



OILADA BO'SH VAQTDAN TO'G'RI FOYDALANISHNING IJTIMOIY-PEDAGOGIK VA MA'NAVIY OMILLARI

Toshkent shahar Yashnobod tumani

Toshkent davlat tibbiyot universiteti 3-son akademik litseyi

Nodirova Xursanoy Ibragimovna

Rus tili fani o'qituvchisi

Annotatsiya: Ushbu maqolada oila a'zolarining, xususan, akademik litsey yoshlarining bo'sh vaqtini to'g'ri va samarali tashkil etishning ijtimoiy-pedagogik ahamiyati tahlil qilinadi. Muallif o'zbek oilalarining milliy mentaliteti xususiyatlaridan kelib chiqqan holda, bo'sh vaqt madaniyatini shakllantirish, oilaviy birdamlikni mustahkamlash hamda raqamli texnologiyalar asrida virtual qaramlikka qarshi kurashish usullarini yoritib bergan. Maqola akademik litseylarning pedagog xodimlari, guruh murabbiylari va ota-onalar uchun amaliy-metodik manba bo'lib xizmat qiladi.

Kalit so'zlar: oila instituti, bo'sh vaqt, vaqt menejmenti, o'zbek mentaliteti, akademik litsey.

Kirish

Vaqt — insoniyatga berilgan eng oliy, qaytarib bo'lmaz va bebahog' nematdir. Jamiyatning taraqqiyot darajasi uning a'zolari o'zlarining ish va bo'sh vaqtlaridan qanchalik unumli va oqilona foydalanishlari bilan ham belgilanadi. Ayniqsa, shaxs ma'naviyati va dunyoqarashi shakllanadigan asosiy maskan — oilada bo'sh vaqtini to'g'ri taqsimlash, uni mazmunli tashkil etish bugungi kunda pedagogika va sotsiologiya fanlarining dolzarb muammolaridan biri bo'lib qolmoqda.

Bugungi shiddatli axborot asrida, smartfonlar, ijtimoiy tarmoqlar va virtual o'yinlar hayotimizga chuqur kirib kelgan bir sharoitda o'zbek oilalarida o'zaro jonli muloqotning kamayib borishi kuzatilmoqda. Bir xonadonda yashayotgan oila a'zolarining bo'sh vaqtlarida bir-birlari bilan muloqot qilish o'rniga virtual dunyoga g'arq bo'lishi oila institutining ma'naviy poydevoriga putur yetkazishi mumkin. Shuning uchun mustaqil hayot bo'sag'asida turgan akademik litsey o'quvchilarining oiladagi bo'sh vaqtini to'g'ri tashkil etish madaniyatini shakllantirish, ularni milliy va umuminsoniy qadriyatlar ruhida tarbiyalashda o'qituvchilarning o'rni beqiyosdir.

O'zbek oilalarida bo'sh vaqtning mohiyati va milliy xususiyatlari

G'arb sotsiologiyasida bo'sh vaqt asosan individual dam olish, o'z-o'zini ko'ngilochar vositalar bilan band qilish (rekreatsiya) tushunchasi bilan



bog'lansa, o'zbek mentalitetida oiladagi bo'sh vaqt jamoaviylik, oilaviy hamjihatlik va tarbiyaviy jarayon bilan uzviy bog'liqdir.

Sharqona oilaviy qadriyatlarga ko'ra, bo'sh vaqt — bu shunchaki «hech narsa qilmaslik» emas, balki oila a'zolarining bir joyga jam bo'lishi, o'zaro mehr-oqibat rishtalarini mustahkamlashi va kattalarning hayotiy tajribasini yoshlarga o'rgatishi uchun berilgan qulay imkoniyatdir. O'zbek xonadonlarida bo'sh vaqtdan unumli foydalanish quyidagi an'anaviy jihatlarida namoyon bo'ladi:

1. Bir dasturxon atrofida suhbat qurish. Ertalabki va kechki ovqatlanish vaqtlari oilaning barcha a'zolarini birlashtiradi. Bu vaqtda ota va ona farzandlarining muammolari, qiziqishlari va kunlik faoliyati bilan qiziqadi, ularga to'g'ri yo'l ko'rsatadi.

2. Birgalikdagi oilaviy mehnat. Tomorqa ishlarida qatnashish, uylarni tartibga keltirish yoki hashar yo'li bilan qarindosh-urug'larga yordam berish o'smirlarda mehnatsevarlik fazilatini shakllantiradi. Bu jarayonda bo'sh vaqt foydali mehnatga aylanadi.

3. Qarindoshlar va qo'ni-qo'shnilarni yo'qlash (Oqibat tizimi). Bo'sh vaqtlarda keksalar holidan xabar olish, yaqinlar ziyoratiga borish o'zbek xalqining eng go'zal an'alaridan bo'lib, u yoshlar ongida sadoqat va oqibat tuyg'ularini tarbiyalaydi.

Zamonaviy sharoitda oila bo'sh vaqtini mazmunli tashkil etish yo'nalishlari

Akademik litsey o'quvchilari o'z yosh xususiyatlariga ko'ra yuqori intellektual va jismoniy faollikka ega bo'ladilar. Ularning energiyasini to'g'ri yo'naltirish uchun oilada quyidagi zamonaviy va an'anaviy metodlardan foydalanish lozim:

1. Oilaviy kitobxonlik an'anasini tiklash

Kitob — inson ma'naviyatini boyituvchi eng asosiy manbadir. Oilada haftada yoki oyda bir marotaba aniq bir badiiy asarni (masalan, Abdulla Qodiriy, Chingiz Aytmatov yoki jahon adabiyoti durdonalarini) barcha oila a'zolari o'qib chiqishi va uni birgalikda muhokama qilishi tahliliy fikrlashni rivojlantiradi. Bu jarayonda akademik litsey o'quvchisi o'z fikrini mustaqil bayon etishni va ota-onasi bilan teng huquqli intellektual muloqotga kirishishni o'rganadi.

