

REKREATSION TURIZM ASOSIDA SOG'LOM JAMOAVIY MUHITNI SHAKLLANTIRISH USULLARI

Babajanov Ilhom Abdulla o'g'li

Abu Rayhon Beruniy nomidagi

Urganch davlat universiteti mustaqil izlanuvchisi

<https://doi.org/10.5281/zenodo.15379741>

Annotatsiya: Mazkur maqolada rekreatsion turizmning ta'lim muassasalaridagi talabalarning jamoaviy faoliyatini faollashtirish, sog'lom ijtimoiy-psixologik muhitni shakllantirish va sog'lom turmush tarzini targ'ib qilishdagi pedagogik ahamiyati tahlil qilingan. Unda talabalarning o'zaro muloqotini mustahkamlovchi, jamoada sog'lom muhitni rivojlantiruvchi rekreatsion faoliyat turlari (sayohatlar, sport yurishlari, tog' sayllari va ekologik ekskursiyalar) orqali sog'lom jamoaviy muhit yaratishning samarali usullari yoritilgan.

Kalit so'zlar: Rekreatsion turizm, ijtimoiy faollik, sayohat faoliyati, jamoaviy hamkorlik, ta'limda rekreatsion texnologiyalar.

Kirish.

Bugungi globallashtirish jarayonida inson salomatligi, uning ijtimoiy faolligi va psixologik barqarorligi masalalari dolzarb muammolardan biri sifatida kun tartibiga chiqmoqda. Ayniqsa, ta'lim muassasalarida tahsil olayotgan yoshlar orasida sog'lom turmush tarzini shakllantirish, jamoada hamkorlikda ishlash ko'nikmalarini rivojlantirish va ruhiy barqarorlikni mustahkamlash dolzarb ahamiyat kasb etmoqda. Bunday ijtimoiy-pedagogik vazifalarni samarali hal etishda rekreatsion turizm salohiyatidan foydalanish muhim pedagogik resursga aylanmoqda.

Rekreatsion turizm — bu nafaqat tana salomatligini tiklash, balki ijtimoiy-psixologik holatni muvozanatlashtirish, jamoaviy muloqotni kuchaytirish, shaxslararo sog'lom munosabatlarni shakllantirish imkonini beruvchi ko'p qirrali faoliyatdir. Tabiat qo'ynida o'tkaziladigan sayohatlar, tog' yurishlari, sport-ekologik ekskursiyalar talabalarda o'zaro hurmat, jamoada ishlash madaniyati, do'stona munosabat va sog'lom hayotga bo'lgan intilishni kuchaytiradi. Aynan shu orqali sog'lom jamoaviy muhit shakllanadi — bu esa nafaqat o'quv jarayonining samaradorligini oshiradi, balki yoshlarning shaxsiy rivojlanishiga ham ijobiy ta'sir ko'rsatadi. Rekreatsion turizm asosida sog'lom jamoaviy muhitni shakllantirishning samarali usullari, pedagogik yondashuvlari va amaliy mexanizmlari atroflicha tahlil qilinadi. Maqsad — talaba-yoshlarning jismoniy, ruhiy va ijtimoiy salomatligini ta'minlashda rekreatsion faoliyatdan maqsadli foydalanishning nazariy va amaliy asoslarini yoritishdir.

Metodologiya: Talabalarda sog'lom jamoaviy muhitni shakllantirishda rekreatsion turizm imkoniyatlarini o'rganish jarayoni ko'p bosqichli, tizimli va kompleks yondashuvni talab qiladi. Shu sababli mazkur tadqiqotda turli metodologik yondashuvlar uyg'unlashtirilgan bo'lib, ular orqali muammoning nazariy va amaliy jihatlari chuqur tahlil qilindi.

