni keltiradilar.	Talabalarni muammoni o'rganish jarayonida faolligi oshadi, ularning mustaqil fikrlash qobiliyatlari rivojlanadi, dunyoqarashi kengayadi, hamkorlikda ishlashga o'rganadilar. Talabalarda kasbiy mahorat, mas'uliyat, burch tuyg'ulari, vijdoniylik, halollik, o'quvchi istiqboli oldida javobgarlik, ma'naviyatlilik, madaniyatlilik kabi tushunchalar asosida kasbiy e'tiqod tarkib topadi.
4- bosqich. Muhokama 20 daqiqa	O'qituvchi talabalarga tarqatilgan barcha materialning kay darajada o'zlashtirilganligini aniqlash maqsadida savollar bilan murojaat qiladi va javoblarni reyting ballari orkali baholaydi.	Talabalar o'qituvchi va boshqa guruh a'zolari tomonidan berilgan savollar xususida fikrlaydilar. O'z nuqtai-nazarlarini keng asoslab beradilar. Talabalar bir-birlarini tinglaydilar, matnda keltirilgan ayrim masalalar yuzasidan munozarada qatnashadilar.	Talabalarda matn ustida mustaqil ilmiy-tahliliy faoliyat yuritish ko'nikmalari rivojlanadi. Matnda keltirilgan ilmiy-amliy ma'lumotlar va ularning kasbiy jarayondagi tadbiri muammolari bo'yicha aniq xulosalarga keladilar, pedagogik qobiliyat, mahorat, bilim, obro'ni shakllantirish masalalari to'g'risida fikrlari

			shakllanadi. Mavzu bo'yicha bilim, ko'nikmalari mustahkamlanadi, kasbiy mahorat malakalari tarkib topadi, kasbiy o'zlikni anglash jarayonida mutahassislik tayyorgarligi amalga oshiriladi.
5 - bosqich. Yakun. 10 daqiq a.	O'qituvchi talabalarning javoblarini baholaydi, mashg'ulotga yakun yasaydi, ularning faoliyati bo'yicha fikrlarini bildiradi, noaniqliklarni oydinlashtiradi.	Talabalar o'z faoliyatlarini tahlil qiladilar, mashg'ulotning tashkil qilinishi xususida fikrlarini bildiradilar, o'z-o'zini baholaydi.	Talabalar o'z imkoniyatlari, kasbiy tayyorgarliklari darajasini tahlil qiladilar. Ularda amaliy faoliyat malakalari rivojlanadi.
Mustaqil ta'lim uchun topshiriq 5 daqiq a.	Tibbiy ko'rik va shifokor nazaorati. Jaroxatlanganda birinchi tibbiy yordamni kursatish tadbirlari xaqida o'rganib kelish O'qituvchi manbalarni e'lon qiladi, talabalar e'tiborini mavzuning asosiy yo'nalishlariga qaratadi. O'qituvchi talabalar tomonidan berilgan savollarga javob beradi.	Tibbiy ko'rik va shifokor nazaorati. Jaroxatlanganda birinchi tibbiy yordamni kursatish tadbirlari xaqidagagi ma'lumotlarni o'rganib keladilar	Talabalarning mavzu yuzasidan ijodiy va mantiqiy tizimli fikrlash qobiliyati, manbalar bilan mustaqil ishlash ko'nikma va malakalari rivojlanadi.

5--mavzu: O`zbekiston Respublikasida o`lkashunoslik va turistik tushunchalar, tabiatni muxofaza qilish

5.1. Amaliy mashg`ulotning texnologik modeli

Mashg`ulot vaqti: Soat	Talabalar soni: 25
Mashg`ulot shakli	Amaliy “Kichik gurixlarda xamkorlikda ta’lim”
Mashg`ulotning rejasi	1.Mamlakatimizda o`lkashunoslik ishlarnin tashkil qilish. 2.Tabiatni muxofaza qilish ishlarini turizm malakalarini egallash orqali amalga oshirish. 3.Turistlarning topografik tayyorgarligi (turistlarni jismoniy jihatdan tayyorlash va poxodlarga tayyorlanish).
O`quv mashg`ulotining maqsadi	Talabalarda Jismoniy tarbiya tizimda turizmning moxiyati va o`rni, shaxsning shakllanishadagi ahamiyati, turizmning bilimlar tizimi, fanning asosiy moxiyati, Sayrlarda o`lkashunoslik va qidiruv ishlari. Turizm bo`yicha Topografik kuzatishlar. Giologik kuzatishlar, er tuzilishining o`rganish xaqidagi ma`lumotlarni o`rganishdan iborat Hidrologik kuzatishlar. Botanik va zoologik kuzatishlar.Fenalogik kuzatishlar to`g`risidagi ma`lumotlarga ega bo`lish.
Pedagogik vazifalar. 1. Sayrlarda o`lkashunoslik va qidiruv ishlari. Meteorologik kuzatishlar qoidalari xaqida ma`lumot beradi. 2. Topografik kuzatishlar. Giologik kuzatishlar, er tuzilishining o`rganish xaqida tushuncha beradi. 3 Hidrologik kuzatishlar. Botanik va zoologik kuzatishlar.Fenalogik kuzatishlar xaqida tushuncha beradi. 4. Temir yo`l, suv va xavo yo`llari. Daryo va dengiz yo`llari. Tabiatni muxofaza qilish xaqida tushuncha beradi.	O`quv faoliyati natijalari: 1. . . Sayrlarda o`lkashunoslik va qidiruv ishlari. Meteorologik kuzatishlar qoidalari ahamiyati xaqidagi bilimlarga ega boladilar. 2. Topografik kuzatishlar. Giologik kuzatishlar, er tuzilishining o`rganish xaqidagi bilimlarga ega boladilar. 3 Hidrologik kuzatishlar. Botanik va zoologik kuzatishlar.Fenalogik kuzatishlar xaqidagi bilimlarga ega bo`ladilar. 4. Temir yo`l, suv va xavo yo`llari. Daryo va dengiz yo`llari. Tabiatni muxofaza qilish xaqidagi bilimlarga ega boladilar.
O`qitish uslubi va texnikasi	“Kichik gurixlarda xamkorlikda ta’lim” “ha-yo`q” texnikasi
O`qitish vositalari	Ma`ruzalar matni, proektor, tarqatma materiallar.
O`qitish shakli	Jamoa, guruh va juftlikda ishlash.
O`qitish shart-sharoiti	Proektor, kompyuter bilan jihozlangan auditoriya
Monitoring va baholash	Og`zaki so`rov. 86-100% -5 baho 71-85%- 4 baho

	<p>70-55%-3 baho</p> <ul style="list-style-type: none"> • Talabanning faolligi, mavzu bo'yicha ilmiy-amaliy asoslangan xulosalarning keltirilganlik, tayanch tushunchalarning izohlanish darajasiga qarab 25% gacha • Mavzuning mantiqiy asosini ilmiy-nazariy kontseptsiyalar hamda amaliy faoliyat nuqtai-nazaridan yoritib berilganlik darajasiga qarab 25% gacha • Mavzu bo'yicha shaxsiy fikr va nuqtai-nazarlarning keltirilishi hamda ularning asoslanganlik darajasiga qarab 25% gacha • Mavzu bo'yicha ijodiy-konstruktiv faoliyat ko'nikma va malakalarining shakllanganlik darajasiga qarab 25% gacha <p>Mavzular taqdimoti quyidagi shakllarda amalga oshiriladi:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Doklad • Referat • Kompyuter prezentatsiyalari • Tadqiqot loyihalari
--	---

5.2. Amaliy mashg'ulotining texnologik kartasi

Ish bosqichlari va mazmuni	O'qituvchi faoliyati	Talabalar faoliyati	Kutilayotgan natijalar
1-bosqich. 10 daqiqa Tayyorlov .	O'qituvchi mavzuni e'lon qiladi. Mashg'ulotda qo'llaniladigan "Kichik gurixlarda xamkorlikda ta'lim" texnologiyasining ta'limiy imkoniyatlari, bosqichlari, qoidalari, kutilayotgan natijalar haqida ma'lumot beradi. O'qituvchi talabalarni 4-6 kishidan iborat kichik guruhlariga birlashtiradi. Guruh ichida talabalar faoliyatini tashkil qiladi. Ya'ni lider, generatorlar, katalizatorlar, ekspert, bayonnoma yozib boruvchi belgilanadi va ularning vazifalari aniq taqsimlanadi. fikrlarni qayd qilib borishlari uchun vatmann qog'ozi,markerlarni tarqatadi.	Talabalar 4-6 kishidan iborat kichik guruhlariga birlashtiriladi, mashg'ulot mavzusini hamda bosqichlari, qoidalari, kutilayotgan natijalarni aniq tushunib oladilar. Kichik jamoa ichida faoliyatlarini muvofiqlashtiradilar. Ya'ni kim, qanday vazifani bajarishi kerakligini bilib oladi.	Talabalarda keltiriladigan o'quv axborotiga nisbatan kuchli motivatsiya shakllanadi, ular kichik guruhlarida ta'limiy faoliyatga tayyor bo'ladilar.
2-bosqich. 10 daqiqa. Kirish.	O'quv topshirig'ini aniq bayon qiladi. Turizmning me'yoriy dasturi va tashkiliy asoslari tavsifi mavzusidagi matnni o'qib, tahlil qiling. 2.Mavzu asosida o'z fikrlaringizni shakllantiring. 3.Quyidagi savollarga javob bering: 1. Sayrlarda o'lkashunoslik va qidiruv ishlari. Meteorologik kuzatishlar qoidalari xaqida ma'lumot beradi. 2. Topografik kuzatishlar. Giologik kuzatishlar, er tuzilishining o'rganish xaqida tushuncha beradi. 3 Gidrologik kuzatishlar. Botanik va zoologik kuzatishlar.Fenalogik kuzatishlar xaqida tushuncha beradi. 4. Temir yo'l, suv va xavo yo'llari. Daryo va dengiz yo'llari. Tabiatni muxofaza qilish xaqida tushuncha beradi. O'qituvchi guruh va uning har bir a'zosiga mustaqil o'rganish, fikrlash uchun yozma tarqatma	O'quv topshirig'ining mohiyatini tushunib oladilar, matn ustida tahliliy faoliyat ketma-ketligini aniq rejalashtiradilar. Matn mazmuni bilan mukammal tanishadilar. Mavzu xususida muayyan bilim va dunyoqarash tushunchalari shakllanadi. Matn bilan mustaqil va keyinchalik hamkorlikda ishlashga tayyor bo'ladilar. O'qituvchi tomonidan berilgan yo'naltiruvchi savollar mazmuni bilan tanishadilar, ayrim tushunmovchiliklarni o'qituvchidan so'rab, aniqlab oladilar.Muammoli savollar xususida fikrlaydilar.	Talabalarda ta'limiy faoliyatga nisbatan motivatsiya rivojlanadi, o'quv-bilish faoliyatini to'g'ri rejalashtiradilar. Ularda ta'limiy maqsadlar yo'lida hamkorlikda ishlash, izlanish ko'nikmalari tarkib topadi.O'qituvchilik kasbi, uning mas'uliyati, halq, millat oldida yosh avlodni tarbiyalashdek sharaflil vazifani vijdonan bajarish, chin insoniylik sifatleri bilan o'quvchilarga namuna bo'lish kabi tushunchalar asosida shaxsiy fikr, munosabat tarkib topadi, talabalar faollashadilar.

	material beradi. Matn tahlili uchun ketadigan vaqt hajmini belgilaydi, talabalarning barchasi faoliyatga jalb qilinganligini aniqlaydi va boshlash haqida e'lon qiladi.		
3-bosqich. Matn tahlili. 25 daqiqa.	Talabalar faoliyatini kuzatadi, barchasining ta'limiy faoliyatga jalb qilinganligiga e'tibor qaratadi, zarur xollarda to'g'ri yo'nalish berib boradi.	Ushbu bosqichda ular matnni tahlil qiladilar, unda keltirilgan fikrlar yuzasidan o'z munosabatlarini bildiradilar. Matn tahlili davomida o'qituvchi bergan savollarga javob topishga harakat qiladilar, o'z nuqtai-nazarlaridan kelib chiqqan holda pedagogik mas'uliyati, jamiyat oldidagi ijtimoiy burch, g'oyaviy-siyosiy onglilik, o'qituvchi ma'naviyati, pedagogik obro', kasbiy mahorat tushunchalari xususida fikrlaydilar. Fikrlarini aniq dalillarda asoslashga tayyorlanadilar, hayotiy misollarni keltiradilar.	Talabalarni muammoni o'rganish jarayonida faolligi oshadi, ularning mustaqil fikrlash qobiliyatlari rivojlanadi, dunyoqarashi kengayadi, hamkorlikda ishlashga o'rganadilar. Talabalarda kasbiy mahorat, mas'uliyat, burch tuyg'ulari, vijdoniylik, halollik, o'quvchi istiqboli oldida javobgarlik, ma'naviyatlik kabi tushunchalar asosida kasbiy e'tiqod tarkib topadi.
4-bosqich. Muhokama 20 daqiqa	O'qituvchi talabalarga tarqatilgan barcha materialning kay darajada o'zlashtirilganligini aniqlash maqsadida savollar bilan murojaat qiladi va javoblarni reyting ballari orkali baholaydi.	Talabalar o'qituvchi va boshqa guruh a'zolari tomonidan berilgan savollar xususida fikrlaydilar. O'z nuqtai-nazarlarini keng asoslab beradilar. Talabalar bir-birlarini tinglaydilar, matnda keltirilgan ayrim masalalar yuzasidan munozarada qatnashadilar.	Talabalarda matn ustida mustaqil ilmiy-tahliliy faoliyat yuritish ko'nikmalari rivojlanadi. Matnda keltirilgan ilmiy-amliy ma'lumotlar va ularning kasbiy jarayondagi tadbiqu muammolari bo'yicha aniq xulosalarga keladilar, pedagogik qobiliyat, mahorat, bilim, obro'ni shakllan tirish masalalari to'g'risida fikrlari shakllanadi. Mavzu bo'yicha bilim, ko'nikmalari mustahkamlanadi, kasbiy mahorat malakalari tarkib topadi, kasbiy

			o`zlikni anglash jarayonida mutahassislik tayyorgarligi amalga oshiriladi.
5-bosqich. Yakun. 10 daqiqa.	O`qituvchi talabalarning javoblarini baholaydi, mashg`ulotga yakun yasaydi, ularning faoliyati bo`yicha fikrlarini bildiradi, noaniqliklarni oydinlashtiradi.	Talabalar o`z faoliyatlarini tahlil qiladilar, mashg`ulotning tashkil qilinishi xususida fikrlarini bildiradilar, o`z-o`zini baholaydi.	Talabalar o`z imkoniyatlari, kasbiy tayyorgarliklari darajasini tahlil qiladilar. Ularda amaliy faoliyat malakalari rivojlanadi.
Mustaqil ta`lim uchun topshiriq 5 daqiqa	Sayrlarda o`lkashunoslik va qidiruv ishlari. Meteorologik kuzatishlar qoidalari xaqida ma`lumotlarni o`rganib kelish O`qituvchi manbalarni e`lon qiladi, talabalar e`tiborini mavzuning asosiy yo`nalishlariga qaratadi. O`qituvchi talabalar tomonidan berilgan savollarga javob beradi.	Sayrlarda o`lkashunoslik va qidiruv ishlari. Meteorologik kuzatishlar qoidalari xaqida ma`lumotlar yigib kelish va keyingi darsda so`zlab berish.	Talabalarning mavzu yuzasidan ijodiy va mantiqiy tizimli fikrlash qobiliyati, manbalar bilan mustaqil ishlash ko`nikma va malakalari rivojlanadi.

6-mavzu: Turizm elementlari bo'yicha ommoviy tadbirlar

6.1. Amaliy mashg'ulotning texnologik modeli

Mashg'ulot vaqti: Soat	Talabalar soni: 25
Mashg'ulot shakli	Amaliy Bumerang metodi
Mashg'ulotning rejasi	1. Turistlar gigienasiga rioya qilish va o'z-o'zini nazorat qilish. 2. Tabiatni sog'lomlashtiruvchi kuchlaridan (suv, havo, quyosh) foydalanish. 3. Turizm elementlari bo'yicha musobaqalarni uyushtirish va o'tkazish. 4. Turistik ko'nikmalarni mustahkamlaydigan o'yin musobaqalar. 5. Turistik estafetalar.
O'quv mashg'ulotining maqsadi	Talabalarda Jismoniy tarbiya tizimda turizmning mohiyati va o'rni, shaxsning shakllanishdagi ahamiyati, turizmning bilimlar tizimi, fanning asosiy mohiyati, Turistlar gigienasiga rioya qilish va o'z-o'zini nazorat qilishni Tabiatni sog'lomlashtiruvchi kuchlaridan (suv, havo, quyosh) foydalanish o'rganadilar. Turizm elementlari bo'yicha musobaqalarni uyushtirish va o'tkazishni. Turistik ko'nikmalarni mustahkamlaydigan o'yin musobaqalari xaqida ma'lumotga ega bo'ladilar. Turistik estafetalar ni tashkil qilishni o'rganadilar
Pedagogik vazifalar. 1. Turistlar gigienasiga rioya qilish va o'z-o'zini nazorat qilish. 2. Tabiatni sog'lomlashtiruvchi kuchlaridan (suv, havo, quyosh) foydalanish. 3. Turizm elementlari bo'yicha musobaqalarni uyushtirish va o'tkazish. 4. Turistik ko'nikmalarni mustahkamlaydigan o'yin musobaqalar. 5. Turistik estafetalar.	O'quv faoliyati natijalari: 1. Turistlar gigienasiga rioya qilish va o'z-o'zini nazorat qilishni o'rganadilar. 2. Tabiatni sog'lomlashtiruvchi kuchlaridan (suv, havo, quyosh) foydalanish o'rganadilar. 3. Turizm elementlari bo'yicha musobaqalarni uyushtirish va o'tkazishni o'rganadilar. 4. Turistik ko'nikmalarni mustahkamlaydigan o'yin musobaqalari xaqida ma'lumotga ega bo'ladilar. 5. Turistik estafetalar tashkil qilishni o'rganadilar.
Ta'lim berish usullari	Amaliy Bumerang metodi
Ta'lim berish shakli	Kichik guruhlarda ta'lim
Ta'lim berish vositalari	Kompyuter, ekran, proektor, slaydlar.
Ta'lim berish sharoiti	O'qitishning texnika vositalari bilan jihozlangan 204-o'quv xonasi.
Monitoring va baholash	Og'zaki so'rov. 86-100% -5 baho 71-85%- 4 baho 70-55%-3 baho

	<ul style="list-style-type: none"> • Talabanning faolligi, mavzu bo`yicha ilmiy-amaliy asoslangan xulosalarning keltirilganlik, tayanch tushunchalarning izohlanish darajasiga qarab 25% gacha • Mavzuning mantiqiy asosini ilmiy-nazariy kontseptsiyalar hamda amaliy faoliyat nuqtai-nazaridan yoritib berilganlik darajasiga qarab 25% gacha • Mavzu bo`yicha shaxsiy fikr va nuqtai-nazarlarning keltirilishi hamda ularning asoslanganlik darajasiga qarab 25% gacha • Mavzu bo`yicha ijodiy-konstruktiv faoliyat ko`nikma va malakalarining shakllanganlik darajasiga qarab 25% gacha <p>Mavzular taqdimoti quyidagi shakllarda amalga oshiriladi:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Doklad • Referat • Kompyuter prezentatsiyalari • Tadqiqot loyihalari
--	--

