

ERGONOMIK YONDASHUV ASOSIDA TA’LIM MUHITINI TASHKIL ETISH

Ergasheva Sayyora Yodgorjon qizi

Toshkent kimyo xalqaro universiteti Namangan filiali, talabasi

E-mail: ergashevasayyora2004@gmail.com

DOI: <https://doi.org/10.5281/zenodo.21136924>

Annotasiya: Ushbu maqolada ergonomik ta’limning nazariy asoslari va uning ta’lim jarayonidagi o’rni taxlil qilingan. Ta’lim muhitini qulaylashtirish, o’quvchilarning samarali faoliyatini tashkil etishda ergonomic yondashuvning ahamiyati yoritilgan. Ushbu tadqiqot davomida ergonomikaning zamonaviy ta’limda tatbiq etish usullari hamda ta’lim sifatini oshirish bo’yicha tavsiyalar beriladi.

Kalit so’zlar: Ergonomika, ergonomik ta’lim, ergonomik rivojlanish, o’quv samaradorligi, salomatlikni saqlash, qulay yondashuv.

Аннотация: В данной статье проанализированы теоретические основы эргономического образования и его роль в образовательном процессе. Освещено значение эргономического подхода в создании комфортной образовательной среды и организации эффективной деятельности обучающихся. В ходе исследования рассмотрены методы внедрения эргономики в современное образование, а также представлены рекомендации по повышению качества образования.

Ключевые слова: эргономика, эргономическое образование, эргономическое развитие, эффективность обучения, сохранение здоровья, комфортный подход.

Abstract: This article analyzes the theoretical foundations of ergonomic education and its role in the educational process. It highlights the importance of an ergonomic approach in creating a comfortable learning environment and organizing effective student activities. The study examines methods for implementing ergonomics in modern education and provides recommendations for improving the quality of education.

Keywords: ergonomics, ergonomic education, ergonomic development, learning effectiveness, health preservation, comfortable approach.

Kirish. Hozirgi zamonaviy ta’lim va tarbiya berish jarayonida o’quvchilarga sifatli bilim berish nuqtayi nazaridan kelib chiqqan holatda ergonomika ilmining ahamiyati jadal ortib bormoqda. Ta’lim muxitida ergonomika tartib qoidalariga rioya qilish, o’quvchilarni bilim olish jarayonini yengillashtirish va ularning jismoniy-ruhiy xolatini inobatga olgan holatda dars berish jarayonlarini tashkil etish muhim vazifalardan xisoblanadi. Ergonomika keng qamrovli fan bo’lib, ish quroli, ish joyi va ishlab chiqarish xonalariga antropometrik . Fiziologik-gigiyenik va estetik talablar qo’yish bilan bog’liqdir.

Keltirib o’tilgan maqolada ergonomik ta’limning nazariy asoslari va ularning ta’lim samaradorligiga ta’siri o’rganib yoritib o’tiladi. Ushbu tadqiqotning maqsadi- ta’limda ergonomik yondashuvni o’rni va ergonomika

orqali ta’lim jarayonidagi ilg’orlikni oshirish o’quvchilarga qulay muhit yaratishning yo’llarini tahlil qilishdan iborat.

Ergonomika atamasi yunoncha so’zdan olingan bo’lib: - “ergon,, - ish va “nomos,, - qonun degan ma’nolarni bildiradi. Ergonomiya atamasi 1857-yilda polshalik tabiatshunos Voytex Yastshembovski tomonidan “Ergonomiyadan ocherklar yoki tabiat bo’yicha fan qonuniyatlariga asoslangan, ishi to’g’risidagi fan” nomi bilan e’lon qilingan maqolasida birinchi bor tilga olindi. 1961-yili xalqaro ergonomik tashkilot tuzilib, u 30 dan ortiq bo’lgan mamlakatlarni o’z atrofiga birlashtirdi.

Mamlakatimizda esa u fan sifatida 1950-yildan boshlab rivojlana boshladi va hozirgi paytga kelib birorta dizayn yechimi aniq ergonomik dalillarga asoslanmasdan hayotga tatbiq etilmaydi. Bunday yondashish esa texnik sohalar hamda inson va uning mehnat faoliyati haqida fan bilan uzluksiz aloqa qilish shartini qo’yadi. Ushbu ergonomika fani: ruhshunoslik, tibbiyot, fiziologiya, antropometriya, biologiya, neyrofiziologiya, optika, kimyo, fizika, termodinamika, yorug’lik texnikasi, pedododika, sotsiologiya iqtisod, va dizayn, ya’ni “inson omili” kabi fanlarga bevosita suyanadi. Ergonomika fani ish joyini, vositalarni va atrof muhitni insonning jismoniy va ruhiy xususiyatlariga moslashtiruvchi fan bo’lib, bu inson salomatligi va xavfsizligini birinchi o’ringa qo’yadi. Xavfsizligini oshiradi inson salomatligiga zarar yetkazishi mumkin bo’lgan xavflarni kamaytiradi va jarohatlanish xavfini pasaytiradi.