Birinchidan, pedagogik-dagnostik yondashuv asosida talabalar jamoasida mavjud psixologik-ijtimoiy muhit holati, ularning rekreatsion faoliyatga bo'lgan munosabati va ehtiyojlari o'rganildi. Bu borada so'rovnomalar, suhbatlar va kuzatuvlar asosiy empirik metodlar sifatida tanlandi. Ayniqsa, talabalar ishtirokidagi sayohat va ekologik ekskursiyalar chog'ida o'zaro muloqot dinamikasi, jamoaviy qaror qabul qilish ko'nikmalari hamda ijtimoiy faollik darajasi kuzatildi va tahlil qilindi.

Ikkinchidan, tarbiyaviy-pedagogik yondashuv asosida rekreatsion turizmni o'quv-tarbiya jarayoniga integratsiyalash imkoniyatlari o'rganildi. Bu uslub orqali talabalarning jismoniy faollik, sog'lom turmush tarzi, jamoaviylik va shaxslararo munosabatlardagi o'zgarishlari baholandi.

Shuningdek, modellashtirish usuli qo'llanilib, sog'lom jamoaviy muhitni shakllantirishga xizmat qiluvchi rekreatsion tadbirlar tizimi ishlab chiqildi. Bu tizimda turli iqlim, geografik va ijtimoiy sharoitlarni inobatga olgan holda rekreatsion mashg'ulotlar ketma-ketligi, metodik tavsiyalar va baholash mezonlari aks ettirildi. Tadqiqot davomida interaktiv metodlar (treninglar, guruhli muhokamalar, refleksiya mashg'ulotlari) orqali talabalar fikr-mulohazalari va emotsional reaksiyalari o'rganildi. Bunday yondashuv rekreatsion turizmning nafaqat sog'lomlashtiruvchi, balki tarbiyaviy va ijtimoiylashtiruvchi kuchga ega ekanligini tasdiqlashga xizmat qildi.

Muhokama:

Rekreatsion turizm zamonaviy ta'lim tizimida faqatgina dam olish yoki salomatlikni tiklash vositasi sifatida emas, balki keng qamrovli pedagogik fenomen sifatida e'tirof etilmoqda. Ushbu turdagi faoliyat yoshlarning jismoniy salomatligi, psixologik barqarorligi va ijtimoiy moslashuvchanligini mustahkamlashga xizmat qiladi. Ayniqsa, talabalik davrida shakllanadigan jamoaviylik, muloqot madaniyati va o'zaro hamkorlikni rivojlantirishda rekreatsion turizm o'ziga xos pedagogik imkoniyatlarga ega. Tadqiqot davomida olingan empirik ma'lumotlar shuni ko'rsatdiki, talabalar uchun tashkil etilgan rekreatsion tadbirlar — jumladan, tog' yurishlari, ekologik sayohatlar, sport musobaqalari va tabiat bag'ridagi treninglar — ularning bir-biriga nisbatan ishonchini kuchaytirgan, emotsional yaqinlikni mustahkamlagan va guruhda ijobiy psixologik muhitni shakllantirishga yordam bergan. Jamoada o'z o'rnini anglash, ijtimoiy rollarni qabul qilish, qaror qabul qilishda ishtirok etish kabi ijtimoiy-pedagogik holatlar aynan ushbu faoliyat jarayonida kuchli namoyon bo'ldi.

Shuningdek, rekreatsion turizm talabalarning sog'lom turmush tarziga nisbatan ongli munosabatini shakllantirishda ham muhim rol o'ynadi. Tabiatda faol harakatlanish, musobaqaviy ruh, sog'lom ovqatlanish va ekologik madaniyat elementlari yoshlar ongida yangi qadriyat sifatida shakllandi. Bu esa ularning kundalik hayot tarzida sog'lom muhitni yaratish va saqlashga bo'lgan ehtiyojini uyg'otdi. Yana bir muhim jihat shuki, rekreatsion turizm orqali shakllangan sog'lom jamoaviy muhit o'z-o'zini rivojlantirish uchun rag'batlantiruvchi muhitga aylangan. Talabalar orasida bir-birini qo'llab-quvvatlash, emotsional yordam ko'rsatish va jamoaviy muammolarni hal qilish madaniyati sezilarli darajada kuchaydi. Bunday o'zgarishlar nafaqat jismoniy sog'lomlik, balki psixologik farovonlik va ijtimoiy uyg'unlikka ham bevosita ta'sir qiladi. Izlanishlar shuni ko'rsatadiki, rekreatsion turizm pedagogik jihatdan to'g'ri tashkil etilsa, u nafaqat sog'lom jamoaviy muhitni shakllantiradi, balki talabaning shaxsiy o'sishi, ijtimoiylashuvi va hayotga ijobiy munosabatini rivojlantiradi. Shu boisdan, ta'lim muassasalarida rekreatsion turizmni tizimli ravishda yo'lga qo'yish, uni o'quv-tarbiyaviy jarayonning ajralmas qismiga aylantirish zarurati ortib bormoqda.