6.2. Amaliy mashg'ulotining texnologik kartasi

Ish bosqichlari va mazmuni	O'qituvchi faoliyati	Talabalar faoliyati	Kutilayotgan natijalar
1-bosqich. 10 daqiqa Tayyorlov.	O'qituvchi mavzuni e'lon qiladi. Mashg'ulotda qo'llaniladigan "Bumerang" texnologiyasining ta'limiy imkoniyatlari, bosqichlari, qoidalari, kutilayotgan natijalar haqida ma'lumot beradi. O'qituvchi talabalarni 4-6 kishidan iborat kichik guruhlariga birlashtiradi. Guruh ichida talabalar faoliyatini tashkil qiladi. Ya'ni lider, generatorlar, katalizatorlar, ekspert, bayonnoma yozib boruvchi belgilanadi va ularning vazifalari aniq taqsimlanadi. fikrlarni qayd qilib borishlari uchun vatmann qog'ozi, markerlarni tarqatadi.	Talabalar 4-6 kishidan iborat kichik guruhlariga birlashtiriladi, mashg'ulot mavzusini hamda bosqichlari, qoidalari, kutilayotgan natijalarni aniq tushunib oladilar. Kichik jamoa ichida faoliyatlarini muvofiqlashtiradilar. Ya'ni kim, qanday vazifani bajarishi kerakligini bilib oladi.	Talabalarda keltiriladigan o'quv axborotiga nisbatan kuchli motivatsiya shakllanadi, ular kichik guruhlarida ta'limiy faoliyatga tayyor bo'ladilar.
2-bosqich. 10 daqiqa. Kirish.	O'quv topshirig'ini aniq bayon qiladi. Turizmning me'yoriy dasturi va tashkiliy asoslari tavsifi mavzusidagi matnni o'qib, tahlil qiling. 2.Mavzu asosida o'z fikrlaringizni shakllantiring. 3.Quyidagi savollarga javob bering: 1.Turistlar gigienasiga rioya qilish va o'z-o'zini nazorat qilish. 2.Tabiatni sog'lomlashtiruvchi kuchlaridan (suv, havo, quyosh) foydalanish. 3. Turizm elementlari bo'yicha musobaqalarni uyushtirish va o'tkazish. 4. Turistik ko'nikmalarni mustahkamlaydigan o'yin musobaqalar. 5. Turistik estafetalar xaqidagagi ma'lumotlarni berish. O'qituvchi guruh va uning har bir a'zosiga mustaqil o'rganish, fikrlash uchun yozma tarqatma material beradi. Matn tahlili uchun ketadigan vaqt hajmini belgilaydi, talabalarning barchasi faoliyatga jalb	O'quv topshirig'ining mohiyatini tushunib oladilar, matn ustida tahliliy faoliyat ketma-ketligini aniq rejalashtiradilar. Matn mazmuni bilan mukammal tanishadilar. Mavzu xususida muayyan bilim va dunyoqarash tushunchalari shakllanadi. Matn bilan mustaqil va keyinchalik hamkorlikda ishlashga tayyor bo'ladilar. O'qituvchi tomonidan berilgan yo'naltiruvchi savollar mazmuni bilan tanishadilar, ayrim tushunmovchiliklarni o'qituvchidan so'rab, aniqlab oladilar.Muammoli savollar xususida fikrlaydilar. Mavzu xususida fikrlash davomida jadvalini to'ldiradilar .	Talabalarda ta'limiy faoliyatga nisbatan motivatsiya rivojlanadi, o'quv-bilish faoliyatini to'g'ri rejalashtiradilar. Ularda ta'limiy maqsadlar yo'lida hamkorlikda ishlash, izlanish ko'nikmalari tarkib topadi.O'qituvchilik kasbi, uning mas'uliyati, halq, millat oldida yosh avlodni tarbiyalashdek sharaflil vazifani vijdonan bajarish, chin insoniylik sifatleri bilan o'quvchilarga namuna bo'lish kabi tushunchalar asosida shaxsiy fikr, munosabat tarkib topadi, talabalar faollashadilar.

	qilinganligini aniqlaydi va boshlash haqida e'lon qiladi.		
3-bosqich. Matn tahlili. 25 daqiqa.	Talabalar faoliyatini kuzatadi, barchasining ta'limiy faoliyatga jalb qilinganligiga e'tibor qaratadi, zarur xollarda to'g'ri yo'nalish berib boradi.	Ushbu bosqichda ular matnni tahlil qiladilar, unda keltirilgan fikrlar yuzasidan o'z munosabatlarini bildiradilar. Matn tahlili davomida o'qituvchi bergan savollarga javob topishga harakat qiladilar, o'z nuqtai-nazarlaridan kelib chiqqan holda pedagoglik mas'uliyati, jamiyat oldidagi ijtimoiy burch, g'oyaviy-siyosiy onglik, o'qituvchi ma'naviyati, pedagogik obro', kasbiy mahorat tushunchalari xususida fikrlaydilar. Fikrlarini aniq dalillarda asoslashga tayyorlanadilar, hayotiy misollarni keltiradilar.	Talabalarni muammoni o'rganish jarayonida faolligi oshadi, ularning mustaqil fikrlash qobiliyatlari rivojlanadi, dunyoqarashi kengayadi, hamkorlikda ishlashga o'rganadilar. Talabalarda kasbiy mahorat, mas'uliyat, burch tuyg'ulari, vijdoniylik, halollik, o'quvchi istiqboli oldida javobgarlik, ma'naviyatlilik, madaniyatlilik kabi tushunchalar asosida kasbiy e'tiqod tarkib topadi.
4-bosqich. Muhokama 20 daqiqa	O'qituvchi talabalarga tarqatilgan barcha materialning kay darajada o'zlashtirilganligini aniqlash maqsadida savollar bilan murojaat qiladi va javoblarni reyting ballari orkali baholaydi.	Talabalar o'qituvchi va boshqa guruh a'zolari tomonidan berilgan savollar xususida fikrlaydilar. O'z nuqtai-nazarlarini keng asoslab beradilar. Talabalar bir-birlarini tinglaydilar, matnda keltirilgan ayrim masalalar yuzasidan munozarada qatnashadilar.	Talabalarda matn ustida mustaqil ilmiy-tahliliy faoliyat yuritish ko'nikmalari rivojlanadi. Matnda keltirilgan ilmiy-amliy ma'lumotlar va ularning kasbiy jarayondagi tadbiqu muammolari bo'yicha aniq xulosalarga keladilar, pedagogik qobiliyat, mahorat, bilim, obro'ni shakllan tirish masalalari to'g'risida fikrlari shakllanadi. Mavzu bo'yicha bilim, ko'nikmalari mustahkamlanadi,

			kasbiy mahorat malakalari tarkib topadi, kasbiy o`zlikni anglash jarayonida mutahassislik tayyorgarligi amalga oshiriladi.
5-bosqich. Yakun. 10 daqiqa.	O`qituvchi talabalarning javoblarini baholaydi, mashg`ulotga yakun yasaydi, ularning faoliyati bo`yicha fikrlarini bildiradi, noaniqliklarni oydinlashtiradi.	Talabalar o`z faoliyatlarini tahlil qiladilar, mashg`ulotning tashkil qilinishi xususida fikrlarini bildiradilar, o`z-o`zini baholaydi.	Talabalar o`z imkoniyat lari, kasbiy tayyorgarliklari darajasini tahlil qiladilar. Ularda amaliy faoliyat malakalari rivojlanadi.
Mustaqil ta`lim uchun topshiriq 5 daqiqa	“Alpomish” va “Barchinoy” maxsus testalari me`yoriy dasturini ahamiyati xaqidagagi ma`lumotlarni o`rganib kelish O`qituvchi manbalarni e`lon qiladi, talabalar e`tiborini mavzuning asosiy yo`nalishlariga qaratadi. O`qituvchi talabalar tomonidan berilgan savollarga javob beradi.	“Alpomish” va “Barchinoy” maxsus testalari me`yoriy dasturini ahamiyati xaqidagagi ma`lumotlarni o`rganib test me`yorlarini yozib keladilar	Talabalarning mavzu yuzasidan ijodiy va mantiqiy tizimli fikrlash qobiliyati, manbalar bilan mustaqil ishlash ko`nikma va malakalari rivojlanadi.

	1.Piyoda yurish turizmi.
Mashg'ulot vaqti: Soat	Talabalar soni: 30
Mashg'ulot shakli	Amaliy "Kichik gurixlarda xamkorlikda ta'lim" metodi
	2.Turistik sayohatlarning taxminiy rejasini: 3.Sayohatlarni tashkil qilishning forma va metodlari. 4.Yo`lda yurish qoidalari. 5. Tunash uchun joy tayyorlash
O`quv mashg'ulotining maqsadi	Talabalarda Jismoniy tarbiya tizimda turizmning mohiyati va o`rni, shaxsning shakllanishdagi ahamiyati, turizmning insonso`ligidagi ahamiyati, fanning asosiy mohiyati, piyoda yurish sayoxatini tashkil qilish va o`tkazish, yo`lda yurish qoidalari ahamiyati xaqidagi bilimlarga ega boladilar. Turistik sayohatlarning taxminiy rejasini tuzishni o`rganadilar. Tunash uchun joy tayyorlash usullarini o`rganadilar. Piyoda yurish turizm tashkil qilinishi to`g`risidagi ma`lumotlarga ega bo`lish.
Pedagogik vazifalar. 1.Piyoda yurish turizmi xaqida ma`lumot berish. 2.Turistik sayohatlarning taxminiy rejasini tuzishni o`rgatish. 3.Sayohatlarni tashkil qilishning forma va metodlari xaqida ma`lumot berish. 4.Yo`lda yurish qoidalarini o`rgatish . 5. Tunash uchun joy tayyorlash usullarini o`rgatish	O`quv faoliyati natijalari: 1.Piyoda yurish turizmi xaqida ma`lumotga ega bo`ladilar. 2.Turistik sayohatlarning taxminiy rejasini tuzishni o`rganadilar. 3.Sayohatlarni tashkil qilishning forma va metodlari xaqida ma`lumotga ega boladilar. 4.Yo`lda yurish qoidalarini o`rganadilar. 5. Tunash uchun joy tayyorlash usullari xaqida ma`lumotga ega boladilar
O`qitish uslubi va texnikasi	ma`ruza tarqatiladi, bayon qilish, "kichik guruxlarda muxakama qilish" texnokogiyasi
O`qitish vositalari	Ma`ruzalar matni, proektor, tarqatma materiallar.test va krossvort savollar
O`qitish shakli	Jamoa, guruh va yakka ishlash.
O`qitish shart-sharoiti	Proektor, kompyuter bilan jihozlangan auditoriya
Monitoring va baholash	Og`zaki so`rov. 86-100% -5 baho 71-85%- 4 baho 70-55%-3 baho • Talabaniing faolliigi, mavzu bo`yicha ilmiy-amaliy asoslangan xulosalarning keltirilganlik, tayanch

	<p>tushunchalarning izohlanish darajasiga qarab 25% gacha</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mavzuning mantiqiy asosini ilmiy-nazariy kontsepsiyalar hamda amaliy faoliyat nuqtai-nazaridan yoritib berilganlik darajasiga qarab 25% gacha • Mavzu bo`yicha shaxsiy fikr va nuqtai-nazarlarning keltirilishi hamda ularning asoslanganlik darajasiga qarab 25% gacha • Mavzu bo`yicha ijodiy-konstruktiv faoliyat ko`nikma va malakalarining shakllanganlik darajasiga qarab 25% gacha <p>Mavzular taqdimoti quyidagi shakllarda amalga oshiriladi:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Doklad • Referat • Kompyuter prezentatsiyalari • Tadqiqot loyihalari
--	--

7.2. Amaliy mashg'ulotining texnologik kartasi

Ish bosqichlari va mazmuni	O`qituvchi faoliyati	Talabalar faoliyati	Kutilayotgan natijalar
1- bosqich. 10 daqiqa Tayyorlov.	O`qituvchi mavzuni e`lon qiladi. Mashg`ulotda qo`llaniladigan "Kichik guruxlarda xamkorlikda ta`lim" texnologiyasining ta`limiy imkoniyatlari, bosqichlari, qoidalari, kutilayotgan natijalar haqida ma`lumot beradi. O`qituvchi talabalarni 4-6 kishidan iborat kichik guruhlarga birlashtiradi. Guruh ichida talabalar faoliyatini tashkil qiladi. Ya`ni lider, generatorlar, katalizatorlar, ekspert, bayonnoma yozib boruvchi belgilanadi va ularning vazifalari aniq taqsimlanadi. fikrlarni qayd qilib borishlari uchun vatmann qog`ozi,markerlarni tarqatadi.	Talabalar 4-6 kishidan iborat kichik guruhlarga birlashadilar, mashg`ulot mavzusini hamda bosqichlari, qoidalari, kutilayotgan natijalarni aniq tushunib oladilar. Kichik jamoa ichida faoliyatlarini muvofiqlashtiradilar. Ya`ni kim, qanday vazifani bajarishi kerakligini bilib oladi.	Talabalarda keltiriladigan o`quv axborotiga nisbatan kuchli motivatsiya shakllanadi, ular kichik guruhlarda ta`limiy faoliyatga tayyor bo`ladilar.
2- bosqich. 10 daqiqa. Kirish.	O`quv topshirig`ini aniq bayon qiladi. Turizmda piyoda yurish sayoxatlarini tashkil qilish va o`tkazish mavzusidagi matnni o`qib, tahlil qiling. 2.Mavzu asosida o`z fikrlaringizni shakllantiring. 3.Quyidagi savollarga javob bering: 1.Piyoda yurish turizmi haqida ma`lumot bering. 2.Turistik sayohatlarning taxminiy rejasini tuzib bering. 3.Sayohatlarni tashkil qilishning forma va metodlari haqida ma`lumot bering. 4.Yo`lda yurish qoidalari haqida ma`lumot bering. 5. Tunash uchun joy tayyorlash usullari haqida ma`lumotga beradi. O`qituvchi guruh va uning har bir a`zosiga mustaqil o`rganish, fikrlash uchun yozma tarqatma material beradi. Matn tahlili uchun ketadigan vaqt hajmini belgilaydi, talabalarning barchasi faoliyatga jalb qilinganligini aniqlaydi va	O`quv topshirig`ining mohiyatini tushunib oladilar, matn ustida tahliliy faoliyat ketma-ketligini aniq rejalashtiradilar. Matn mazmuni bilan mukammal tanishadilar. Mavzu xususida muayyan bilim va dunyoqarash tushunchalari shakllanadi. Matn bilan mustaqil va keyinchalik hamkorlikda ishlashga tayyor bo`ladilar. O`qituvchi tomonidan berilgan yo`naltiruvchi savollar mazmuni bilan tanishadilar, ayrim tushunmovchiliklarni o`qituvchidan so`rab, aniqlab oladilar.Muammoli savollar xususida fikrlaydilar. Mavzu xususida fikrlash davomida suxbatlashadilar	Talabalarda ta`limiy faoliyatga nisbatan motivatsiya rivojlanadi, o`quv-bilish faoliyatini to`g`ri rejalashtiradilar. Ularda ta`limiy maqsadlar yo`lida hamkorlikda ishlash, izlanish ko`nikmalari tarkib topadi. Berilgan topshiriqni to`g`ri va aniq tushuntirib berishga xamkorlikda ishlash shakllanadi. Piyoda yurish sayyoxatlarini tashkil qilishda nimalarga e`tibor berish kerakligi shakllanadi va umumiy tushunchalar asosida shaxsiy fikr, munosabat tarkib topadi, talabalar faollashadilar.

	boshlash haqida e'lon qiladi.		
3- bosqich. Matn tahlili. 25 daqiqa.	Talabalar faoliyatini kuzatadi, barchasining ta'limiy faoliyatga jalb qilinganligiga e'tibor qaratadi, zarur xollarda to'g'ri yo'nalish berib boradi.	Ushbu bosqichda ular matnni tahlil qiladilar, unda keltirilgan fikrlar yuzasidan o'z munosabatlarini bildiradilar. Matn tahlili davomida o'qituvchi bergan savollarga javob topishga harakat qiladilar, o'z nuqtai-nazarlaridan kelib chiqqan holda pedagoglik mas'uliyati, jamiyat oldidagi ijtimoiy burch, g'oyaviy-siyosiy onglik, o'qituvchi ma'naviyati, pedagogik obro', kasbiy mahorat tushunchalari xususida fikrlaydilar. Fikrlarini aniq dalillarda asoslashga tayyorlanadilar, hayotiy misollarni keltiradilar.	Talabalarni muammoni o'rganish jarayonida faolligi oshadi, ularning mustaqil fikrlash qobiliyatlari rivojlanadi, dunyoqarashi kengayadi, hamkorlikda ishlashga o'rganadilar. Turizm faning jismoniy tarbiya bilan bobog'likligini asoslashga erishadilar Sayrlarda nimalarga ko'proq e'tibor berish kerakligini bilib oladilar Talabalarda kasbiy mahorat, mas'uliyat, burch tuyg'ulari, vijdoniylik, halollik, o'quvchi istiqboli oldida javobgarlik, ma'naviyatlilik, madaniyatlilik kabi tushunchalar asosida kasbiy e'tiqod tarkib topadi.
4- bosqich. Muhokama 20 daqiqa	O'qituvchi talabalarga tarqatilgan barcha materialning kay darajada o'zlashtirilganligini aniqlash maqsadida savollar bilan murojaat qiladi va javoblarni reyting ballari orkali baholaydi.	Talabalar o'qituvchi va boshqa guruh a'zolari tomonidan berilgan savollar xususida fikrlaydilar. O'z nuqtai-nazarlarini keng asoslab beradilar. Talabalar bir-birlarini tinglaydilar, matnda keltirilgan ayrim masalalar yuzasidan munozarada qatnashadilar.	Talabalarda matn ustida mustaqil ilmiy-tahliliy faoliyat yuritish ko'nikmalari rivojlanadi. Matnda keltirilgan ilmiy-amliy ma'lumotlar va ularning kasbiy jarayondagi tadbiqu muammolari bo'yicha aniq xulosalarga keladilar, Mavzu bo'yicha bilim, ko'nikmalari mustahkamlanadi, kasbiy mahorat malakalari tarkib

			topadi, kasbiy o`zlikni anglash jarayonida mutahassislik tayyorgarligi amalga oshiriladi.
5-bosqich. Yakun. 10 daqiqa.	O`qituvchi talabalarning javoblarini baholaydi, mashg`ulotga yakun yasaydi, ularning faoliyati bo`yicha fikrlarini bildiradi, noaniqliklarni oydinlashtiradi.	Talabalar o`z faoliyatlarini tahlil qiladilar, mashg`ulotning tashkil qilinishi xususida fikrlarini bildiradilar, o`z-o`zini baholaydi.	Talabalar o`z imkoniyat lari, kasbiy tayyorgarliklari darajasini tahlil qiladilar. Ularda amaliy faoliyat malakalari rivojlanadi.
Mustaqil ta`lim uchun topshiriq 5 daqiqa	Turizm turlarining klassifikatsiyasini o`rganib kelish O`qituvchi manbalarni e`lon qiladi, talabalar e`tiborini mavzuning asosiy yo`nalishlariga qaratadi. O`qituvchi talabalar tomonidan berilgan savollarga javob beradi.	Turizm turlarining klassifikatsiyasini yozma shaklda ma`lumotlarni o`rganib keladilar	Talabalarning mavzu yuzasidan ijodiy va mantiqiy tizimli fikrlash qobiliyati, manbalar bilan mustaqil ishlash ko`nikma va malakalari rivojlanadi.

8-mavzu. Turistik sayrlarni tashkil qilish va uni yakunlashda o`qituvchining roli.