2. Intellektual va sport o'yinlarini yo'lga qo'yish

Televizor ko'rish yoki telefonda vaqt o'tkazish o'rniga oilaviy shaxmat-shashka, stol o'yinlari yoki mantiqiy savol-javoblar musobaqasini tashkil etish oila a'zolarini bir-biriga yaqinlashtiradi. Jismoniy faollik esa



yoshlarning sog'lom o'sishiga, kun davomidagi aqliy charchoqlarning chiqib ketishiga yordam beradi.

3. Madaniy va tarixiy maskanlarga sayohatlar

Bo'sh vaqtlarda, xususan, dam olish kunlarida oilaviy tarzda teatrlarga, muzeylarga, tarixiy shaharlarga (Samarqand, Buxoro, Xiva va h.k.) sayohatlar uyushtirish yoshlarning Vatan tarixiga bo'lgan hurmatini oshiradi. Teatr va san'at asarlari muhokamasi esa ularning estetik didini shakllantiradi.

Bo'sh vaqtdan noto'g'ri foydalanishning salbiy oqibatlari va pedagog tavsiyalari

Agar oilada farzandning bo'sh vaqti nazoratsiz qoldirilsa yoki noto'g'ri tashkil etilsa, bu quyidagi pedagogik va ijtimoiy muammolarga olib kelishi mumkin:

- * Gadgetlarga qaramlik (Gadget addiction): Vaqtini faqat smartfon ekraniga qarab o'tkazadigan o'smirlarda asbiylashish, uyqusizlik, ijtimoiy moslashuvning qiyinlashishi va ko'z nurining pasayishi kuzatiladi.

- * Yot g'oyalar ta'siriga tushish: Bo'sh vaqti ko'p va maqsadsiz bo'lgan yoshlar ijtimoiy tarmoqlardagi turli zararli oqimlar, buzg'unchi g'oyalar va kiberjinoyatchilik tuzog'iga osongina tushib qolishi xavfi ortadi.

Akademik litsey o'qituvchisi (guruh murabbiysi) uchun ota-onalar bilan ishlash bo'yicha tavsiyalar:

1. Ota-onalar majlislarida «Vaqt menejmenti» mavzusini yoritish: Ota-onalarga farzandlarining darsdan tashqari vaqtini qanday rejalashtirish bo'yicha metodik yo'l-yo'riqlar berish.

2. «Mobil aloqasiz kun» aksiyasi: Oila a'zolariga haftaning biror kunini (masalan, yakshanba oqshomini) telefon va internetdan butunlay uzilgan holda, faqat jonli muloqotga bag'ishlashni tavsiya etish.

3. To'garak va seksiyalar integratsiyasi: Litseydagi mavjud fan va sport to'garaklariga o'quvchilarni jalb etish orqali ularning bo'sh vaqtini ilm va hunar o'rganishga yo'naltirishda ota-onalar bilan hamkorlik qilish.

Xulosa:

Oilada bo'sh vaqtdan to'g'ri va samarali foydalanish — bu nafaqat oilaviy baxt va osoyishtalik asosi, balki jamiyatning ma'naviy sog'lomligini ta'minlovchi strategik omildir. O'zbek oilalariga xos bo'lgan samimiy muloqot, o'zaro oqibat va hamjihatlik muhiti bo'sh vaqtni mazmunli o'tkazish jarayonida yanada sayqallashadi.

Akademik litseylarda ta'lim-tarbiya ishlarini tashkil etishda o'quvchilarning oilaviy vaqt madaniyatiga alohida e'tibor qaratish, ularga vaqtning qadriga yetishni o'rgatish bugungi kun pedagogining muqaddas burchidir. Yoshlarimizni bo'sh vaqtlarini ilm-fan, kitobxonlik va foydali



mehnatga sarflashga odatlantirsak, kelajakda intellektual salohiyati yuksak, har tomonlama barkamol avlodni tarbiyalagan bo‘lamiz.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

1. Mirziyoyev Sh. M. Yangi O‘zbekiston taraqqiyot strategiyasi. — Toshkent: «O‘zbekiston», 2022. — 416 b.
2. Musurmonova O. Oila pedagogikasi. — Toshkent: «Faylasuflar milliy jamiyati», 2018. — 210 b.
3. Xasanov R. Yoshlar bo‘sh vaqti madaniyatini shakllantirishning pedagogik asoslari. — Toshkent: «O‘qituvchi», 2020. — 144 b.
4. Karshiyeva G. S. Raqamli jamiyatda oilaviy munosabatlar va bo‘sh vaqt transformatsiyasi // Pedagogika mahorati (Buxoro). — 2025. — № 1. — B. 98–103.
5. To‘rayev A. M. Akademik litsey o‘quvchilarida vaqt menejmenti ko‘nikmalarini shakllantirish // Zamonaviy ta’lim (Toshkent). — 2024. — № 6. — B. 32–39.
6. O‘zbekiston Respublikasining «Yoshlarga oid davlat siyosati to‘g‘risida»gi Qonuni. — Toshkent, 2016 yil 14 sentyabr.