Xulosa.

Bugungi zamonaviy ta'lim jarayoni nafaqat bilim berishga, balki shaxsning jismoniy va ruhiy salomatligini ta'minlashga, uning ijtimoiy muhitda moslashuvchanligini rivojlantirishga ham xizmat qilishi lozim. Shu nuqtai nazardan qaralganda, rekreatsion turizm talabalarning sog'lom turmush tarzini shakllantirishda, eng muhimi, ijobiy jamoaviy muhitni barpo etishda kuchli pedagogik vosita bo'lib xizmat qilmoqda. Tadqiqot jarayonida kuzatilgan natijalar shuni ko'rsatdiki, rekreatsion faoliyat shakllari — xoh u ekologik ekskursiya bo'lsin, xoh sport yurishi

yoki tog' sayli — har bir talabaning ichki dunyosiga ijobiy ta'sir ko'rsatadi. Bunday faoliyatlar nafaqat ruhiy tetiklik baxsh etadi, balki o'zaro muloqot, bir-birini tushunish va jamoada yagona maqsad sari harakat qilish ko'nikmalarini ham rivojlantiradi. Har bir sayohat, har bir birgalikdagi mashg'ulot — bu nafaqat jismoniy faollik, balki ijtimoiy tajriba, emotsional boyish, psixologik yengillikdir.

Rekreatsion turizm talaba-yoshlarni jamoa ichida yashash va ishlashga, o'z pozitsiyasini bildirishga, boshqalarni tinglashga va qabul qilishga o'rgatadi. Aynan mana shu jihatlar jamoaviy muhitning sog'lomligini belgilaydi. O'z navbatida, sog'lom jamoaviy muhit — bu nafaqat ijtimoiy farovonlik, balki individual salomatlikning kafolati hamdir. Shunday ekan, rekreatsion turizmni oliy ta'lim tizimiga samarali integratsiyalash — bu sog'lom avlodni shakllantirish sari tashlangan muhim qadamdir. Pedagogik yondashuv asosida tashkil etilgan rekreatsion faoliyatlar nafaqat talabalarning bugungi kayfiyatiga, balki ularning ertangi hayot falsafasiga ham ijobiy ta'sir ko'rsatadi. Zero, jamiyat salomatligi — bu avvalo jamoaviy sog'lom muhitdan boshlanadi.

References:

Используемая литература:

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Абдуллаев А.К. Рекреационный туризм как средство формирования здорового образа жизни молодежи // Молодой ученый. – 2021. – №5(347). – С. 119–122.
2. Садыков У.Н. Теоретико-методологические основы организации досуговой деятельности студентов. – Ташкент: Fan, 2019. – 185 с.
3. Xamidova G. Rekreatsion turizmning ijtimoiy-pedagogik imkoniyatlari // Ta'lim va rivojlanish tahlili. – 2022. – №3(10). – В. 65–70.
4. Макарова Н.В. Рекреационная деятельность как фактор формирования здоровьесберегающей среды в образовательных организациях // Современные проблемы науки и образования. – 2020. – №6. – С. 103–107.
5. Немов Р.С. Психология образования: Учебное пособие. – Москва: Владос, 2019. – 352 с.