8.1. Amaliy mashg'ulotning texnologik modeli

Mashg'ulot vaqti: Soat	Talabalar soni: 75
Mashg'ulot shakli	Amaliy "FSMU" metodi
Mashg'ulotning rejasi	<ol style="list-style-type: none"> 1.Sayohatda rahbarlik kilishda talab va vazifalar 2.Rahbar majburiyatlari 3.Sayohat marshrutlari, ijtimoiy - foydali ishlar 4.Sayohatda o`quvchining vazifalari.
O`quv mashg'ulotining maqsadi	<p>Talabalarda Jismoniy tarbiya tizimda turizmning moxiyati va o`rni, shaxsning shakllanishdagi ahamiyati, turizmning bilimlar tizimi, fanning asosiy moxiyati, 1.Sayohatda rahbarlik kilishda talab va vazifalar xaqida ma'lumotga ega bo'ladilar.</p> <p>2.Rahbar majburiyatlari xaqida ma'lumotga ega bo'ladilar.</p> <p>3.Sayohat marshrutlari, ijtimoiy - foydali ishlar xaqida ma'lumotga ega bo'ladilar.</p> <p>4.Sayohatda o`quvchining vazifalari xaqida ma'lumotga ega bo'ladilar.</p> <p>Piyoda yurish turizm tashkil qilinishi to'g'risidagi ma'lumotlarga ega bo'lish.</p>
<p>Pedagogik vazifalar.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.Sayohatda rahbarlik kilishda talab va vazifalar xaqida ma'lumot beradi. 2.Rahbar majburiyatlari xaqida ma'lumot beradi 3.Sayohat marshrutlari, ijtimoiy - foydali ishlar xaqida ma'lumot beradi 4.Sayohatda o`quvchining vazifalari xaqida ma'lumot beradi. 	<p>O`quv faoliyati natijalari:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.Sayohatda rahbarlik kilishda talab va vazifalar xaqida ma'lumotga ega bo'ladilar. 2.Rahbar majburiyatlari xaqida ma'lumotga ega bo'ladilar. 3.Sayohat marshrutlari, ijtimoiy - foydali ishlar xaqida ma'lumotga ega bo'ladilar. 4.Sayohatda o`quvchining vazifalari xaqida ma'lumotga ega bo'ladilar.
O`qitish uslubi va texnikasi	FSMU metodi
O`qitish vositalari	Ma'ruzalar matni, proektor, tarqatma materiallar.
O`qitish shakli	Jamoa, guruh va juftlikda ishlash.
O`qitish shart-sharoiti	Proektor, kompyuter bilan jihozlangan auditoriya
Monitoring va baholash	<p>Og'zaki so`rov.</p> <p>86-100% -5 baho</p> <p>71-85%- 4 baho</p> <p>70-55%-3 baho</p> <ul style="list-style-type: none"> • Talabaniing faolliigi, mavzu bo'yicha ilmiy-amaliy asoslangan xulosalarning keltirilganlik, tayanch tushunchalarning izohlanish darajasiga qarab 25% gacha

	<ul style="list-style-type: none"> • Mavzuning mantiqiy asosini ilmiy-nazariy kontseptsiyalar hamda amaliy faoliyat nuqtai-nazaridan yoritib berilganlik darajasiga qarab 25% gacha • Mavzu bo`yicha shaxsiy fikr va nuqtai-nazarlarning keltirilishi hamda ularning asoslanganlik darajasiga qarab 25% gacha • Mavzu bo`yicha ijodiy-konstruktiv faoliyat ko`nikma va malakalarining shakllanganlik darajasiga qarab 25% gacha <p>Mavzular taqdimoti quyidagi shakllarda amalga oshiriladi:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Doklad • Referat • Kompyuter prezentatsiyalari • Tadqiqot loyihalari
--	---

8.2. Amaliy mashg`ulotining texnologik kartasi

Ish bosqichlari va mazmuni	O`qituvchi faoliyati	Talabalar faoliyati	Kutilayotgan natijalar
1-bosqich. 10 daqiqa Tayyorlov.	O`qituvchi mavzuni e`lon qiladi. Mashg`ulotda qo`llaniladigan "FSMU" texnologiyasining ta`limiy imkoniyatlari, bosqichlari, qoidalari, kutilayotgan natijalar haqida ma`lumot beradi. O`qituvchi talabalarni 4-6 kishidan iborat kichik guruhlariga birlashtiradi. Guruh ichida talabalar faoliyatini tashkil qiladi. Ya`ni lider, generatorlar, katalizatorlar, ekspert, bayonnoma yozib boruvchi belgilanadi va ularning vazifalari aniq taqsimlanadi. fikrlarni qayd qilib borishlari uchun vatmann qog`ozi, markerlarni tarqatadi.	Talabalar 4-6 kishidan iborat kichik guruhlariga birlashadilar, mashg`ulot mavzusini hamda bosqichlari, qoidalari, kutilayotgan natijalarni aniq tushunib oladilar. Kichik jamoa ichida faoliyatlarini muvofiqlashtiradilar. Ya`ni <i>kim, qanday</i> vazifani bajarishi kerakligini bilib oladi.	Talabalarda keltiriladigan o`quv axborotiga nisbatan kuchli motivatsiya shakllanadi, ular kichik guruhlarda ta`limiy faoliyatga tayyor bo`ladilar.
2-bosqich. 10 daqiqa. Kirish.	O`quv topshirig`ini aniq bayon qiladi. Turizmning me`yoriy dasturi va tashkiliy asoslari tavsifi mavzusidagi matnni o`qib, tahlil qiling. 2.Mavzu asosida o`z fikrlaringizni	O`quv topshirig`ining mohiyatini tushunib oladilar, matn ustida tahliliy faoliyat ketma-ketligini aniq rejalashtiradilar. Matn mazmuni bilan mukammal	Talabalarda ta`limiy faoliyatga nisbatan motivatsiya rivojlanadi, o`quv-bilish faoliyatini to`g`ri rejalashtira

	<p>shakllantiring.</p> <p>3.Quyidagi savollarga javob bering:</p> <p>1.Sayohatda rahbarlik kilishda talab va vazifalar xaqida ma'lumot beradi .</p> <p>2.Rahbar majburiyatlari xaqida ma'lumot beradi.</p> <p>3.Sayohat marshrutlari, ijtimoiy - foydali ishlar xaqida ma'lumot beradi .</p> <p>4.Sayohatda o'quvchining vazifalari xaqida ma'lumot beradi.</p> <p>O'qituvchi guruh va uning har bir a'zosiga mustaqil o'rganish, fikrlash uchun yozma tarqatma material beradi.</p> <p>Matn tahlili uchun ketadigan vaqt hajmini belgilaydi, talabalarning barchasi faoliyatga jalb qilinganligini aniqlaydi va boshlash haqida e'lon qiladi.</p>	<p>tanishadilar. Mavzu xususida muayyan bilim va dunyoqarash tushunchalari shakllanadi. Matn bilan mustaqil va keyinchalik hamkorlikda ishlashga tayyor bo'ladilar.</p> <p>O'qituvchi tomonidan berilgan yo'naltiruvchi savollar mazmuni bilan tanishadilar, ayrim tushunmovchiliklarni o'qituvchidan so'rab, aniqlab oladilar.Muammoli savollar xususida fikrlaydilar. Mavzu xususida fikrlash davomida jadvalini to'ldiradilar .</p>	<p>dilar. Ularda ta'limiy maqsadlar yo'lida hamkorlikda ishlash, izlanish ko'nikmalari tarkib topadi.O'qi tuvchilik kasbi, uning mas'uliyati, halq, millat oldida yosh avlodni tarbiyalashdek sharaffli vazifani vijdonan bajarish, chin insoniylik sifatleri bilan o'quvchilarga namuna bo'lish kabi tushunchalar asosida shaxsiy fikr, munosabat tarkib topadi, talabalar faollasha dilar.</p>
<p>3- bosqich. Matn tahlili. 25 daqiqa.</p>	<p>Talabalar faoliyatini kuzatadi, barchasining ta'limiy faoliyatga jalb qilinganligiga e'tibor qaratadi, zarur xollarda to'g'ri yo'nalish berib boradi.</p>	<p>Ushbu bosqichda ular matnni tahlil qiladilar, unda keltirilgan fikrlar yuzasidan o'z munosabatlarini bildiradilar. Matn tahlili davomida o'qituvchi bergan savollarga javob topishga harakat qiladilar, o'z nuqtai-nazarlaridan kelib chiqqan holda pedagoglik mas'uliyati, jamiyat oldidagi ijtimoiy burch, g'oyaviy-siyosiy onglilik, o'qituvchi ma'naviyati, pedagogik obro', kasbiy mahorat tushunchalari xususida fikrlaydilar. Fikrlarini aniq dalillarda asoslashga tayyorlanadilar, hayotiy misollarni keltiradilar.</p>	<p>Talabalarni muammoni o'rganish jarayonida faolligi oshadi, ularning mustaqil fikrlash qobiliyatlari rivojlanadi, dunyoqarashi kengayadi, hamkorlikda ishlashga o'rganadilar. Talabalarda kasbiy mahorat, mas'uliyat, burch tuyg'ulari, vijdoniylik, halollik, o'quvchi istiqboli oldida javobgarlik, ma'naviyat lilik, madaniyatlik kabi tushunchalar asosida kasbiy e'tiqod tarkib topadi.</p>
<p>4- bosqich. Muho kama 20 daqiqa</p>	<p>O'qituvchi talabalarga tarqatilgan barcha materialning kay darajada o'zlashtirilganligini aniqlash maqsadida savollar bilan murojaat qiladi va javoblarni reyting ballari orkali baholaydi.</p>	<p>Talabalar o'qituvchi va boshqa guruh a'zolari tomonidan berilgan savollar xususida fikrlaydilar. O'z nuqtai-nazarlarini keng asoslab beradilar. Talabalar bir-birlarini tinglaydilar, matnda keltirilgan</p>	<p>Talabalarda matn ustida mustaqil ilmiy-tahliliy faoliyat yuritish ko'nikmalari rivojlanadi. Matnda keltirilgan ilmiy-amliy ma'lumotlar va ularning kasbiy</p>

		ayrim masalalar yuzasidan munozarada qatnashadilar.	jarayondagi tadbiri muammolari bo'yicha aniq xulosalarga keladilar, pedagogik qobiliyat, mahorat, bilim, obro'ni shakllan tirish masalalari to'g'risida fikrlari shakllanadi. Mavzu bo'yicha bilim, ko'nikmalari mustahkamlanadi,
5- bosqich. Yakun . 10 daqiqa.	O'qituvchi talabalarning javoblarini baholaydi, mashg'ulotga yakun yasaydi, ularning faoliyati bo'yicha fikrlarini bildiradi, noaniqliklarni oydinlashtiradi.	Talabalar o'z faoliyatlarini tahlil qiladilar, mashg'ulotning tashkil qilinishi xususida fikrlarini bildiradilar, o'z-o'zini baholaydi.	Talabalar o'z imkoniyat lari, kasbiy tayyorgarliklari darajasini tahlil qiladilar. Ularda amaliy faoliyat malakalari rivojlanadi.
Mustaqil ta'lim uchun topshiriq 5 daqiqa	Bolalar va jamoa turizmini tashkil qilish tadbirlari xaqida o'rganib kelish O'qituvchi manbalarni e'lon qiladi, talabalar e'tiborini mavzuning asosiy yo'nalishlariga qaratadi. O'qituvchi talabalar tomonidan berilgan savollarga javob beradi.	Bolalar va jamoa turizmini tashkil qilish tadbirlari xaqida o'rganib keladilar.	Talabalarning mavzu yuzasidan ijodiy va mantiqiy tizimli fikrlash qobiliyati, manbalar bilan mustaqil ishlash ko'nikma va malakalari rivojlanadi.

9.1. Amaliy mashg'ulotning texnologik modeli

	1.O'quvchi - yoshlar jamoalarida turizmni tashkil qilish, turistik to'garaklar va sektsiya ishlari.
Mashg'ulot vaqti: Soat	Talabalar soni: 75
Mashg'ulot shakli	Amaliy "munozara baxs" metodi
	2. Yozgi sog'lomlashtirish lagerlarida turistik sayoxatlar tashkil qilish.
	3. Turizm ishlarining dastur va rejalari.
	4.Jismoniy tarbiya jamolaridagi turizm to'garak ishlarining dasturi.
	5. Jismoniy tarbiya jamoalaridagi turizm sektsiyalarining ish rejasi.
O'quv mashg'ulotining maqsadi	<p>Talabalarda Jismoniy tarbiya tizimda turizmning mohiyati va o'rni, shaxsning shakllanishdagi ahamiyati, turizmning bilimlar tizimi, fanning asosiy mohiyati, Texnika tushunchasi: piyoda yurish sayoxatini tashkirl qilish va o'tkazish, yo`lda yurish qoidalari ahamiyati xaqidagi bilimlarga ega boladilar.</p> <p>O'quvchi - yoshlar jamoalarida turizmni tashkil qilish, turistik to'garaklar va sektsiya ishlari xaqida bilimlar berish.</p> <p>Yozgi sog'lomlashtirish lagerlarida turistik sayoxatlar tashkil qilishni o'rgatish.</p> <p>Turizm ishlarining dastur va rejalari tuzishni o'rgatish.</p> <p>Jismoniy tarbiya jamolaridagi turizm to'garak ishlarining dasturini o'rgatish.</p> <p>Jismoniy tarbiya jamoalaridagi turizm sektsiyalarining ish rejasini tuzishni o'rgatish.</p>
<p>Pedagogik vazifalar.</p> <p>1.O'quvchi - yoshlar jamoalarida turizmni tashkil qilish, turistik to'garaklar va sektsiya ishlari xaqida ma'lumot berish.</p> <p>2. Yozgi sog'lomlashtirish lagerlarida turistik sayoxatlar tashkil qilish xaqida ma'lumot berish.</p> <p>3. Turizm ishlarining dastur va rejalari xaqida ma'lumot berish.</p> <p>4.Jismoniy tarbiya jamolaridagi turizm to'garak ishlarining dasturi xaqida ma'lumot berish.</p> <p>5. Jismoniy tarbiya jamoalaridagi turizm sektsiyalarining ish rejasi xaqida ma'lumot berish.</p>	<p>O'quv faoliyati natijalari:</p> <p>1.O'quvchi - yoshlar jamoalarida turizmni tashkil qilish, turistik to'garaklar va sektsiya ishlari xaqida ma'lumotga ega boladilar.</p> <p>2. Yozgi sog'lomlashtirish lagerlarida turistik sayoxatlar tashkil qilish xaqida ma'lumotga ega boladilar.</p> <p>3. Turizm ishlarining dastur va rejalari xaqida ma'lumotga ega boladilar.</p> <p>4.Jismoniy tarbiya jamolaridagi turizm to'garak ishlarining dasturi xaqida ma'lumotga ega boladilar.</p> <p>5. Jismoniy tarbiya jamoalaridagi turizm sektsiyalarining ish rejasi xaqida ma'lumotga ega boladilar.</p>

O`qitish uslubi va texnikasi	Amaliy “munozara baxs” metodi
O`qitish vositalari	Ma`ruzalar matni, proektor, tarqatma materiallar.
O`qitish shakli	Jamoa, guruh va juftlikda ishlash.
O`qitish shart-sharoiti	Proektor, kompyuter bilan jihozlangan auditoriya
Monitoring va baholash	<p>Og`zaki so`rov. 86-100% -5 baho 71-85%- 4 baho 70-55%-3 baho</p> <ul style="list-style-type: none"> • Talabanning faolligi, mavzu bo`yicha ilmiy-amaliy asoslangan xulosalarning keltirilganlik, tayanch tushunchalarning izohlanish darajasiga qarab 25% gacha • Mavzuning mantiqiy asosini ilmiy-nazariy kontseptsiyalar hamda amaliy faoliyat nuqtai-nazaridan yoritib berilganlik darajasiga qarab 25% gacha • Mavzu bo`yicha shaxsiy fikr va nuqtai-nazarlarning keltirilishi hamda ularning asoslanganlik darajasiga qarab 25% gacha • Mavzu bo`yicha ijodiy-konstruktiv faoliyat ko`nikma va malakalarining shakllanganlik darajasiga qarab 25% gacha <p>Mavzular taqdimoti quyidagi shakllarda amalga oshiriladi:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Doklad • Referat • Kompyuter prezentatsiyalari • Tadqiqot loyihalari

9.2. Amaliy mashg`ulotining texnologik kartasi

Ish bosqichlari va mazmuni	O`qituvchi faoliyati	Talabalar faoliyati	Kutilayotgan natijalar
1-bosqich. 10 daqiqa Tayyorlov.	O`qituvchi mavzuni e`lon qiladi. Mashg`ulotda qo`llaniladigan “munozara baxs” texnologiyasining ta`limiy imkoniyatlari, bosqichlari, qoidalari, kutilayotgan natijalar haqida ma`lumot beradi. O`qituvchi talabalarni 4-6 kishidan iborat kichik guruhlariga birlashtiradi. Guruh ichida talabalar faoliyatini tashkil qiladi. Ya`ni lider, generatorlar, katalizatorlar, ekspert, bayonnoma yozib boruvchi belgilanadi va ularning vazifalari aniq taqsimlanadi. fikrlarni qayd qilib borishlari uchun vatmann qog`ozi,markerlarni tarqatadi.	Talabalar 4-6 kishidan iborat kichik guruhlariga birlashtiriladi, mashg`ulot mavzusini hamda bosqichlari, qoidalari, kutilayotgan natijalarni aniq tushunib oladilar. Kichik jamoa ichida faoliyatlarini muvofiqlashtiradilar. Ya`ni kim, qanday vazifani bajarishi kerakligini bilib oladi.	Talabalarda keltiriladi gan o`quv axborotiga nisbatan kuchli motivatsiya shakllanadi, ular kichik guruhlarda ta`limiy faoliyatga tayyor bo`ladilar.
2-bosqich. 10 daqiqa. Kirish.	O`quv topshirig`ini aniq bayon qiladi. Turizmning me`yoriy dasturi va tashkiliy asoslari tavsifi mavzusidagi matnni o`qib, tahlil qiling. 2.Mavzu asosida o`z fikrlaringizni shakllantiring. 3.Quyidagi savollarga javob bering: O`quvchi - yoshlar jamoalarida turizmni tashkil qilish, turistik to`garaklar va sektsiya ishlari xaqida bilimlar berish. Yozgi sog`lomlashtirish lagerlarida turistik sayoxatlar tashkil qilishni o`rgatish. Turizm ishlarining dastur va rejalarini tuzishni o`rgatish. Jismoniy tarbiya jamolaridagi turizm to`garak ishlarining dasturini o`rgatish. Jismoniy tarbiya jamoalaridagi turizm sektsiyalarining ish rejasini tuzishni o`rgatish. xaqidagagi ma`lumotlarni berish. O`qituvchi guruh va uning har bir a`zosiga mustaqil o`rganish, fikrlash uchun yozma tarqatma material beradi.	O`quv topshirig`ining mohiyatini tushunib oladilar, matn ustida tahliliy faoliyat ketma-ketligini aniq rejalashtiradilar. Matn mazmuni bilan mukammal tanishadilar. Mavzu xususida muayyan bilim va dunyoqarash tushunchalari shakllanadi. Matn bilan mustaqil va keyinchalik hamkorlikda ishlashga tayyor bo`ladilar. O`qituvchi tomonidan berilgan yo`naltiruvchi savollar mazmuni bilan tanishadilar, ayrim tushunmovchiliklarni o`qituvchidan so`rab, aniqlab oladilar.Muammoli savollar xususida fikrlaydilar. Mavzu xususida fikrlash davomida “nima uchun” jadvalini to`ldiradilar .	Talabalarda ta`limiy faoliyatga nisbatan motivatsiya rivojlanadi, o`quv-bilish faoliyatini to`g`ri rejalashtiradilar. Ularda ta`limiy maqsadlar yo`lida hamkorlikda ishlash, izlanish ko`nikmalari tarkib topadi.O`qituvchilik kasbi, uning mas`uliyati, halq, millat oldida yosh avlodni tarbiyalashdek sharaflil vazifani vijdonan bajarish, chin insoniylik sifatleri bilan o`quvchilarga namuna bo`lish kabi tushunchalar asosida shaxsiy fikr, munosabat tarkib topadi, talabalar faollasha dilar.

	Matn tahlili uchun ketadigan vaqt hajmini belgilaydi, talabalarning barchasi faoliyatga jalb qilinganligini aniqlaydi va boshlash haqida e'lon qiladi.		
3- bosqich. Matn tahlili. 25 daqiqa.	Talabalar faoliyatini kuzatadi, barchasining ta'limiy faoliyatga jalb qilinganligiga e'tibor qaratadi, zarur xollarda to'g'ri yo'nalish berib boradi.	Ushbu bosqichda ular matnni tahlil qiladilar, unda keltirilgan fikrlar yuzasidan o'z munosabatlarini bildiradilar. Matn tahlili davomida o'qituvchi bergan savollarga javob topishga harakat qiladilar, o'z nuqtai-nazarlaridan kelib chiqqan holda pedagogik mas'uliyati, jamiyat oldidagi ijtimoiy burch, g'oyaviy-siyosiy onglik, o'qituvchi ma'naviyati, pedagogik obro', kasbiy mahorat tushunchalari xususida fikrlaydilar. Fikrlarini aniq dalillarda asoslashga tayyorlanadilar, hayotiy misollarni keltiradilar.	Talabalarni muammoni o'rganish jarayonida faolligi oshadi, ularning mustaqil fikrlash qobiliyatlari rivojlanadi, dunyoqarashi kengayadi, hamkorlikda ishlashga o'rganadilar. Talabalarda kasbiy mahorat, mas'uliyat, burch tuyg'ulari, vijdoniylik, halollik, o'quvchi istiqboli oldida javobgarlik, ma'naviyatlik, madaniyatlik kabi tushunchalar asosida kasbiy e'tiqod tarkib topadi.
4- bosqich. Muho kama 20 daqiqa	O'qituvchi talabalarga tarqatilgan barcha materialning kay darajada o'zlashtirilganligini aniqlash maqsadida savollar bilan murojaat qiladi va javoblarni reyting ballari orkali baholaydi.	Talabalar o'qituvchi va boshqa guruh a'zolari tomonidan berilgan savollar xususida fikrlaydilar. O'z nuqtai-nazarlarini keng asoslab beradilar. Talabalar bir-birlarini tinglaydilar, matnda keltirilgan ayrim masalalar yuzasidan munozarada qatnashadilar.	Talabalarda matn ustida mustaqil ilmiy-tahliliy faoliyat yuritish ko'nikmalari rivojlanadi. Matnda keltirilgan ilmiy-amliy ma'lumotlar va ularning kasbiy jarayondagi tadbiqu muammolari bo'yicha aniq xulosalarga keladilar, pedagogik qobiliyat, mahorat, bilim, obro'ni shakllan tirish masalalari to'g'risida fikrlari shakllanadi. Mavzu bo'yicha bilim, ko'nikmalari mustahkamlanadi, kasbiy mahorat malakalari tarkib

			topadi, kasbiy o`zlikni anglash jarayonida mutahassislik tayyorgarligi amalga oshiriladi.
5-bosqich. Yakun . 10 daqiqa.	O`qituvchi talabalarning javoblarini baholaydi, mashg`ulotga yakun yasaydi, ularning faoliyati bo`yicha fikrlarini bildiradi, noaniqliklarni oydinlashtiradi.	Talabalar o`z faoliyatlarini tahlil qiladilar, mashg`ulotning tashkil qilinishi xususida fikrlarini bildiradilar, o`z-o`zini baholaydi.	Talabalar o`z imkoniyatlari, kasbiy tayyorgarliklari darajasini tahlil qiladilar. Ularda amaliy faoliyat malakalari rivojlanadi.
Mustaqil ta`lim uchun topshiriq 5 daqiqa	Tibbiy ko`rik va shifokor nazaorati. Jaroxatlanganda birinchi tibbiy yordamni kursatish tadbirlari xaqida o`rganib kelish O`qituvchi manbalarni e`lon qiladi, talabalar e`tiborini mavzuning asosiy yo`nalishlariga qaratadi. O`qituvchi talabalar tomonidan berilgan savollarga javob beradi.	Tibbiy ko`rik va shifokor nazaorati. Jaroxatlanganda birinchi tibbiy yordamni kursatish tadbirlari xaqidagagi ma`lumotlarni o`rganib leladilar	Talabalarning mavzu yuzasidan ijodiy va mantiqiy tizimli fikrlash qobiliyati, manbalar bilan mustaqil ishlash ko`nikma va malakalari rivojlanadi.

10-mavzu. Turistik sayrlarda ovqatlanish
10.1. Amaliy mashg`ulotning texnologik modeli

	1. Katta sayohatlarda bir kunlik ovqat miqdori 2. Turistik poxodlarda ovqatlanish.
Mashg'ulot vaqti: Soat	Talabalar soni: 75
Mashg'ulot shakli	Amaliy "munozara baxs" metodi
	3. Oziq-ovqatlar va ularning kaloriyalari.
O`quv mashg'ulotining maqsadi	Talabalarda Jismoniy tarbiya tizimda turizmning moxiyati va o`rni, shaxsning shakllanishdagi ahamiyati, turizmning bilimlar tizimi, fanning asosiy moxiyati Katta sayohatlarda bir kunlik ovqat miqdori Turistik poxodlarda ovqatlanish. Oziq-ovqatlar va ularning kaloriyalari. Turistik sayrlarda ovqatlanish. Sayrlarda har xil tadbirlarni o`tkazish xaqidagi bilimlarga ega boladilar.
Pedagogik vazifalar. 1. Katta sayohatlarda bir kunlik ovqat miqdori xaqida ma'lumot berish. 2. Turistik poxodlarda ovqatlanish xaqida ma'lumot berish. 3. Oziq-ovqatlar va ularning kaloriyalari xaqida ma'lumot berish. 4. Turistik sayrlarda ovqatlanish. Sayrlarda har xil tadbirlarni o`tkazish xaqidagi bilimlar berish.	O`quv faoliyati natijalari: 1. Katta sayohatlarda bir kunlik ovqat miqdori 2. Turistik poxodlarda ovqatlanish. 3. Oziq-ovqatlar va ularning kaloriyalari. 2. Turistik sayrlarda ovqatlanish. Sayrlarda har xil tadbirlarni o`tkazish xaqidagi bilimlarga ega boladilar oladilar.
O`qitish uslubi va texnikasi	Amaliy "munozara baxs" metodi
O`qitish vositalari	Ma'ruzalar matni, proektor, tarqatma materiallar.
O`qitish shakli	Jamoa, guruh va juftlikda ishlash.
O`qitish shart-sharoiti	Proektor, kompyuter bilan jihozlangan auditoriya
Monitoring va baholash	Og'zaki so`rov.86-100% -5 baho 71-85%- 4 baho70-55%-3 baho Talabaning faolligi, mavzu bo'yicha ilmiy-amaliy asoslangan xulosalarning keltirilganlik, tayanch tushunchalarning izohlanish darajasiga qarab 25% gacha Mavzuning mantiqiy asosini ilmiy-nazariy kontseptsiyalar hamda amaliy faoliyat nuqtai-nazaridan yoritib berilganlik darajasiga qarab 25% gacha Mavzu bo'yicha shaxsiy fikr va nuqtai-nazarlarning keltirilishi hamda ularning asoslanganlik darajasiga qarab 25% gacha Mavzu bo'yicha ijodiy-konstruktiv faoliyat ko`nikma va malakalarining shakllanganlik darajasiga qarab 25% gacha Mavzular taqdimoti quyidagi shakllarda amalga oshiriladi:

10.2. Amaliy mashg'ulotining texnologik kartasi

Ish bosqic hlari va mazmu ni	O`qituvchi faoliyati	Talabalar faoliyati	Kutilayotgan natijalar
1- bosqich . 10 daqiqa Tayyorl ov.	O`qituvchi mavzuni e`lon qiladi. Mashg`ulotda qo`llaniladigan “munozara baxs” texnologiyasining ta`limiy imkoniyatlari, bosqichlari, qoidalari, kutilayotgan natijalar haqida ma`lumot beradi. O`qituvchi talabalarni 4-6 kishidan iborat kichik guruhlariga birlashtiradi. Guruh ichida talabalar faoliyatini tashkil qiladi. Ya`ni lider, generatorlar, katalizatorlar, ekspert, bayonnoma yozib boruvchi belgilanadi va ularning vazifalari aniq taqsimlanadi. fikrlarni qayd qilib borishlari uchun vatmann qog`ozi,markerlarni tarqatadi.	Talabalar 4-6 kishidan iborat kichik guruhlariga birlashadilar, mashg`ulot mavzusini hamda bosqichlari, qoidalari, kutilayotgan natijalarni aniq tushunib oladilar. Kichik jamoa ichida faoliyatlarini muvofiqlashtiradilar. Ya`ni <i>kim, qanday</i> vazifani bajarishi kerakligini bilib oladi.	Talabalarda keltiriladi gan o`quv axborotiga nisbatan kuchli motivatsiya shakllanadi, ular kichik guruhlarda ta`limiy faoliyatga tayyor bo`ladilar.
2- bosqich . 10 daqiqa. Kirish.	O`quv topshirig`ini aniq bayon qiladi. Turizmning me`yoriy dasturi va tashkiliy asoslari tavsifi mavzusidagi matnni o`qib, tahlil qiling. 2.Mavzu asosida o`z fikrlaringizni shakllantiring. 3.Quyidagi savollarga javob bering: 1. Katta sayohatlarda bir kunlik ovqat miqdori xaqida ma`lumot berish. 2. Turistik poxodlarda ovqatlanish xaqida ma`lumot berish. 3. Oziq-ovqatlar va ularning kaloriyalari xaqida ma`lumot berish. 4. Turistik sayrlarda ovqatlanish. Sayrlarda har xil tadbirlarni o`tkazish xaqidagi bilimlar berish O`qituvchi guruh va uning har bir a`zosiga mustaqil o`rganish, fikrlash uchun yozma tarqatma material beradi. Matn tahlili uchun ketadigan vaqt hajmini belgilaydi, talabalarning barchasi faoliyatga jalb qilinganligini aniqlaydi va boshlash haqida e`lon qiladi.	O`quv topshirig`ining mohiyatini tushunib oladilar, matn ustida tahliliy faoliyat ketma-ketligini aniq rejalashtiradilar. Matn mazmuni bilan mukammal tanishadilar. Mavzu xususida muayyan bilim va dunyoqarash tushunchalari shakllanadi. Matn bilan mustaqil va keyinchalik hamkorlikda ishlashga tayyor bo`ladilar. O`qituvchi tomonidan berilgan yo`naltiruvchi savollar mazmuni bilan tanishadilar, ayrim tushunmovchiliklarni o`qituvchidan so`rab, aniqlab oladilar.Muammoli savollar xususida fikrlaydilar. Mavzu xususida fikrlash davomida “ <i>nima uchun</i> ” jadvalini to`ldiradilar .	Talabalarda ta`limiy faoliyatga nisbatan motivatsiya rivojlanadi, o`quv-bilish faoliyatini to`g`ri rejalashtira dilar. Ularda ta`limiy maqsadlar yo`lida hamkorlikda ishlash, izlanish ko`nikmalari tarkib topadi.O`qi tuvchilik kasbi, uning mas`uliyati, halq, millat oldida yosh avlodni tarbiyalashdek sharaflı vazifani vijdonan bajarish, chin insoniylik sifatleri bilan o`quvchilarga namuna bo`lish kabi tushunchalar asosida shaxsiy fikr, munosabat tarkib topadi, talabalar faollasha dilar.
3- bosqich . Matn	Talabalar faoliyatini kuzatadi, barchasining ta`limiy faoliyatga jalb qilinganligiga e`tibor qaratadi, zarur xollarda to`g`ri yo`nalish berib	Ushbu bosqichda ular matnni tahlil qiladilar, unda keltirilgan fikrlar yuzasidan o`z munosabatlarini	Talabalarni muammoni o`rganish jarayonida faolligi oshadi, ularning

<p>tahlili. 25 daqqa.</p>	<p>boradi.</p>	<p>bildiradilar. Matn tahlili davomida o`qituvchi bergan savollarga javob topishga harakat qiladilar, o`z nuqtai-nazarlaridan kelib chiqqan holda pedagoglik mas`uliyati, jamiyat oldidagi ijtimoiy burch, g`oyaviy-siyosiy onglilik, o`qituvchi ma`naviyati, pedagogik obro`, kasbiy mahorat tushunchalari xususida fikrlaydilar. Fikrlarini aniq dalillarda asoslashga tayyorlanadilar, hayotiy misollarni keltiradilar.</p>	<p>mustaqil fikrlash qobiliyatlari rivojlanadi, dunyoqarashi kengayadi, hamkorlikda ishlashga o`rganadilar.</p>
<p>4- bosqi ch. Muho kama 20 daqqa</p>	<p>O`qituvchi talabalarga tarqatilgan barcha materialning kay darajada o`zlashtirilganligini aniqlash maqsadida savollar bilan murojaat qiladi va javoblarni reyting ballari orkali baholaydi.</p>	<p>Talabalar o`qituvchi va boshqa guruh a`zolari tomonidan berilgan savollar xususida fikrlaydilar. O`z nuqtai-nazarlarini keng asoslab beradilar. Talabalar bir-birlarini tinglaydilar, matnda keltirilgan ayrim masalalar yuzasidan munozarada qatnashadilar.</p>	<p>Talabalarda matn ustida mustaqil ilmiy-tahliliy faoliyat yuritish ko`nikmalari rivojlanadi. Matnda keltirilgan ilmiy-amliy ma`lumotlar va ularning kasbiy jarayondagi tadbiqu muammolari bo`yicha aniq xulosalarga keladilar, pedagogik qobiliyat, mahorat, bilim, obro`ni shakllan tirish masalalari to`g`risida fikrlari shakllanadi. Mavzu bo`yicha bilim, ko`nikmalari mustahkamlanadi, kasbiy mahorat malakalari tarkib topadi, kasbiy o`zlikni anglash jarayonida mutahassislik tayyorgarligi amalga oshiriladi.</p>
<p>5- bosqic h. Yakun. 10 a.</p>	<p>O`qituvchi talabalarining javoblarini baholaydi, mashg`ulotga yakun yasaydi, ularning faoliyati bo`yicha fikrlarini bildiradi, noaniqliklarni oydinlashtiradi.</p>	<p>Talabalar o`z faoliyatlarini tahlil qiladilar, mashg`ulotning tashkil qilinishi xususida fikrlarini bildiradilar, o`z-o`zini baholaydi.</p>	<p>Talabalar o`z imkoniyat lari, kasbiy tayyorgarliklari darajasini tahlil qiladilar.</p>

			Ularda amaliy faoliyat malakalari rivojlanadi.
Mustaqil ta'lim uchun topshiriq 5 daqiqa	Tibbiy ko`rik va shifokor nazaorati. Jaroxatlanganda birinchi tibbiy yordamni kursatish tadbirlari xaqida o`rganib kelish O`qituvchi manbalarni e`lon qiladi, talabalar e`tiborini mavzuning asosiy yo`nalishlariga qaratadi. O`qituvchi talabalar tomonidan berilgan savollarga javob beradi.	Tibbiy ko`rik va shifokor nazaorati. Jaroxatlanganda birinchi tibbiy yordamni kursatish tadbirlari xaqidagagi ma'lumotlarni o`rganib leladilar	Talabalarning mavzu yuzasidan ijodiy va mantiqiy tizimli fikrlash qobiliyati, manbalar bilan mustaqil ishlash ko`nikma va malakalari rivojlanadi.

11-mavzu. Tibbiy ko`rik va shifokor nazaorati
11.1. Amaliy mashg'ulotning texnologik modeli

	1.Tibbiy ko'rikning o'tkazilishdan maqsad
	2.Shifokor nazarotining ahamiyati
	3.Turistlarda tibbiy ko'rikning avzalligi
Mashg'ulot vaqti: Soat	Talabalar soni: 75
Mashg'ulot shakli	Amaliy "loyxalar agarda men" metodi
	4.Turistik sayrlarni tashkil qilish va uni yakunlashda tibbiy ko'rikning ahamiyati.
O`quv mashg'ulotining maqsadi	Talabalarda Jismoniy tarbiya tizimda turizmning moxiyati va o`rni, shaxsning shakllanishdagi ahamiyati, turizmning bilimlar tizimi, fanning asosiy moxiyati, 1.Tibbiy ko'rikning o'tkazilishdan maqsad bilish 2.Shifokor nazarotining ahamiyatini o'rganish 3.Turistlarda tibbiy ko'rikning avzalligi xaqida ma'lumotga ega bo'lish. 4.Turistik sayrlarni tashkil qilish va uni yakunlashda tibbiy ko'rikning ahamiyati xaqida ma'lumotga ega bo'ladilar
Pedagogik vazifalar. 1.Tibbiy ko'rikning o'tkazilishdan maqsadini o'rgatish 2.Shifokor nazarotining ahamiyati xaqida ma'lumot berish 3.Turistlarda tibbiy ko'rikning avzalligi xaqida ma'lumot berish 4.Turistik sayrlarni tashkil qilish va uni yakunlashda tibbiy ko'rikning ahamiyati xaqida ma'lumot berish.	O`quv faoliyati natijalari: 1.Tibbiy ko'rikning o'tkazilishdan maqsadini bilib oladilar 2.Shifokor nazarotining ahamiyati xaqida ma'lumotga ega bo'ladilar 3.Turistlarda tibbiy ko'rikning avzalligi xaqida ma'lumotga ega bo'ladilar 4.Turistik sayrlarni tashkil qilish va uni yakunlashda tibbiy ko'rikning ahamiyati xaqida ma'lumotga ega bo'ladilar
O`qitish uslubi va texnikasi	"loyxalar agarda men"
O`qitish vositalari	Ma'ruzalar matni, proektor, tarqatma materiallar.
O`qitish shakli	Jamoa, guruh va juftlikda ishlash.
O`qitish shart-sharoiti	Proektor, kompyuter bilan jihozlangan auditoriya
Monitoring va baholash	Og'zaki so`rov. 86-100% -5 baho 71-85% - 4 baho 70-55%-3 baho <ul style="list-style-type: none"> Talabaning faolligi, mavzu bo'yicha ilmiy-amaliy asoslangan xulosalarning keltirilganlik, tayanch tushunchalarning izohlanish darajasiga qarab 25% gacha Mavzuning mantiqiy asosini ilmiy-nazariy kontseptsiyalar hamda amaliy faoliyat nuqtai-nazaridan yoritib berilganlik darajasiga qarab 25% gacha Mavzu bo'yicha shaxsiy fikr va nuqtai-

	<p>nazarlarning keltirilishi hamda ularning asoslanganlik darajasiga qarab 25% gacha</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mavzu bo'yicha ijodiy-konstruktiv faoliyat ko'nikma va malakalarining shakllanganlik darajasiga qarab 25% gacha <p>Mavzular taqdimoti quyidagi shakllarda amalga oshiriladi:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Doklad • Referat • Kompyuter prezentatsiyalari • Tadqiqot loyihalari
--	---

11.2. Amaliy mashg'ulotining texnologik kartasi

Ish bosqichlari va mazmuni	O'qituvchi faoliyati	Talabalar faoliyati	Kutilayotgan natijalar
1-bosqich. 10 daqiqa Tayyorlov.	O'qituvchi mavzuni e'lon qiladi. Mashg'ulotda qo'llaniladigan "loyxalar agarda men" texnologiyasining ta'limiy imkoniyatlari, bosqichlari, qoidalari, kutilayotgan natijalar haqida ma'lumot beradi. O'qituvchi talabalarni 4-6 kishidan iborat kichik guruhlariga birlashtiradi. Guruh ichida talabalar faoliyatini tashkil qiladi. Ya'ni lider, generatorlar, katalizatorlar, ekspert, bayonnoma yozib boruvchi belgilanadi va ularning vazifalari aniq taqsimlanadi. fikrlarni qayd qilib borishlari uchun vatmann qog'ozi, markerlarni tarqatadi.	Talabalar 4-6 kishidan iborat kichik guruhlariga birlashadilar, mashg'ulot mavzusini hamda bosqichlari, qoidalari, kutilayotgan natijalarni aniq tushunib oladilar. Kichik jamoa ichida faoliyatlarini muvofiqlashtiradilar. Ya'ni <i>kim, qanday</i> vazifani bajarishi kerakligini bilib oladi.	Talabalarda keltiriladigan o'quv axborotiga nisbatan kuchli motivatsiya shakllanadi, ular kichik guruhlarda ta'limiy faoliyatga tayyor bo'ladilar.
2-bosqich. 10 daqiqa. Kirish.	O'quv topshirig'ini aniq bayon qiladi. Turizmning me'yoriy dasturi va tashkiliy asoslari tavsifi mavzusidagi matnni o'qib, tahlil qiling. 2.Mavzu asosida o'z fikrlaringizni shakllantiring. 3.Quyidagi savollarga javob bering: 1.Tibbiy ko'rikning o'tkazilishdan maqsadini o'rgatish 2.Shifokor nazarotining ahamiyati xaqida ma'lumot berish	O'quv topshirig'ining mohiyatini tushunib oladilar, matn ustida tahliliy faoliyat ketma-ketligini aniq rejalashtiradilar. Matn mazmuni bilan mukammal tanishadilar. Mavzu xususida muayyan bilim va dunyoqarash tushunchalari shakllanadi. Matn bilan mustaqil va keyinchalik hamkorlikda ishlashga	Talabalarda ta'limiy faoliyatga nisbatan motivatsiya rivojlanadi, o'quv-bilish faoliyatini to'g'ri rejalashtiradilar. Ularda ta'limiy maqsadlar yo'lida hamkorlikda ishlash, izlanish

	<p>3. Turistlarda tibbiy ko'rikning avzalligi haqida ma'lumot berish</p> <p>4. Turistik sayrlarni tashkil qilish va uni yakunlashda tibbiy ko'rikning ahamiyati haqida ma'lumot berish.</p> <p>O'qituvchi guruh va uning har bir a'zosiga mustaqil o'rganish, fikrlash uchun yozma tarqatma material beradi.</p> <p>Matn tahlili uchun ketadigan vaqt hajmini belgilaydi, talabalarining barchasi faoliyatga jalb qilinganligini aniqlaydi va boshlash haqida e'lon qiladi.</p>	<p>tayyor bo'ladilar.</p> <p>O'qituvchi tomonidan berilgan yo'naltiruvchi savollar mazmuni bilan tanishadilar, ayrim tushunmovchiliklarni o'qituvchidan so'rab, aniqlab oladilar. Muammoli savollar xususida fikrlaydilar. Mavzu xususida fikrlash davomida jadvalini to'ldiradilar.</p>	<p>ko'nikmalari tarkib topadi. O'qituvchilik kasbi, uning mas'uliyati, halq, millat oldida yosh avlodni tarbiyalashdek sharaflil vazifani vijdonan bajarish, chin insoniylik sifatleri bilan o'quvchilarga namuna bo'lish kabi tushunchalar asosida shaxsiy fikr, munosabat tarkib topadi, talabalar faollashadilar.</p>
<p>3-bosqich. Matn tahlili. 25 daqiqa.</p>	<p>Talabalar faoliyatini kuzatadi, barchasining ta'limiy faoliyatga jalb qilinganligiga e'tibor qaratadi, zarur xollarda to'g'ri yo'nalish berib boradi.</p>	<p>Ushbu bosqichda ular matnni tahlil qiladilar, unda keltirilgan fikrlar yuzasidan o'z munosabatlarini bildiradilar. Matn tahlili davomida o'qituvchi bergan savollarga javob topishga harakat qiladilar, o'z nuqtai-nazarlaridan kelib chiqqan holda pedagoglik mas'uliyati, jamiyat oldidagi ijtimoiy burch, g'oyaviy-siyosiy onglilik, o'qituvchi ma'naviyati, pedagogik obro', kasbiy mahorat tushunchalari xususida fikrlaydilar. Fikrlarini aniq dalillarda asoslashga tayyorlanadilar, hayotiy misollarni keltiradilar.</p>	<p>Talabalarni muammoni o'rganish jarayonida faolligi oshadi, ularning mustaqil fikrlash qobiliyatlari rivojlanadi, dunyoqarashi kengayadi, hamkorlikda ishlashga o'rganadilar. Talabalarda kasbiy mahorat, mas'uliyat, burch tuyg'ulari, vijdoniylik, halollik, o'quvchi istiqboli oldida javobgarlik, ma'naviyatlilik, madaniyatlilik kabi tushunchalar asosida kasbiy e'tiqod tarkib topadi.</p>
<p>4-bosqich. Muhokama 20</p>	<p>O'qituvchi talabalarga tarqatilgan barcha materialning kay darajada o'zlashtirilganligini aniqlash maqsadida savollar bilan murojaat qiladi va javoblarni reyting ballari orkali baholaydi.</p>	<p>Talabalar o'qituvchi va boshqa guruh a'zolari tomonidan berilgan savollar xususida fikrlaydilar. O'z nuqtai-nazarlarini keng asoslab beradilar.</p>	<p>Talabalarda matn ustida mustaqil ilmiy-tahliliy faoliyat yuritish ko'nikmalari rivojlanadi.</p>

daqiqa		Talabalar bir-birlarini tinglaydilar, matnda keltirilgan ayrim masalalar yuzasidan munozarada qatnashadilar.	Matnda keltirilgan ilmiy-amliy ma'lumotlar va ularning kasbiy jarayondagi tadbiqu muammolari bo'yicha aniq xulosalarga keladilar, pedagogik qobiliyat, mahorat, bilim, obro'ni shakllan tirish masalalari to'g'risida fikrlari shakllanadi. Mavzu bo'yicha bilim, ko'nikmalari mustahkamlanadi, kasbiy mahorat malakalari tarkib topadi, kasbiy o'zlikni anglash jarayonida mutahassislik tayyorgarligi amalga oshiriladi.
5-bosqich. Yakun. 10 daqiqa.	O'qituvchi talabalarning javoblarini baholaydi, mashg'ulotga yakun yasaydi, ularning faoliyati bo'yicha fikrlarini bildiradi, noaniqliklarni oydinlashtiradi.	Talabalar o'z faoliyatlarini tahlil qiladilar, mashg'ulotning tashkil qilinishi xususida fikrlarini bildiradilar, o'z-o'zini baholaydi.	Talabalar o'z imkoniyatlari, kasbiy tayyorgarliklari darajasini tahlil qiladilar. Ularda amaliy faoliyat malakalari rivojlanadi.
Mustaqil ta'lim uchun topshiriq 5 daqiqa	Piyoda yurish turizmini o'rganib kelish O'qituvchi manbalarni e'lon qiladi, talabalar e'tiborini mavzuning asosiy yo'nalishlariga qaratadi. O'qituvchi talabalar tomonidan berilgan savollarga javob beradi.	Piyoda yurish turizmini o'rganib kelish xaqidagagi ma'lumotlarni o'rganib keladilar	Talabalarning mavzu yuzasidan ijodiy va mantiqiy tizimli fikrlash qobiliyati, manbalar bilan mustaqil ishlash ko'nikma va malakalari rivojlanadi.

12-mavzu . Jaroxatlanganda birinchi tibbiy yordamni kursatish tadbirlari.

12.1. Amaliy mashg'ulotning texnologik modeli

Mashg'ulot vaqti: Soat	Talabalar soni: 75
Mashg'ulot shakli	Amaliy "Bumerang" metodi
Mashg'ulotning rejasi	1.Kuyishda birinchi yordam ko'rsatish 2. O'tkir uchli narsalarga urilish va undan yaralanishlarda birinchi tibbiy yordam ko'rsatish. 3.Suyak chiqqanda va singanda birinchi tibbiy yordam ko'rsatish
O'quv mashg'ulotining maqsadi	Talabalarda Jismoniy tarbiya tizimda turizmning mohiyati va o'rni, shaxsning shakllanishidagi ahamiyati, turizmning bilimlar tizimi, fanning asosiy mohiyati, Texnika tushunchasi: piyoda yurish sayoxatini tashkirl qilish va o'tkazish, yo'lda yurish qoidalari ahamiyati xaqidagi bilimlarga ega boladilar. 2. Turistik sayrlarda ovqatlanish. Sayrlarda har xil tadbirlarni o'tkazish xaqidagi bilimlarga ega boladilar. 3. Tibbiy ko'rik va shifokor nazaorati. Jaroxatlanganda birinchi tibbiy yordamni kursatish tadbirlari xaqidagi bilimlarga ega bo'ladilar. 4. Turistik sayrlarni tashkil qilish va uni yakunlashda o'kuvchining roli xaqidagi bilimlarga ega boladilar. Piyoda yurish turizm tashkil qilinishi to'g'risidagi ma'lumotlarga ega bo'lish.
Pedagogik vazifalar. 1.Kuyishda birinchi yordam ko'rsatish xaqida tushuncha beradi. 2. O'tkir uchli narsalarga urilish va undan yaralanishlarda birinchi tibbiy yordam ko'rsatish xaqida tushuncha beradi. 3.Suyak chiqqanda va singanda birinchi tibbiy yordam ko'rsatish xaqida tushuncha beradi.	O'quv faoliyati natijalari: 1.Kuyishda birinchi yordam ko'rsatish xaqida tushunchaga ega bo'ladi. 2. O'tkir uchli narsalarga urilish va undan yaralanishlarda birinchi tibbiy yordam ko'rsatish xaqida tushunchaga ega bo'ladi. 3.Suyak chiqqanda va singanda birinchi tibbiy yordam ko'rsatish xaqida tushunchaga ega bo'ladi.
O'qitish uslubi va texnikasi	"Bumerang"
O'qitish vositalari	Ma'ruzalar matni, proektor, tarqatma materiallar.
O'qitish shakli	Jamoa, guruh va juftlikda ishlash.
O'qitish shart-sharoiti	Proektor, kompyuter bilan jihozlangan auditoriya
Monitoring va baholash	Og'zaki so'rov. 86-100% -5 baho 71-85%- 4 baho 70-55%-3 baho • Talabaniing faolliigi, mavzu bo'yicha ilmiy-amaliy asoslangan xulosalarning keltirilganlik, tayanch tushunchalarning izohlanish darajasiga qarab 25% gacha

	<ul style="list-style-type: none"> • Mavzuning mantiqiy asosini ilmiy-nazariy kontseptsiyalar hamda amaliy faoliyat nuqtai-nazaridan yoritib berilganlik darajasiga qarab 25% gacha • Mavzu bo'yicha shaxsiy fikr va nuqtai-nazarlarning keltirilishi hamda ularning asoslanganlik darajasiga qarab 25% gacha • Mavzu bo'yicha ijodiy-konstruktiv faoliyat ko'nikma va malakalarining shakllanganlik darajasiga qarab 25% gacha <p>Mavzular taqdimoti quyidagi shakllarda amalga oshiriladi:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Doklad • Referat • Kompyuter prezentatsiyalari • Tadqiqot loyihalari
--	---

12.2. Amaliy mashg'ulotining texnologik kartasi

Ish bosqichlari va mazmuni	O'qituvchi faoliyati	Talabalar faoliyati	Kutilayotgan natijalar
1-bosqich. 10 daqiqa Tayyorlov.	O'qituvchi mavzuni e'lon qiladi. Mashg'ulotda qo'llaniladigan "Bumerang" texnologiyasining ta'limiy imkoniyatlari, bosqichlari, qoidalari, kutilayotgan natijalar haqida ma'lumot beradi. O'qituvchi talabalarni 4-6 kishidan iborat kichik guruhlariga birlashtiradi. Guruh ichida talabalar faoliyatini tashkil qiladi. Ya'ni lider, generatorlar, katalizatorlar, ekspert, bayonnoma yozib boruvchi belgilanadi va ularning vazifalari aniq taqsimlanadi. fikrlarni qayd qilib borishlari uchun vatmann qog'ozi, markerlarni tarqatadi.	Talabalar 4-6 kishidan iborat kichik guruhlariga birlashtiriladi, mashg'ulot mavzusini hamda bosqichlari, qoidalari, kutilayotgan natijalarni aniq tushunib oladilar. Kichik jamoa ichida faoliyatlarini muvofiqlashtiradilar. Ya'ni <i>kim, qanday</i> vazifani bajarishi kerakligini bilib oladi.	Talabalarda keltiriladigan o'quv axborotiga nisbatan kuchli motivatsiya shakllanadi, ular kichik guruhlarda ta'limiy faoliyatga tayyor bo'ladilar.
2-bosqich. 10 daqiqa.	O'quv topshirig'ini aniq bayon qiladi. Turizmning me'yoriy dasturi va tashkiliy asoslari tavsifi mavzusidagi matnni o'qib, tahlil	O'quv topshirig'ining mohiyatini tushunib oladilar, matn ustida tahliliy faoliyat ketma-ketligini aniq	Talabalarda ta'limiy faoliyatga nisbatan motivatsiya rivojlanadi, o'quv-

<p>Kirish.</p>	<p>qiling. 2.Mavzu asosida o'z fikrlaringizni shakllantiring. 3.Quyidagi savollarga javob bering: 1.Kuyishda birinchi yordam ko'rsatish xaqida tushuncha beradi. 2. O'tkir uchli narsalarga urilish va undan yaralanishlarda birinchi tibbiy yordam ko'rsatish xaqida tushuncha beradi. 3.Suyak chiqqanda va singanda birinchi tibbiy yordam ko'rsatish xaqida tushuncha beradi. xaqidagagi ma'lumotlarni berish. O'qituvchi guruh va uning har bir a'zosiga mustaqil o'rganish, fikrlash uchun yozma tarqatma material beradi. Matn tahlili uchun ketadigan vaqt hajmini belgilaydi, talabalarning barchasi faoliyatga jalb qilinganligini aniqlaydi va boshlash haqida e'lon qiladi.</p>	<p>rejalashtiradilar. Matn mazmuni bilan mukammal tanishadilar. Mavzu xususida muayyan bilim va dunyoqarash tushunchalari shakllanadi. Matn bilan mustaqil va keyinchalik hamkorlikda ishlashga tayyor bo'ladilar. O'qituvchi tomonidan berilgan yo'naltiruvchi savollar mazmuni bilan tanishadilar, ayrim tushunmovchiliklarni o'qituvchidan so'rab, aniqlab oladilar.Muammoli savollar xususida fikrlaydilar. Mavzu xususida fikrlash davomida jadvalini to'ldiradilar .</p>	<p>bilish faoliyatini to'g'ri rejalashtiradilar. Ularda ta'limiy maqsadlar yo'lida hamkorlikda ishlash, izlanish ko'nikmalari tarkib topadi.O'qi tuvchilik kasbi, uning mas'uliyati, halq, millat oldida yosh avlodni tarbiyalashdek sharafli vazifani vijdonan bajarish, chin insoniylik sifatleri bilan o'quvchilarga namuna bo'lish kabi tushunchalar asosida shaxsiy fikr, munosabat tarkib topadi, talabalar faollasha dilar.</p>
<p>3- bosqich. Matn tahlili. 25 daqiqa.</p>	<p>Talabalar faoliyatini kuzatadi, barchasining ta'limiy faoliyatga jalb qilinganligiga e'tibor qaratadi, zarur xollarda to'g'ri yo'nalish berib boradi.</p>	<p>Ushbu bosqichda ular matnni tahlil qiladilar, unda keltirilgan fikrlar yuzasidan o'z munosabatlarini bildiradilar. Matn tahlili davomida o'qituvchi bergan savollarga javob topishga harakat qiladilar, o'z nuqtai-nazarlaridan kelib chiqqan holda pedagoglik mas'uliyati, jamiyat oldidagi ijtimoiy burch, g'oyaviy-siyosiy onglik, o'qituvchi ma'naviyati, pedagogik obro', kasbiy mahorat tushunchalari xususida fikrlaydilar. Fikrlarini aniq dalillarda asoslashga tayyorlanadilar, hayotiy misollarni keltiradilar.</p>	<p>Talabalarni muammoni o'rganish jarayonida faolligi oshadi, ularning mustaqil fikrlash qobiliyatlari rivojlanadi, dunyoqarashi kengayadi, hamkorlikda ishlashga o'rganadilar. Talabalarda kasbiy mahorat, mas'uliyat, burch tuyg'ulari, vijdoniylik, halollik, o'quvchi istiqboli oldida javobgarlik, ma'naviyatlilik, madaniyatlilik kabi tushunchalar asosida kasbiy e'tiqod tarkib topadi.</p>
<p>4- bosqich . Muhokama</p>	<p>O'qituvchi talabalarga tarqatilgan barcha materialning kay darajada o'zlashtirilganligini aniqlash maqsadida savollar bilan murojaat qiladi va javoblarni</p>	<p>Talabalar o'qituvchi va boshqa guruh a'zolari tomonidan berilgan savollar xususida fikrlaydilar. O'z nuqtai-nazarlarini keng asoslab</p>	<p>Talabalarda matn ustida mustaqil ilmiy-tahliliy faoliyat yuritish ko'nikmalari rivojlanadi. Matnda</p>

20 daqiqa	reying ballari orkali baholaydi.	beradilar. Talabalar bir-birlarini tinglaydilar, matnda keltirilgan ayrim masalalar yuzasidan munozarada qatnashadilar.	keltirilgan ilmiy-amliy ma'lumotlar va ularning kasbiy jarayondagi tadbiqu muammolari bo'yicha aniq xulosalarga keladilar, pedagogik qobiliyat, mahorat, bilim, obro'ni shakllan tirish masalalari to'g'risida fikrlari shakllanadi. Mavzu bo'yicha bilim, ko'nikmalari mustahkamlanadi, kasbiy mahorat malakalari tarkib topadi, kasbiy o'zlikni anglash jarayonida mutahassislik tayyorgarligi amalga oshiriladi.
5-bosqich . Yakun. 10 daqiqa.	O'qituvchi talabalarning javoblarini baholaydi, mashg'ulotga yakun yasaydi, ularning faoliyati bo'yicha fikrlarini bildiradi, noaniqliklarni oydinlashtiradi.	Talabalar o'z faoliyatlarini tahlil qiladilar, mashg'ulotning tashkil qilinishi xususida fikrlarini bildiradilar, o'z-o'zini baholaydi.	Talabalar o'z imkoniyat lari, kasbiy tayyorgarliklari darajasini tahlil qiladilar. Ularda amaliy faoliyat malakalari rivojlanadi.
Mustaqil ta'lim uchun topshiriq 5 daqiqa	Akademik litseylarda o'lkashunoslik va ijtimoiy foydali ishlar xaqida o'rganib kelish O'qituvchi manbalarni e'lon qiladi, talabalar e'tiborini mavzuning asosiy yo'nalishlariga qaratadi. O'qituvchi talabalar tomonidan berilgan savollarga javob beradi.	Akademik litseylarda o'lkashunoslik va ijtimoiy foydali ishlar xaqida o'rganib keladilar	Talabalarning mavzu yuzasidan ijodiy va mantiqiy tizimli fikrlash qobiliyati, manbalar bilan mustaqil ishlash ko'nikma va malakalari rivojlanadi.

13-mavzu: Turizm bo'yicha razryadlar va kategoriyalar qiyinchiligi
13.1. Amaliy mashg'ulotning texnologik modeli

Mashg'ulot vaqti: Soat	Talabalar soni: 25
Mashg'ulot shakli	Amaliy "aqliy xujum"
Mashg'ulotning rejasi	<ol style="list-style-type: none"> 1. Jamoalarda turistik sayohatlarni mazmunli o'tkazish. 2. Turizm bo'yicha razryadlar va kategoriyalar qiyinchiligi 3. Piyoda va tog` turizmining kategoriyalari 4. Sayrlarda o'lkashunoslik va qidiruv ishlari.
O'quv mashg'ulotining maqsadi	<p>Talabalarda Jismoniy tarbiya tizimda turizmning mohiyati va o'rni, shaxsning shakllanishdagi ahamiyati, turizmning bilimlar tizimi, fanning asosiy mohiyati, Sayrlarda o'lkashunoslik va qidiruv ishlari. Meteorologik kuzatishlar</p> <p>Turizm bo'yicha Topografik kuzatishlar. Giologik kuzatishlar, er tuzilishining o'rganish xaqidagi ma'lumotlarni o'rganishdan iborat Hidrologik kuzatishlar. Botanik va zoologik kuzatishlar. Fenologik kuzatishlar to'g'risidagi ma'lumotlarga ega bo'lish.</p>
<p>Pedagogik vazifalar.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Jamoalarda turistik sayohatlarni mazmunli o'tkazish xaqida tushuncha berish. 2. Turizm bo'yicha razryadlar va kategoriyalar qiyinchiligi xaqida ma'lumot berish 3. Piyoda va tog` turizmining kategoriyalari bilan tanishtirish 4. Sayrlarda o'lkashunoslik va qidiruv ishlari xaqida ma'lumot berish. 	<p>O'quv faoliyati natijalari:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Jamoalarda turistik sayohatlarni mazmunli o'tkazish xaqida tushunchaga ega bo'lish. 2. Turizm bo'yicha razryadlar va kategoriyalar qiyinchiligi xaqida tushunchaga ega bo'lish. 3. Piyoda va tog` turizmining kategoriyalari xaqida tushunchaga ega bo'lish. 4. Sayrlarda o'lkashunoslik va qidiruv ishlari xaqida tushunchaga ega bo'lish.
Ta'lim berish usullari	"aqliy xujum"
Ta'lim berish shakli	Kichik guruhlarda ta'lim
Ta'lim berish vositalari	Kompyuter, ekran, proektor, slaydlar.
Ta'lim berish sharoiti	O'qitishning texnika vositalari bilan jihozlangan 201-o'quv xonasi.
Monitoring va baholash	<p>Og'zaki so'rov.</p> <p>86-100% -5 baho</p> <p>71-85%- 4 baho</p> <p>70-55%-3 baho</p> <ul style="list-style-type: none"> • Talabaning faolligi, mavzu bo'yicha ilmiy-amaliy asoslangan xulosalarning keltirilganlik, tayanch tushunchalarning izohlanish darajasiga qarab 25% gacha

	<ul style="list-style-type: none"> • Mavzuning mantiqiy asosini ilmiy-nazariy kontseptsiyalar hamda amaliy faoliyat nuqtai-nazaridan yoritib berilganlik darajasiga qarab 25% gacha • Mavzu bo`yicha shaxsiy fikr va nuqtai-nazarlarning keltirilishi hamda ularning asoslanganlik darajasiga qarab 25% gacha • Mavzu bo`yicha ijodiy-konstruktiv faoliyat ko`nikma va malakalarining shakllanganlik darajasiga qarab 25% gacha <p>Mavzular taqdimoti quyidagi shakllarda amalga oshiriladi:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Doklad • Referat • Kompyuter prezentatsiyalari • Tadqiqot loyihalari
--	---

13.2. Amaliy mashg'ulotining texnologik kartasi

Ish bosqichlari va mazmuni	O'qituvchi faoliyati	Talabalar faoliyati	Kutilayotgan natijalar
1-bosqich. 10 daqiqa Tayyorlov .	O'qituvchi mavzuni e'lon qiladi. Mashg'ulotda qo'llaniladigan "aqliy xujum" texnologiyasining ta'limiy imkoniyatlari, bosqichlari, qoidalari, kutilayotgan natijalar haqida ma'lumot beradi. O'qituvchi talabalarni 4-6 kishidan iborat kichik guruhlariga birlashtiradi. Guruh ichida talabalar faoliyatini tashkil qiladi. Ya'ni lider, generatorlar, katalizatorlar, ekspert, bayonnoma yozib boruvchi belgilanadi va ularning vazifalari aniq taqsimlanadi. fikrlarni qayd qilib borishlari uchun vatmann qog'ozi, markerlarni tarqatadi.	Talabalar 4-6 kishidan iborat kichik guruhlariga birlashtiriladi, mashg'ulot mavzusini hamda bosqichlari, qoidalari, kutilayotgan natijalarni aniq tushunib oladilar. Kichik jamoa ichida faoliyatlarini muvofiqlashtiradilar. Ya'ni kim, qanday vazifani bajarishi kerakligini bilib oladi.	Talabalarda keltiriladigan o'quv axborotiga nisbatan kuchli motivatsiya shakllanadi, ular kichik guruhlarda ta'limiy faoliyatga tayyor bo'ladilar.
2-bosqich. 10 daqiqa. Kirish.	O'quv topshirig'ini aniq bayon qiladi. Turizmning me'yoriy dasturi va tashkiliy asoslari tavsifi mavzusidagi matnni o'qib, tahlil qiling. 2.Mavzu asosida o'z fikrlaringizni shakllantiring. 3.Quyidagi savollarga javob bering: 1. Jamoalarda turistik sayohatlarni mazmunli o'tkazish xaqida tushuncha berish. 2. Turizm bo'yicha razryadlar va kategoriyalar qiyinchiligi xaqida ma'lumot berish 3. Piyoda va tog' turizmining kategoriyalari bilan tanishtirish 4. Sayrlarda o'lkashunoslik va qidiruv ishlari xaqida ma'lumot berish. O'qituvchi guruh va uning har bir a'zosiga mustaqil o'rganish, fikrlash uchun yozma tarqatma material beradi. Matn tahlili uchun ketadigan vaqt hajmini belgilaydi, talabalarning barchasi faoliyatga jalb qilinganligini aniqlaydi va boshlash haqida e'lon qiladi.	O'quv topshirig'ining mohiyatini tushunib oladilar, matn ustida tahliliy faoliyat ketma-ketligini aniq rejalashtiradilar. Matn mazmuni bilan mukammal tanishadilar. Mavzu xususida muayyan bilim va dunyoqarash tushunchalari shakllanadi. Matn bilan mustaqil va keyinchalik hamkorlikda ishlashga tayyor bo'ladilar. O'qituvchi tomonidan berilgan yo'naltiruvchi savollar mazmuni bilan tanishadilar, ayrim tushunmovchiliklarni o'qituvchidan so'rab, aniqlab oladilar.Muammoli savollar xususida fikrlaydilar. Mavzu xususida fikrlash davomida jadvalini to'ldiradilar .	Talabalarda ta'limiy faoliyatga nisbatan motivatsiya rivojlanadi, o'quv-bilish faoliyatini to'g'ri rejalashtiradilar. Ularda ta'limiy maqsadlar yo'lida hamkorlikda ishlash, izlanish ko'nikmalari tarkib topadi.O'qituvchilik kasbi, uning mas'uliyati, halq, millat oldida yosh avlodni tarbiyalashdek sharaflil vazifani vijdonan bajarish, chin insoniylik sifatleri bilan o'quvchilarga namuna bo'lish kabi tushunchalar asosida shaxsiy fikr, munosabat tarkib topadi, talabalar faollashadilar.

3-bosqich. Matn tahlili. 25 daqiqa.	Talabalar faoliyatini kuzatadi, barchasining ta'limiy faoliyatga jalb qilinganligiga e'tibor qaratadi, zarur xollarda to'g'ri yo'nalish berib boradi.	Ushbu bosqichda ular matnni tahlil qiladilar, unda keltirilgan fikrlar yuzasidan o'z munosabatlarini bildiradilar. Matn tahlili davomida o'qituvchi bergan savollarga javob topishga harakat qiladilar, o'z nuqtai-nazarlaridan kelib chiqqan holda	Talabalarni muammoni o'rganish jarayonida faolligi oshadi, ularning mustaqil fikrlash qobiliyatlari rivojlanadi, dunyoqarashi kengayadi, hamkorlikda ishlashga o'rganadilar.
4-bosqich. Muhokama 20 daqiqa	O'qituvchi talabalarga tarqatilgan barcha materialning kay darajada o'zlashtirilganligini aniqlash maqsadida savollar bilan murojaat qiladi va javoblarni reyting ballari orkali baholaydi.	Talabalar o'qituvchi va boshqa guruh a'zolari tomonidan berilgan savollar xususida fikrlaydilar. O'z nuqtai-nazarlarini keng asoslab beradilar. Talabalar bir-birlarini tinglaydilar, matnda keltirilgan ayrim masalalar yuzasidan munozarada qatnashadilar.	Talabalarda matn ustida mustaqil ilmiy-tahliliy faoliyat yuritish ko'nikmalari rivojlanadi. Matnda keltirilgan ilmiy-amliy ma'lumotlar va ularning kasbiy jarayondagi tadbiqu muammolari aniq xulosalarga keladilar,
- bosqich. Yakun. 10 daqiqa.	O'qituvchi talabalarning javoblarini baholaydi, mashg'ulotga yakun yasaydi, ularning faoliyati bo'yicha fikrlarini bildiradi, noaniqliklarni oydinlashtiradi.	Talabalar o'z faoliyatlarini tahlil qiladilar, mashg'ulotning tashkil qilinishi xususida fikrlarini bildiradilar, o'z-o'zini baholaydi.	Talabalar o'z imkoniyatlari, kasbiy tayyorgarliklari darajasini tahlil qiladilar. Ularda amaliy faoliyat malakalari rivojlanadi.
Mustaqil ta'lim uchun topshiriq 5 daqiqa	Umumta'lim maktablarida turizmning axamiyati xaqida ma'lumotlarni o'rganib kelish O'qituvchi manbalarni e'lon qiladi, talabalar e'tiborini mavzuning asosiy yo'nalishlariga qaratadi. O'qituvchi talabalar tomonidan berilgan savollarga javob beradi.	Umumta'lim maktablarida turizmning axamiyati xaqida ma'lumotlarni o'rganib kelish va keyingi darsda so'zlab berish.	Talabalarning mavzu yuzasidan ijodiy va mantiqiy tizimli fikrlash qobiliyati, manbalar bilan mustaqil ishlash ko'nikma va malakalari rivojlanadi.

14-15 mavzu: Meteorologik kuzatishlar. (Ob-xovo tuzulishining belgilari)

14.1. Amaliy mashg'ulotning texnologik modeli

Mashg'ulot vaqti: Soat	Talabalar soni: 25
Mashg'ulot shakli	Amaliy
Mashg'ulotning rejasi	1. Ob-havoning o'zgarishini bilish
	2. Havo yaxshi bo'lishining belgilari:
	3. Ob-havo buzilishining belgilari:
O'quv mashg'ulotining maqsadi	Talabalarda Jismoniy tarbiya tizimda turizmning mohiyati va o'rni, shaxsning shakllanishdagi ahamiyati, turizmning bilimlar tizimi, fanning asosiy mohiyati, 1. Ob-havoning o'zgarishini bilish 2. Havo yaxshi bo'lishining belgilari 3. Ob-havo buzilishining belgilari
Pedagogik vazifalar. 1. Ob-havoning o'zgarishini bilish 2. Havo yaxshi bo'lishining belgilari: 3. Ob-havo buzilishining belgilari:	O'quv faoliyati natijalari: 1. Ob-havoning o'zgarishini bilish 2. Havo yaxshi bo'lishining belgilari: 3. Ob-havo buzilishining belgilari:

Ta'lim berish usullari	“BUMERANG”
Ta'lim berish shakli	Kichik guruhlarda ta'lim
Ta'lim berish vositalari	Kompyuter, ekran, proektor, slaydlar.
Ta'lim berish sharoiti	O'qitishning texnika vositalari bilan jihozlangan 201-o'quv xonasi.
Monitoring va baholash	Og'zaki so'rov. 86-100% -5 baho 71-85%- 4 baho 70-55%-3 baho Talabanning faolligi, mavzu bo'yicha ilmiy-amaliy asoslangan xulosalarning keltirilganlik, tayanch tushunchalarning izohlanish darajasiga qarab 25% gacha Mavzuning mantiqiy asosini ilmiy-nazariy kontseptsiyalar hamda amaliy faoliyat nuqtai-nazaridan yoritib berilganlik darajasiga qarab 25% gacha Mavzu bo'yicha shaxsiy fikr va nuqtai-nazarlarning keltirilishi hamda ularning asoslanganlik darajasiga qarab 25% gacha Mavzu bo'yicha ijodiy-konstruktiv faoliyat ko'nikma va malakalarining shakllanganlik darajasiga qarab 25% gacha Mavzular taqdimoti quyidagi shakllarda amalga oshiriladi: <ul style="list-style-type: none"> • Doklad Referat • Kompyuter prezentatsiyalari • Tadqiqot loyihalari

14-15.2. Amaliy mashg'ulotining texnologik kartasi

Ish bosqichlari va mazmuni	O'qituvchi faoliyati	Talabalar faoliyati	Kutilayotgan natijalar
1-bosqich. 10 daqiqa Tayyorlov.	O'qituvchi mavzuni e'lon qiladi. Mashg'ulotda qo'llaniladigan "Bumerang" texnologiyasining ta'limiy imkoniyatlari, bosqichlari, qoidalari, kutilayotgan natijalar haqida ma'lumot beradi. O'qituvchi talabalarni 4-6 kishidan iborat kichik guruhlariga birlashtiradi. Guruh ichida talabalar faoliyatini tashkil qiladi. Ya'ni lider, generatorlar, katalizatorlar, ekspert, bayonnoma yozib boruvchi belgilanadi va ularning vazifalari aniq taqsimlanadi. fikrlarni qayd qilib borishlari uchun vatmann qog'ozi, markerlarni tarqatadi.	Talabalar 4-6 kishidan iborat kichik guruhlariga birlashtiriladi, mashg'ulot mavzusini hamda bosqichlari, qoidalari, kutilayotgan natijalarni aniq tushunib oladilar. Kichik jamoa ichida faoliyatlarini muvofiqlashtiradilar. Ya'ni kim, qanday vazifani bajarishi kerakligini bilib oladi.	Talabalarda keltiriladigan o'quv axborotiga nisbatan kuchli motivatsiya shakllanadi, ular kichik guruhlarda ta'limiy faoliyatga tayyor bo'ladilar.
2-bosqich. 10 daqiqa. Kirish.	O'quv topshirig'ini aniq bayon qiladi. Turizmning me'yoriy dasturi va tashkiliy asoslari tavsifi mavzusidagi matnni o'qib, tahlil qiling. 2. Mavzu asosida o'z fikrlaringizni shakllantiring. 3. Quyidagi savollarga javob bering: 1. Sayrlarda o'lkashunoslik va qidiruv ishlari. Meteorologik kuzatishlar qoidalari haqida ma'lumot beradi. 2. Topografik kuzatishlar. Giologik kuzatishlar, er tuzilishining o'rganish haqida tushuncha beradi. 3. Hidrologik kuzatishlar. Botanik va zoologik kuzatishlar. Fenologik kuzatishlar haqida tushuncha beradi. 4. Temir yo'l, suv va xavo yo'llari. Daryo va dengiz yo'llari. Tabiatni muxofaza qilish haqida tushuncha beradi. O'qituvchi guruh va uning har bir a'zosiga mustaqil o'rganish, fikrlash uchun yozma tarqatma material beradi.	O'quv topshirig'ining mohiyatini tushunib oladilar, matn ustida tahliliy faoliyat ketma-ketligini aniq rejalashtiradilar. Matn mazmuni bilan mukammal tanishadilar. Mavzu xususida muayyan bilim va dunyoqarash tushunchalari shakllanadi. Matn bilan mustaqil va keyinchalik hamkorlikda ishlashga tayyor bo'ladilar. O'qituvchi tomonidan berilgan yo'naltiruvchi savollar mazmuni bilan tanishadilar, ayrim tushunmovchiliklarni o'qituvchidan so'rab, aniqlab oladilar. Muammoli savollar xususida fikrlaydilar. Mavzu xususida fikrlash davomida "nima uchun" jadvalini to'ldiradilar.	Talabalarda ta'limiy faoliyatga nisbatan motivatsiya rivojlanadi, o'quv-bilish faoliyatini to'g'ri rejalashtiradilar. Ularda ta'limiy maqsadlar yo'lida hamkorlikda ishlash, izlanish ko'nikmalari tarkib topadi.

	Matn tahlili uchun ketadigan vaqt hajmini belgilaydi, talabalarning barchasi faoliyatga jalb qilinganligini aniqlaydi va boshlash haqida e'lon qiladi.		
3- bosqich. Matn tahlili. 25 daqiqa.	Talabalar faoliyatini kuzatadi, barchasining ta'limiy faoliyatga jalb qilinganligiga e'tibor qaratadi, zarur xollarda to'g'ri yo'nalish berib boradi.	Ushbu bosqichda ular matnni tahlil qiladilar, unda keltirilgan fikrlar yuzasidan o'z munosabatlarini bildiradilar. Matn tahlili davomida o'qituvchi bergan savollarga javob topishga harakat qiladilar, o'z nuqtai-nazarlaridan kelib chiqqan holda pedagoglik mas'uliyati, jamiyat oldidagi ijtimoiy burch, g'oyaviy-siyosiy onglik, o'qituvchi ma'naviyati, pedagogik obro', kasbiy mahorat tushunchalari xususida fikrlaydilar. Fikrlarini aniq dalillarda asoslashga tayyorlanadilar, hayotiy misollarni keltiradilar.	Talabalarni muammoni o'rganish jarayonida faolligi oshadi, ularning mustaqil fikrlash qobiliyatlari rivojlanadi, dunyoqarashi kengayadi, hamkorlikda ishlashga o'rganadilar. Talabalarda kasbiy mahorat, mas'uliyat, burch tuyg'ulari, vijdoniylik, halollik, o'quvchi istiqboli oldida javobgarlik, ma'naviyatlilik, madaniyatlilik kabi tushunchalar asosida kasbiy e'tiqod tarkib topadi.
4- bosqich . Muhokama 20 daqiqa	O'qituvchi talabalarga tarqatilgan barcha materialning kay darajada o'zlashtirilganligini aniqlash maqsadida savollar bilan murojaat qiladi va javoblarni reyting ballari orkali baholaydi.	Talabalar o'qituvchi va boshqa guruh a'zolari tomonidan berilgan savollar xususida fikrlaydilar. O'z nuqtai-nazarlarini keng asoslab beradilar. Talabalar bir-birlarini tinglaydilar, matnda keltirilgan ayrim masalalar yuzasidan munozarada qatnashadilar.	Talabalarda matn ustida mustaqil ilmiy-tahliliy faoliyat yuritish ko'nikmalari rivojlanadi. Matnda keltirilgan ilmiy-amliy ma'lumotlar va ularning kasbiy jarayondagi tadbiqu muammolari bo'yicha aniq xulosalarga keladilar, pedagogik qobiliyat, mahorat, bilim, obro'ni shakllan tirish masalalari to'g'risida fikrlari shakllanadi. Mavzu bo'yicha bilim, ko'nikmalari

			mustahkamlanadi, kasbiy mahorat malakalari tarkib topadi, kasbiy o`zlikni anglash jarayonida mutahassislik tayyorgarligi amalga oshiriladi.
- bosqich . Yakun. 10 daqiqa.	O`qituvchi talabalarning javoblarini baholaydi, mashg`ulotga yakun yasaydi, ularning faoliyati bo`yicha fikrlarini bildiradi, noaniqliklarni oydinlashtiradi.	Talabalar o`z faoliyatlarini tahlil qiladilar, mashg`ulotning tashkil qilinishi xususida fikrlarini bildiradilar, o`z-o`zini baholaydi.	Talabalar o`z imkoniyat lari, kasbiy tayyorgarliklari darajasini tahlil qiladilar. Ularda amaliy faoliyat malakalari rivojlanadi.
Mustaqil ta`lim uchun topshiriq 5 daqiqa	Topografik kuzatishlar. Giologik kuzatishlar, er tuzilishining o`rganish xaqida tushunchalar xaqida ma`lumotlarni o`rganib kelish O`qituvchi manbalarni e`lon qiladi, talabalar e`tiborini mavzuning asosiy yo`nalishlariga qaratadi. O`qituvchi talabalar tomonidan berilgan savollarga javob beradi.	Topografik kuzatishlar. Giologik kuzatishlar, er tuzilishining o`rganish xaqida tushuncha xaqida ma`lumotlar yigib kelish va keyingi darsda so`zlab berish.	Talabalarning mavzu yuzasidan ijodiy va mantiqiy tizimli fikrlash qobiliyati, manbalar bilan mustaqil ishlash ko`nikma va malakalari rivojlanadi.

16-17 mavzu: Topografik kuzatishlar va botonik zoologik kuzatishlar
16.1. Amaliy mashg'ulotning texnologik modeli

Mashg'ulot vaqti: Soat	Talabalar soni: 25
Mashg'ulot shakli	Amaliy
Mashg'ulotning rejasi	<p>1. Sayrlarda o'lkashunoslik va qidiruv ishlari. Meteorologik kuzatishlar .</p> <p>2. Topografik kuzatishlar. Giologik kuzatishlar, er tuzilishining o'rganish.</p> <p>3. Hidrologik kuzatishlar. Botanik va zoologik kuzatishlar. Fenologik kuzatishlar.</p> <p>4. Temir yo'l, suv va xavo yo'llari. Daryo va dengiz yo'llari. Tabiatni muxofaza qilish.</p>
O'quv mashg'ulotining maqsadi	<p>Talabalarda Jismoniy tarbiya tizimda turizmning moxiyati va o'rni, shaxsning shakllanishdagi ahamiyati, turizmning bilimlar tizimi, fanning asosiy moxiyati, Sayrlarda o'lkashunoslik va qidiruv ishlari. Meteorologik kuzatishlar</p> <p>Turizm bo'yicha Topografik kuzatishlar. Giologik kuzatishlar, er tuzilishining o'rganish xaqidagi ma'lumotlarni o'rganishdan iborat Hidrologik kuzatishlar. Botanik va zoologik kuzatishlar. Fenologik kuzatishlar to'g'risidagi ma'lumotlarga ega bo'lish.</p>
<p>Pedagogik vazifalar.</p> <p>1. Sayrlarda o'lkashunoslik va qidiruv ishlari. Meteorologik kuzatishlar qoidalari xaqida ma'lumot beradi.</p> <p>2. Topografik kuzatishlar. Giologik kuzatishlar, er tuzilishining o'rganish xaqida tushuncha beradi.</p> <p>3 Hidrologik kuzatishlar. Botanik va zoologik kuzatishlar. .</p>	<p>O'quv faoliyati natijalari:</p> <p>1. . . Sayrlarda o'lkashunoslik va qidiruv ishlari. Meteorologik kuzatishlar qoidalari ahamiyati xaqidagi bilimlarga ega boladilar.</p> <p>2. Topografik kuzatishlar. Giologik kuzatishlar, er tuzilishining o'rganish xaqidagi bilimlarga ega boladilar.</p> <p>3 Hidrologik kuzatishlar. Botanik va zoologik kuzatishlar.</p>
Ta'lim berish usullari	Klaster
Ta'lim berish shakli	Kichik guruhlarda ta'lim
Ta'lim berish vositalari	Kompyuter, ekran, proektor, slaydlar.
Ta'lim berish sharoiti	O'qitishning texnika vositalari bilan jihozlangan 201-o'quv xonasi.
Monitoring va baholash	<p>Og'zaki so'rov.</p> <p>86-100% -5 baho</p> <p>71-85%- 4 baho</p> <p>70-55%-3 baho</p>

	<ul style="list-style-type: none"> • Talabanning faolligi, mavzu bo`yicha ilmiy-amaliy asoslangan xulosalarning keltirilganlik, tayanch tushunchalarning izohlanish darajasiga qarab 25% gacha • Mavzuning mantiqiy asosini ilmiy-nazariy kontseptsiyalar hamda amaliy faoliyat nuqtai-nazaridan yoritib berilganlik darajasiga qarab 25% gacha • Mavzu bo`yicha shaxsiy fikr va nuqtai-nazarlarning keltirilishi hamda ularning asoslanganlik darajasiga qarab 25% gacha • Mavzu bo`yicha ijodiy-konstruktiv faoliyat ko`nikma va malakalarining shakllanganlik darajasiga qarab 25% gacha <p>Mavzular taqdimoti quyidagi shakllarda amalga oshiriladi:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Doklad • Referat • Kompyuter prezentatsiyalari • Tadqiqot loyihalari
--	--

16-17.2. Amaliy mashg'ulotining texnologik kartasi

Ish bosqichlari va mazmuni	O`qituvchi faoliyati	Talabalar faoliyati	Kutilayotgan natijalar
1-bosqich. 10 daqiqa Tayyorlov.	O`qituvchi mavzuni e`lon qiladi. Mashg'ulotda qo`llaniladigan "Klaster" texnologiyasining ta'limiy imkoniyatlari, bosqichlari, qoidalari, kutilayotgan natijalar haqida ma'lumot beradi. O`qituvchi talabalarni 4-6 kishidan iborat kichik guruhlariga birlashtiradi. Guruh ichida talabalar faoliyatini tashkil qiladi.	Talabalar 4-6 kishidan iborat kichik guruhlariga birlashadilar, mashg'ulot mavzusini hamda bosqichlari, qoidalari, kutilayotgan natijalarni aniq tushunib oladilar. Kichik jamoa ichida faoliyatlarini muvofiqlashtiradilar. Ya'ni <i>kim, qanday</i> vazifani bajarishi kerakligini bilib oladi.	Talabalarda keltiriladigan o`quv axborotiga nisbatan kuchli motivatsiya shakllanadi, ular kichik guruhlarda ta'limiy faoliyatga tayyor bo`ladilar.
2-bosqich. 10 daqiqa. Kirish.	O`quv topshirig'ini aniq bayon qiladi. Turizmning me'yoriy dasturi va tashkiliy asoslari tavsifi mavzusidagi matnni o`qib, tahlil qiling. 2.Mavzu asosida o`z fikrlaringizni shakllantiring. 3.Quyidagi savollarga javob bering: 1. Sayrlarda o`lkashunoslik va qidiruv ishlari. Meteorologik kuzatishlar qoidalari haqida ma'lumot beradi. 2. Topografik kuzatishlar. Giologik kuzatishlar, er tuzilishining o`rganish haqida tushuncha beradi. 3 Hidrologik kuzatishlar. Botanik va zoologik kuzatishlar.	O`quv topshirig'ining mohiyatini tushunib oladilar, matn ustida tahliliy faoliyat ketma-ketligini aniq rejalashtiradilar. Matn mazmuni bilan mukammal tanishadilar. Mavzu xususida muayyan bilim va dunyoqarash tushunchalari shakllanadi. Matn bilan mustaqil va keyinchalik hamkorlikda ishlashga tayyor bo`ladilar.	Talabalarda ta'limiy faoliyatga nisbatan motivatsiya rivojlanadi, o`quv-bilish faoliyatini to`g`ri rejalashtiradilar. Ularda ta'limiy maqsadlar yo`lida hamkorlikda ishlash, izlanish ko`nikmalari tarkib topadi
3-bosqich. Matn tahlili. 25 daqiqa.	Talabalar faoliyatini kuzatadi, barchasining ta'limiy faoliyatga jalb qilinganligiga e'tibor qaratadi, zarur xollarda to`g`ri yo`nalish berib boradi.	Ushbu bosqichda ular matnni tahlil qiladilar, unda keltirilgan fikrlar yuzasidan o`z munosabatlarini bildiradilar. Matn tahlili davomida o`qituvchi bergan savollarga javob topishga harakat qiladilar, o`z nuqtai-nazarlaridan kelib chiqqan holda pedagoglik mas'uliyati,	Talabalarni muammoni o`rganish jarayonida faolligi oshadi, ularning mustaqil fikrlash qobiliyatlari rivojlanadi, dunyoqarashi kengayadi, hamkorlikda ishlashga o`rganadilar. Talabalarda kasbiy mahorat, mas'uliyat, burch tuyg`ulari, vijdoniylik, halollik,
4-bosqich.	O`qituvchi talabalarga tarqatilgan barcha materialning kay darajada o`zlashtirilganligini aniqlash	Talabalar o`qituvchi va boshqa guruh a'zolari tomonidan berilgan	Talabalarda matn ustida mustaqil ilmiy-tahliliy faoliyat yuritish

<p>Muhokama 20 daqiqa</p>	<p>maqsadida savollar bilan murojaat qiladi va javoblarni reyting ballari orkali baholaydi.</p>	<p>savollar xususida fikrlaydilar. O'z nuqtai-nazarlarini keng asoslab beradilar. Talabalar bir-birlarini tinglaydilar, matnda keltirilgan ayrim masalalar yuzasidan munozarada qatnashadilar.</p>	<p>ko'nikmalari rivojlanadi. Matnda keltirilgan ilmiy-amliy ma'lumotlar va ularning kasbiy jarayondagi tadbiqu muammolari bo'yicha aniq xulosalarga keladilar, pedagogik qobiliyat, mahorat, bilim, obro'ni shakllan tirish masalalari to'g'risida fikrlari shakllanadi. Mavzu bo'yicha bilim, ko'nikmalari mustahkamlanadi, kasbiy mahorat malakalari tarkib topadi, kasbiy o'zlikni anglash jarayonida mutahassislik tayyorgarligi amalga oshiriladi.</p>
<p>- bosqich. Yakun. 10 daqiqa.</p>	<p>O'qituvchi talabalarning javoblarini baholaydi, mashg'ulotga yakun yasaydi, ularning faoliyati bo'yicha fikrlarini bildiradi, noaniqliklarni oydinlashtiradi.</p>	<p>Talabalar o'z faoliyatlarini tahlil qiladilar, mashg'ulotning tashkil qilinishi xususida fikrlarini bildiradilar, o'z-o'zini baholaydi.</p>	<p>Talabalar o'z imkoniyatlari, kasbiy tayyorgarliklari darajasini tahlil qiladilar. Ularda amaliy faoliyat malakalari rivojlanadi.</p>
<p>Mustaqil ta'lim uchun topshiriq 5 daqiqa</p>	<p>Topografik kuzatishlar. Giologik kuzatishlar, er tuzilishining o'rganish xaqida tushunchalar xaqida ma'lumotlarni o'rganib kelish O'qituvchi manbalarni e'lon qiladi, talabalar e'tiborini mavzuning asosiy yo'nalishlariga qaratadi. O'qituvchi talabalar tomonidan berilgan savollarga javob beradi.</p>	<p>Topografik kuzatishlar. Giologik kuzatishlar, er tuzilishining o'rganish xaqida tushunchalar xaqida ma'lumotlar yigib kelish va keyingi darsda so'zlab berish.</p>	<p>Talabalarning mavzu yuzasidan ijodiy va mantiqiy tizimli fikrlash qobiliyati, manbalar bilan mustaqil ishlash ko'nikma va malakalari rivojlanadi.</p>

18-mavzu: Tabiatni muxofaza qilish.
18.1. Amaliy mashg'ulotning texnologik modeli

Ta'lim berish usullari	Kichik guruhlarda ta'lim "Aqliy xujum"
Ta'lim berish shakli	Kichik guruhlarda ta'lim
Mashg'ulot vaqti: Soat	Talabalar soni: 25
Mashg'ulot shakli	Amaliy
Mashg'ulotning rejasi	1. Sayrlarda o'lkashunoslik va qidiruv ishlari. 2. Tabiatni muxofaza qilish ishlari. 3. Fenalogik kuzatishlar. 4. Temir yo'l, suv va xavo yo'llari. Daryo va dengiz yo'llari. Tabiatni muxofaza qilish.
O'quv mashg'ulotining maqsadi	Talabalarda Jismoniy tarbiya tizimda turizmning mohiyati va o'rni, shaxsning shakllanishdagi ahamiyati, turizmning bilimlar tizimi, fanning asosiy mohiyati, Sayrlarda o'lkashunoslik va qidiruv ishlari. Meteorologik kuzatishlar Turizm bo'yicha Topografik kuzatishlar. Giologik kuzatishlar, er tuzilishining o'rganish xaqidagi ma'lumotlarni o'rganishdan iborat Hidrologik kuzatishlar. Botanik va zoologik kuzatishlar. Fenalogik kuzatishlar to'g'risidagi ma'lumotlarga ega bo'lish.
Pedagogik vazifalar. 1. Sayrlarda o'lkashunoslik va qidiruv ishlari. Meteorologik kuzatishlar qoidalari xaqida ma'lumot beradi. 2. Topografik kuzatishlar. Giologik kuzatishlar, er tuzilishining o'rganish xaqida tushuncha beradi. 3 Hidrologik kuzatishlar. Botanik va zoologik kuzatishlar. Fenalogik kuzatishlar xaqida tushuncha beradi. 4. Temir yo'l, suv va xavo yo'llari. Daryo va dengiz yo'llari. Tabiatni muxofaza qilish xaqida tushuncha beradi.	O'quv faoliyati natijalari: 1. . . Sayrlarda o'lkashunoslik va qidiruv ishlari. Meteorologik kuzatishlar qoidalari ahamiyati xaqidagi bilimlarga ega boladilar. 2. Topografik kuzatishlar. Giologik kuzatishlar, er tuzilishining o'rganish xaqidagi bilimlarga ega boladilar. 3 Hidrologik kuzatishlar. Botanik va zoologik kuzatishlar. Fenalogik kuzatishlar xaqidagi bilimlarga ega bo'ladilar. 4. Temir yo'l, suv va xavo yo'llari. Daryo va dengiz yo'llari. Tabiatni muxofaza qilish xaqidagi bilimlarga ega boladilar.
Ta'lim berish vositalari	Kompyuter, ekran, proektor, slaydlar.
Ta'lim berish sharoiti	O'qitishning texnika vositalari bilan jihozlangan 201-o'quv xonasi.
Monitoring va baholash	Og'zaki so'rov. 86-100% -5 baho 71-85%- 4 baho 70-55%-3 baho • Talabaning faolligi, mavzu bo'yicha ilmiy-amaliy asoslangan xulosalarning keltirilganlik, tayanch

	<p>tushunchalarning izohlanish darajasiga qarab 25% gacha</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mavzuning mantiqiy asosini ilmiy-nazariy kontseptsiyalar hamda amaliy faoliyat nuqtai-nazaridan yoritib berilganlik darajasiga qarab 25% gacha • Mavzu bo`yicha shaxsiy fikr va nuqtai-nazarlarning keltirilishi hamda ularning asoslanganlik darajasiga qarab 25% gacha • Mavzu bo`yicha ijodiy-konstruktiv faoliyat ko`nikma va malakalarining shakllanganlik darajasiga qarab 25% gacha <p>Mavzular taqdimoti quyidagi shakllarda amalga oshiriladi:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Doklad • Referat • Kompyuter prezentatsiyalari • Tadqiqot loyihalari
--	---

18.2. Amaliy mashg'ulotining texnologik kartasi

Ish bosqichlari va mazmuni	O`qituvchi faoliyati	Talabalar faoliyati	Kutilayotgan natijalar
1-bosqich. 10 daqiqa Tayyorlov.	O`qituvchi mavzuni e`lon qiladi. Mashg`ulotda qo`llaniladigan "Kichik guruhlarda ta`lim aqliy xujum" texnologiyasining ta`limiy imkoniyatlari, bosqichlari, qoidalari, kutilayotgan natijalar haqida ma`lumot beradi. O`qituvchi talabalarni 4-6 kishidan iborat kichik guruhlariga birlashtiradi. Guruh ichida talabalar faoliyatini tashkil qiladi. Ya`ni lider, generatorlar, katalizatorlar, ekspert, bayonnoma yozib boruvchi belgilanadi va ularning vazifalari aniq taqsimlanadi. fikrlarni qayd qilib borishlari uchun vatmann qog`ozi,markerlarni tarqatadi.	Talabalar 4-6 kishidan iborat kichik guruhlariga birlashtiriladi, mashg`ulot mavzusini hamda bosqichlari, qoidalari, kutilayotgan natijalarni aniq tushunib oladilar. Kichik jamoa ichida faoliyatlarini muvofiqlashtiradilar. Ya`ni kim, qanday vazifani bajarishi kerakligini bilib oladi.	Talabalarda keltiriladi gan o`quv axborotiga nisbatan kuchli motivatsiya shakllanadi, ular kichik guruhlarda ta`limiy faoliyatga tayyor bo`ladilar.
2-bosqich. 10 daqiqa. Kirish.	O`quv topshirig`ini aniq bayon qiladi. Turizmning me`yoriy dasturi va tashkiliy asoslari tavsifi mavzusidagi matnni o`qib, tahlil qiling. 2.Mavzu asosida o`z fikrlaringizni shakllantiring. 3.Quyidagi savollarga javob bering: 1. Sayrlarda o`lkashunoslik va qidiruv ishlari. Fenalogik kuzatishlar xaqida tushuncha beradi. 4. Temir yo`l, suv va xavo yo`llari. Daryo va dengiz yo`llari. Tabiatni muxofaza qilish xaqida tushuncha beradi. O`qituvchi guruh va uning har bir a`zosiga mustaqil o`rganish, fikrlash uchun yozma tarqatma material beradi. Matn tahlili uchun ketadigan vaqt hajmini belgilaydi, talabalarning barchasi faoliyatga jalb qilinganligini aniqlaydi va boshlash haqida e`lon qiladi.	O`quv topshirig`ining mohiyatini tushunib oladilar, matn ustida tahliliy faoliyat ketma-ketligini aniq rejalashtiradilar. Matn mazmuni bilan mukammal tanishadilar. Mavzu xususida muayyan bilim va dunyoqarash tushunchalari shakllanadi. Matn bilan mustaqil va keyinchalik hamkorlikda ishlashga tayyor bo`ladilar. O`qituvchi tomonidan berilgan yo`naltiruvchi savollar mazmuni bilan tanishadilar, ayrim tushunmovchiliklarni o`qituvchidan so`rab, aniqlab oladilar.Muammoli savollar xususida fikrlaydilar. Mavzu xususida fikrlash davomida	Talabalarda ta`limiy faoliyatga nisbatan motivatsiya rivojlanadi, o`quv-bilish faoliyatini to`g`ri rejalashtiradilar. Ularda ta`limiy maqsadlar yo`lida hamkorlikda ishlash, izlanish ko`nikmalari tarkib topadi.

3-bosqich. Matn tahlili. 25 daqqa.	Talabalar faoliyatini kuzatadi, barchasining ta'limiy faoliyatga jalb qilinganligiga e'tibor qaratadi, zarur xollarda to'g'ri yo'nalish berib boradi.	Ushbu bosqichda ular matnni tahlil qiladilar, unda keltirilgan fikrlar yuzasidan o'z munosabatlarini bildiradilar. Matn tahlili davomida o'qituvchi bergan savollarga javob topishga harakat qiladilar, o'z nuqtai-nazarlaridan kelib chiqqan holda pedagoglik mas'uliyati, jamiyat oldidagi ijtimoiy burch, g'oyaviy-siyosiy onglik, o'qituvchi ma'naviyati, pedagogik obro', kasbiy mahorat tushunchalari xususida fikrlaydilar. Fikrlarini aniq dalillarda asoslashga tayyorlanadilar, hayotiy misollarni keltiradilar.	Talabalarni muammoni o'rganish jarayonida faolligi oshadi, ularning mustaqil fikrlash qobiliyatlari rivojlanadi, dunyoqarashi kengayadi, hamkorlikda ishlashga o'rganadilar. Talabalarda kasbiy mahorat, mas'uliyat, burch tuyg'ulari, .
4- bosqich. Muhoka ma 20 daqiqa	O'qituvchi talabalarga tarqatilgan barcha materialning kay darajada o'zlashtirilganligini aniqlash maqsadida savollar bilan murojaat qiladi va javoblarni reyting ballari orkali baholaydi.	Talabalar o'qituvchi va boshqa guruh a'zolari tomonidan berilgan savollar xususida fikrlaydilar. O'z nuqtai-nazarlarini keng asoslab beradilar. Talabalar bir-birlarini tinglaydilar, matnda keltirilgan ayrim masalalar yuzasidan munozarada qatnashadilar.	Talabalarda matn ustida mustaqil ilmiy-tahliliy faoliyat yuritish ko'nikmalari rivojlanadi. Matnda keltirilgan ilmiy-amliy ma'lumotlar va ularning kasbiy jarayondagi tadbiqu muammolari bo'yicha aniq xulosalarga keladilar Mavzu bo'yicha bilim, ko'nikmalari mustahkamlanadi, kasbiy mahorat malakalari tarkib topadi, kasbiy o'zlikni anglash jarayonida mutahassislik tayyorgarligi amalga oshiriladi.
-bosqich. Yakun. 10 daqqa.	O'qituvchi talabalarning javoblarini baholaydi, mashg'ulotga yakun yasaydi, ularning faoliyati bo'yicha fikrlarini bildiradi, noaniqliklarni	Talabalar o'z faoliyatlarini tahlil qiladilar, mashg'ulotning tashkil qilinishi xususida fikrlarini bildiradilar, o'z-o'zini baholaydi.	Talabalar o'z imkoniyat lari, kasbiy tayyorgarliklari darajasini tahlil

	oydinlashtiradi.		qiladilar. Ularda amaliy faoliyat malakalari rivojlanadi.
Mustaqil ta'lim uchun topshiriq 5 daqiqa	Topografik kuzatishlar. Giologik kuzatishlar, er tuzilishining o'rganish xaqida tushunchalar xaqida ma'lumotlarni o'rganib kelish O'qituvchi manbalarni e'lon qiladi, talabalar e'tiborini mavzuning asosiy yo'nalishlariga qaratadi. O'qituvchi talabalar tomonidan berilgan savollarga javob beradi.	Topografik kuzatishlar. Giologik kuzatishlar, er tuzilishining o'rganish xaqida tushuncha xaqida ma'lumotlar yigib kelish va keyingi darsda so'zlab berish.	Talabalarning mavzu yuzasidan ijodiy va mantiqiy tizimli fikrlash qobiliyati, manbalar bilan mustaqil ishlash ko'nikma va malakalari rivojlanadi.

19-mavzu. Turli musobaqalar o'tlazish
19.1. Amaliy mashg'ulotning texnologik modeli

Ta'lim berish usullari	FSMU "Nima uchun"
Ta'lim berish shakli	Kichik guruhlarda ta'lim
Mashg'ulot shakli	Amaliy
Mashg'ulotning rejasi	1.Balandlikka chiqish, tushish.
O`quv mashg'ulotining maqsadi	2.Chodirlarni tez o`rnatish rukzakka kerakli buyum va jixozlarni joylash.
	3.Ovqat pishirish bo`yicha estafetalar tashkil qilish.
	4.Devoriy gazeta tayyorlash, rasmlar ko`rgazmasini namoyish etish.
	Talabalarda 1.Balandlikka chiqish, tushish usullarini o`rgatish. 2.Chodirlarni tez o`rnatishni o`rgatish 3.Rukzakka kerakli buyum va jixozlarni joylashtirishni o`rgatish. 3.Ovqat pishirish bo`yicha estafetalar tashkil qilish. 4.Devoriy gazeta tayyorlash, rasmlar ko`rgazmasini namoyish etish. Piyoda yurish turizm tashkil qilinishi to`g`risidagi ma`lumotlarga ega bo`lish.
Pedagogik vazifalar. 1.Balandlikka chiqish, tushish usullarini o`rgatish. 2.Chodirlarni tez o`rnatishni o`rgatish 3.Rukzakka kerakli buyum va jixozlarni joylashtirishni o`rgatish. 3.Ovqat pishirish bo`yicha estafetalar tashkil qilish. 4.Devoriy gazeta tayyorlash, rasmlar ko`rgazmasini namoyish etish.	O`quv faoliyati natijalari: 1.Balandlikka chiqish, tushish usullarini o`rganadilar. 2.Chodirlarni tez o`rnatishni o`rganishga erishadilar. 3.Rukzakka kerakli buyum va jixozlarni joylashtirishni o`rganadilar. 3.Ovqat pishirish bo`yicha estafetalar tashkil qilishni o`rganadilar. 4.Devoriy gazeta tayyorlash, rasmlar ko`rgazmasini namoyish etish xaqida ma`lumotga ega bo`ladilar.
Mashg'ulot shakli	Amaliy
Ta'lim berish vositalari	Kompyuter, ekran, proektor, slaydlar.
Ta'lim berish sharoiti	O`qitishning texnika vositalari bilan jihozlangan 204-o`quv xonasi.
Monitoring va baholash	Og`zaki so`rov. 86-100% -5 baho 71-85%- 4 baho 70-55%-3 baho • Talabaning faolligi, mavzu bo`yicha ilmiy-amaliy asoslangan xulosalarning keltirilganlik, tayanch

	<p>tushunchalarning izohlanish darajasiga qarab 25% gacha</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mavzuning mantiqiy asosini ilmiy-nazariy kontseptsiyalar hamda amaliy faoliyat nuqtai-nazaridan yoritib berilganlik darajasiga qarab 25% gacha • Mavzu bo`yicha shaxsiy fikr va nuqtai-nazarlarning keltirilishi hamda ularning asoslanganlik darajasiga qarab 25% gacha • Mavzu bo`yicha ijodiy-konstruktiv faoliyat ko`nikma va malakalarining shakllanganlik darajasiga qarab 25% gacha <p>Mavzular taqdimoti quyidagi shakllarda amalga oshiriladi:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Doklad • Referat • Kompyuter prezentatsiyalari • Tadqiqot loyihalari
--	---

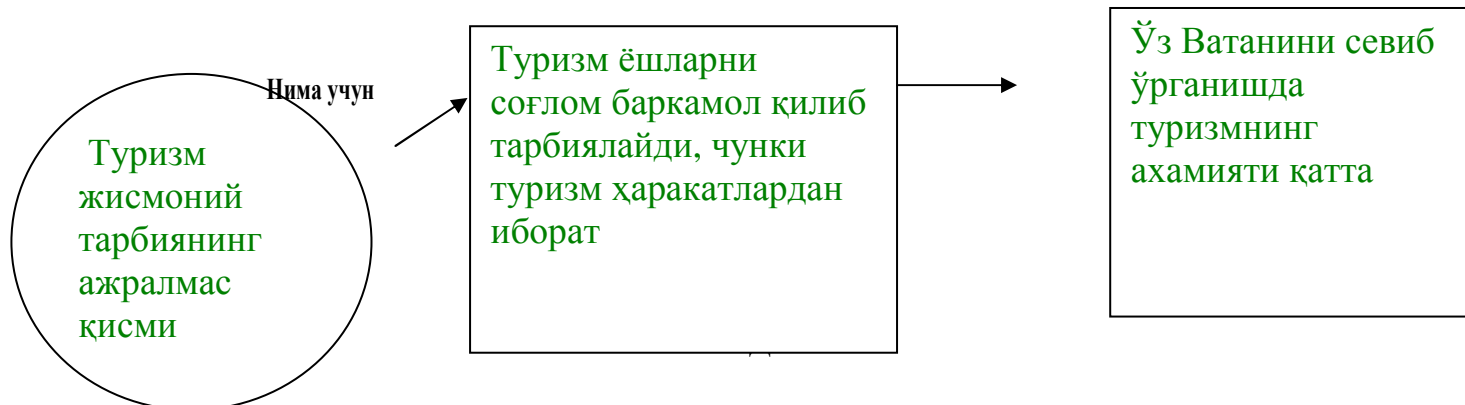
19.2. Amaliy mashg`ulotining texnologik kartasi

Ish bosqichlari va mazmuni	O`qituvchi faoliyati	Talabalar faoliyati	Kutilayotgan natijalar
1-bosqich. 10 daqiqa Tayyorlov.	<p>O`qituvchi mavzuni e`lon qiladi. Mashg`ulotda qo`llaniladigan “FSMU” “Nima uchun” texnologiyasining ta`limiy imkoniyatlari, bosqichlari, qoidalari, kutilayotgan natijalar haqida ma`lumot beradi. O`qituvchi talabalarni 4-6 kishidan iborat kichik guruhlariga birlashtiradi. Guruh ichida talabalar faoliyatini tashkil qiladi. Ya`ni lider, generatorlar, katalizatorlar, ekspert, bayonnoma yozib boruvchi belgilanadi va ularning vazifalari aniq taqsimlanadi. fikrlarni qayd qilib borishlari uchun vatmann qog`ozi,markerlarni tarqatadi.</p>	<p>Talabalar 4-6 kishidan iborat kichik guruhlariga birlashtiriladi, mashg`ulot mavzusini hamda bosqichlari, qoidalari, kutilayotgan natijalarni aniq tushunib oladilar. Kichik jamoa ichida faoliyatlarini muvofiqlashtiradilar. Ya`ni <i>kim, qanday</i> vazifani bajarishi kerakligini bilib oladi.</p>	<p>Talabalarda keltiriladigan o`quv axborotiga nisbatan kuchli motivatsiya shakllanadi, ular kichik guruhlarida ta`limiy faoliyatga tayyor bo`ladilar.</p>

<p>2-bosqich. 10 daqiqa. Kirish.</p>	<p>O`quv topshirig`ini aniq bayon qiladi. Turizmning me`yoriy dasturi va tashkiliy asoslari tavsifi mavzusidagi matnni o`qib, tahlil qiling. 2.Mavzu asosida o`z fikrlaringizni shakllantiring. 3.Quyidagi savollarga javob bering: 1.Balandlikka chiqish, tushish usullarini o`rgatish. 2.Chodirlarni tez o`rnatishni o`rgatish 3.Rukzakka kerakli buyum va jixozlarni joylashtirishni o`rgatish. 4.Ovqat pishirish bo`yicha estafetalar tashkil qilish. 5.Devoriy gazeta tayyorlash, rasmlar ko`rgazmasini namoyish etish xaqidagagi ma`lumotlarni berish. O`qituvchi guruh va uning har bir a`zosiga mustaqil o`rganish, fikrlash uchun yozma tarqatma material beradi. Matn tahlili uchun ketadigan vaqt hajmini belgilaydi, talabalarning barchasi faoliyatga jalb qilinganligini aniqlaydi va boshlash haqida e`lon qiladi.</p>	<p>O`quv topshirig`ining mohiyatini tushunib oladilar, matn ustida tahliliy faoliyat ketma-ketligini aniq rejalashtiradilar. Matn mazmuni bilan mukammal tanishadilar. Mavzu xususida muayyan bilim va dunyoqarash tushunchalari shakllanadi. Matn bilan mustaqil va keyinchalik hamkorlikda ishlashga tayyor bo`ladilar. O`qituvchi tomonidan berilgan yo`naltiruvchi savollar mazmuni bilan tanishadilar, ayrim tushunmovchiliklarni o`qituvchidan so`rab, aniqlab oladilar.Muammoli savollar xususida fikrlaydilar. Mavzu xususida fikrlash davomida “<i>nima uchun</i>” jadvalini to`ldiradilar .</p>	<p>Talabalarda ta`limiy faoliyatga nisbatan motivatsiya rivojlanadi, o`quv-bilish faoliyatini to`g`ri rejalashtiradilar. Ularda ta`limiy maqsadlar yo`lida hamkorlikda ishlash, izlanish ko`nikmalari tarkib topadi. topadi, talabalar faollashadilar.</p>
<p>3-bosqich. Matn tahlili. 25 daqiqa.</p>	<p>Talabalar faoliyatini kuzatadi, barchasining ta`limiy faoliyatga jalb qilinganligiga e`tibor qaratadi, zarur xollarda to`g`ri yo`nalish berib boradi.</p>	<p>Ushbu bosqichda ular matnni tahlil qiladilar, unda keltirilgan fikrlar yuzasidan o`z munosabatlarini bildiradilar. Matn tahlili davomida o`qituvchi bergan savollarga javob topishga harakat qiladilar, o`z nuqtai-nazarlaridan kelib chiqqan holda pedagoglik mas`uliyati, jamiyat oldidagi ijtimoiy burch, g`oyaviy-siyosiy onglik, o`qituvchi ma`naviyati, pedagogik obro`, kasbiy mahorat tushunchalari xususida fikrlaydilar. Fikrlarini aniq dalillarda asoslashga tayyorlanadilar, hayotiy misollarni keltiradilar.</p>	<p>Talabalarni muammoni o`rganish jarayonida faolligi oshadi, ularning mustaqil fikrlash qobiliyatlari rivojlanadi, dunyoqarashi kengayadi, hamkorlikda ishlashga o`rganadilar..</p>

<p>4-bosqich. Muhokama 20 daqiqa</p>	<p>O`qituvchi talabalarga tarqatilgan barcha materialning kay darajada o`zlashtirilganligini aniqlash maqsadida savollar bilan murojaat qiladi va javoblarni reyting ballari orkali baholaydi.</p>	<p>Talabalar o`qituvchi va boshqa guruh a`zolari tomonidan berilgan savollar xususida fikrlaydilar. O`z nuqtai-nazarlarini keng asoslab beradilar. Talabalar bir-birlarini tinglaydilar, matnda keltirilgan ayrim masalalar yuzasidan munozarada qatnashadilar.</p>	<p>Talabalarda matn ustida mustaqil ilmiy-tahliliy faoliyat yuritish ko`nikmalari rivojlanadi. i shakllanadi.Mavzu bo`yicha bilim, ko`nikmalari mustahkamlanadi, kasbiy mahorat malakalari tarkib topadi, kasbiy o`zlikni anglash jarayonida mutahassislik tayyorgarligi amalga oshiriladi.</p>
<p>5-bosqich. Yakun. 10 daqiqa.</p>	<p>O`qituvchi talabalarning javoblarini baholaydi, mashg`ulotga yakun yasaydi, ularning faoliyati bo`yicha fikrlarini bildiradi, noaniqliklarni oydinlashtiradi.</p>	<p>Talabalar o`z faoliyatlarini tahlil qiladilar, mashg`ulotning tashkil qilinishi xususida fikrlarini bildiradilar, o`z-o`zini baholaydiar.</p>	<p>Talabalar o`z imkoniyat lari, kasbiy tayyorgarliklari darajasini tahlil qiladilar. Ularda amaliy faoliyat malakalari rivojlanadi.</p>
<p>Mustaqil ta`lim uchun topshiriq 5 daqiqa</p>	<p>Chodirlarni tez o`rnatishni o`rgatish, rukzakka kerakli buyum va jixozlarni joylashtirishni o`rganib kelish O`qituvchi manbalarni e`lon qiladi, talabalar e`tiborini mavzuning asosiy yo`nalishlariga qaratadi. O`qituvchi talabalar tomonidan berilgan savollarga javob beradi.</p>	<p>Chodirlarni tez o`rnatishni o`rgatish,rukzakka kerakli buyum va jixozlarni joylashtirishni o`rganib keladilar</p>	<p>Talabalarning mavzu yuzasidan ijodiy va mantiqiy tizimli fikrlash qobiliyati, manbalar bilan mustaqil ishlash ko`nikma va malakalari rivojlanadi.</p>

1-ilova "Nima uchun?" jadvali



Нима учун?

BBB grafik organayzer

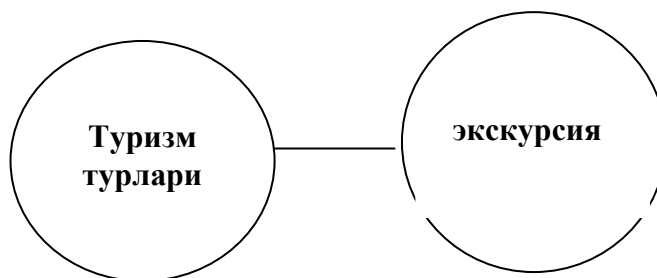
Биламан	Билишни хоҳлайман	Билиб олдим

F S M U texnologiyasi

- F- fikringizni bayon eting**
- S- fikringiz sababini ayting**
- M-misol keltiring**
- U -umumlashtiring**

Янги педагогик технология методи бўйича тарқатма материал

**Фан бўйича «Кластер» методи
« Туризм ва уни ўқитиш методикаси» фани бўйича
1-вариант**



Янги педагогик технология методи бўйича тарқатма материал
Фан бўйича «Бумеранг» методи
« Туризм ва уни ўқитиш методикаси» фани бўйича
1-вариант

Мавзулар мазмуни		
1	2	3
Туризмнинг мақсад вазифалари	Туризмнинг соғломлаштириш ва тарбиялашдаги аҳамияти	Туристтик слёт хақида маълумот

Изох: Бу метод технологияси танқидий фикрлаш, мантиқни шакллантиришга имконият яратади, хотирани ғояларни, фикрларни, далилларни ёзма ва оғзаки шаклларда баён қилиш кўникмаларни шакллантиради.

Янги педагогик технология методи бўйича тарқатма материал
Фан бўйича «Агарда Мен.....» методи
« Туризм ва уни ўқитиш методикаси» фани бўйича
1-вариант

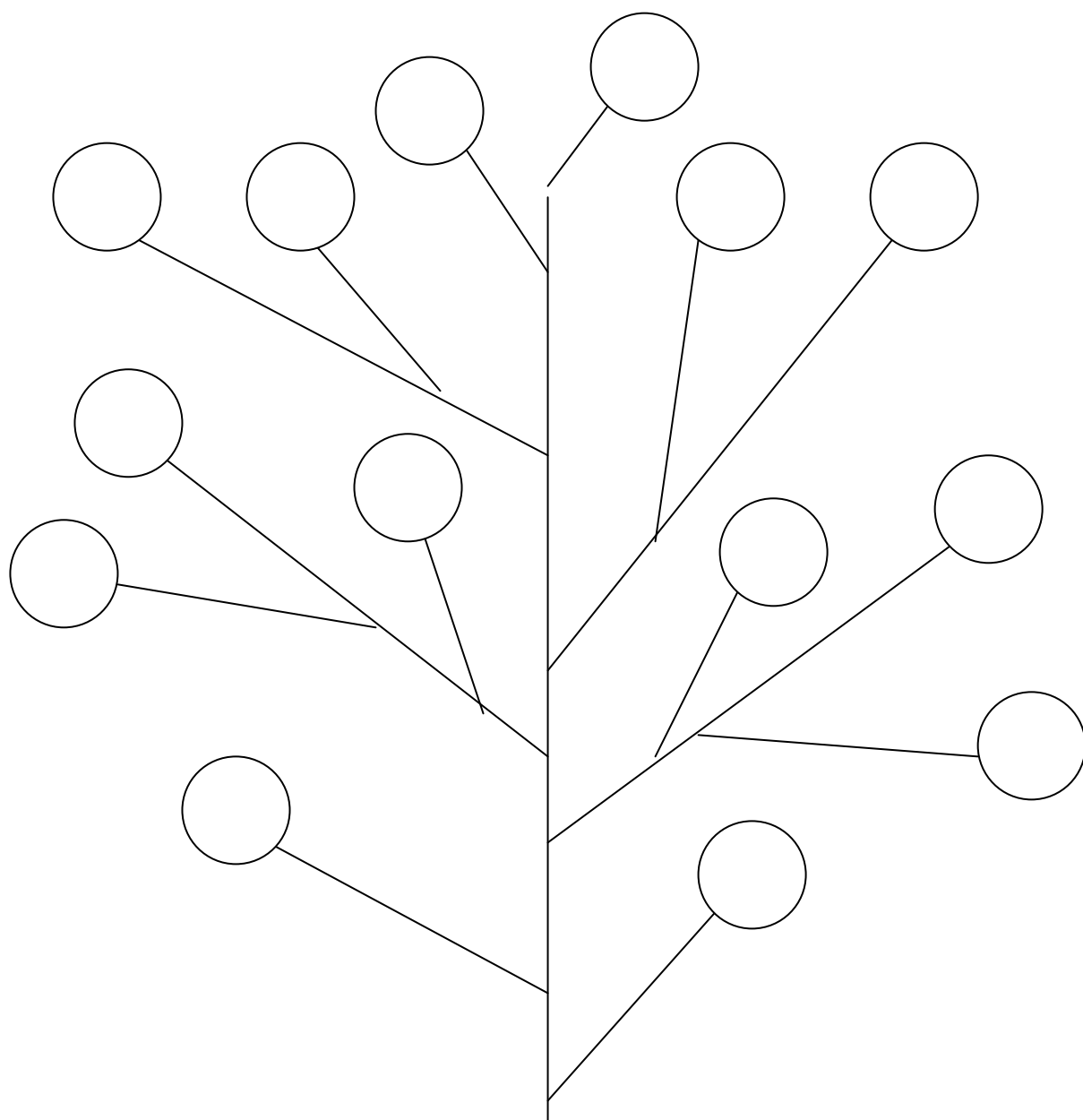
Жисмоний тарбия ўқитувчиси бўлсам.....

Янги педагогик технология методи бўйича тарқатма материал
Фан бўйича «Тарози» методи
« Туризм ва уни ўқитиш методикаси» фани бўйича
2-вариант

Жамоалар номлари	
Куёш жамоаси	Юлдузча жамоаси
Туристтик анжомаларининг зарурияти	Туристтик анжомаларининг зарур эмаслиги

Изох: Бу технология кичик гуруҳларда ва жамоалар орасида тадбиқ этилади. Шунингдек ўқув материални ўрганишнинг турли босқичларда қўлланилиши мумкин. Ўтилган материаллар бўйича хулоса қилиш босқичида юқори Самара ва натижа беради, чунки ўқиётганларнинг юқори даражада хабардорликларини ва ўрганилган материаллардан еркин фойдаланишини назарда тутди.

**Фан бўйича «Ечим дарахти» методи
« Туризм ва уни ўқитиш методикаси» фани мисолида
1-вариант**



Изоҳ: Жисмоний тарбия ва спорт фаолиятини қайси звеноларда ўтилиши мавзуси мисолида олиниб, бу технология орқали талабаларни фаол ҳаётини нуктаин назарини шакллантириш, ўз фикрига ҳурмат ва тоқат қилиш, жамоада ишлашни эплэй олиш, мурасали қарорига кела олиш, ҳушмуомилаликни, масъуллик ва қизиқишини уйғотади.

Foydalanilgan asosiy darsliklar va o`quv qo`llanmalar ro`yxati

Asosiy adabiyotlar

5. Abdumalikov R., Xoldorov T. Turizm Toshkent., O`qituvchi 1988 y.
6. Abdumalikov R., Xoldorov T. Turizm Toshkent., O`qituvchi (o`zbek tilida) 1999 y.
3. Xoldorov T., Tulenova X.B Turizm va uni o`qitish metodikasi Toshkent., 2007 y

Qo`shimcha adabiyotlar

1. Ratsek V. O`rta osiyo yo`llari bo`ylab Toshkent., 1976 y.
2. Kolbintsev A.. Fargana vodiysi bo`ylab Toshkent., 1983-1985 yy.
7. Kucheryavnyx V. Faisk tog`lar bo`ylab sayoxat joylari Toshkent., 1979-1980 yy.
8. R.Abdumalikov Sayoxat saxifalari – Toshkent 1985 y.
13. Ochilov M. Yangi pedagogic texnologiyalar Qo`llanma- Qarshi, «Nasaf», 2000.
5. www.mbs-multimedia.ru - Uzbekistan
6. www.kemsusport.narod.ru

Yangi adabiyotlar

7. R.A. Qosimova Turizm va uni o`qitish metodikasi Toshkent 2008y
8. X.M. Mamatquliev, A.B. Bektemirov, I.S. Tuxliyev, A.N. Norchaev. Xalqaro Turizm Toshkent-2009y

Dasturning informatsion - uslubiy ta`minoti

1. www.tdpu.uz
2. www.pedagog.uz
3. www.Ziyonet.uz
4. www.edu.uz
5. [tdpu INTRANET. uz](http://tdpu.INTRANET.uz)

Didaktik vositalar

- **jihozlar va uskunalar, moslamalar:** stadion maketlari, plakatlar, elektron doska –Hitachi, LCD monitor, elektron ko`rsatkich.
- **video audio uskunalar:** video, audiomagnitovon, ovoz kuchaytirgich.
- **kompyuter va multimediali vositalar:** kompyuter, Dell tipidagi proektor, DVD- diskovod, Web- kamera, video – ko`z (glazok).

Fan dasturi -----	3
Ta'limda innafatsiyon texnologiyalar-----	10
Turizm va uni o'qitish metodikasi fanidan ta'lim texnologiyasining konseptual asoslari-----	12
Ishchi dastur -----	13
Baxolash mezonlari -----	18
Dastur bajarilishining kalendar ish rejasi -----	21
Ma'ruza matnlari -----	26
Turizm va uni o'qitish metodikasi fanidan texnologik xarita -----	72
Ma'ruza mashg'ulotlarning texnologik xaritasi -----	74
Amaliy mashg'ulotlarning texnologik xaritasi -----	81
Ilovalar -----	143
Foydalangan adabiyotlar-----	146