Boshlang’ich sinflarda ta’lim muhitini ergonomik tashkil e’tish usullari: sinf xonalarida parta va stullarni to’g’ri tartibda joylashtirish ta’lim olish samaradorligini oshirishda muhim rol o’ynaydi. Ikki o’rinli stollar qatorlari orasidagi masofa – kamida 60 sm bo’lishi lozim. Bu esa o’quvchilarni erkin holatda harakatlana olishlarini ta’minlaydi.

Parta qatorlari bilan tashqi devor orasidagi masofa – 50-70 sm bo’lishi kerak. Bu o’quvchilar uchun yorug’lik va havoni tog’ri ta’minlashga yordam beradi. Parta qatorlari bilan ichki devor, to’siq yoki shkaf orasidagi masofa kamida 50 sm bo’lishi lozim. Bu o’quvchilarni xavfsizligini ta’minlaydi. Oxirgi parta bilan devor orasidagi masofa -70 sm bo’lishi ta’lab etiladi. Bu hudud o’quvchilar uchun qulay harakatlanish imkonini beradi. kerak.

Doska bilan birinchi parta orasidagi masofa – 240 sm bo’lishi lozim. Bu o’quvchilar doskani to’g’ri ko’rishlari va darslarni samarali tushinishlari uchun zarurdir. Doska bilan oxirgi parta orasidagi masofa – 860 sm dan oshmasligi lozim. Bu ko’z uchun qulay masofani ta’minlaydi. Doskaning pastki tomoni bilan pol orasidagi masofa – 70 – 90 sm bo’lishi kerak. Bu doskadan foydalanishda o’qituvchi va o’quvchilar uchun qulaylik yaratadi. Ushbu qoidalarga amal qilish sinf xonalarda ergonomik sharoitni yaratadi.. To’g’ri joylashtirilgan parta va stullar ta’lim olish jarayonini yanada samarali bo’lishiga yordam beradi.

Ergonomik yondashuv ta’lim jarayonida o’quvchilarning salomatligi, dars davomidagi faolligini va ruxiy xolatini inobatga olgan xolatda dars tashkil etishni nazarda tutadi. Bunday yondashuvda o’quv muhiti – o’quv honalari, parta va o’rindiqlar, yorug’lik, xavo tarkibi, vizual vositalar va ish uslublari o’quvchilarga mos ravishda tanlanadi. Bu esa o’quvchning jismoniy va ruxiy xolatiga ijobiy ta’sir ko’rsatib, dars samaradorligini oshiradi.

Masalan, boshlang'ich sinflardagi o'quvchilar uchun jismoniy xolatga mos jixozlar, tez charchab qolmaslik uchun esa qisqa intervalli darslar, vizual materiallardan samarali foydalanish kabi choralar bilimni yaxshiroq o'zlashtirishga yordam beradi. Shuningdek, ergonomika talablariga rioya qilingan darslarda o'quvchining ishtirok faolligi va motivatsiyasi ortishi kuzatiladi. Demak, ergonomic yondashuv nafaqat qulay muxitni yaratadi, balki ta'lim jarayonining sifatini ham yuqori darajaga ko'taradi.

XULOSA

Xulosa o'rnida shuni ayta olamizki, boshlang'ich sinf o'quvchilari uchun ta'lim muhitini ergonomik talablariga mos ravishda tashkil etish – dars jarayonining samaradorligi va bolalarning sog'lom rivojlanishiga xizmat qiladi. Chunki aynan boshlang'ich ta'lim o'quvchilarida diqqatni uzoq vaqt saqlash, to'g'ri o'tirish, ma'lumotni qabul qilish va qayta ishlash qobiliyati xali to'liq shakllanmagan bo'ladi. Shu sababli, dars jarayonida ularning jismoniy va psixologik xolatlarini xisobga olgan xolda qulay o'quv muhitini yaratish talab etiladi.

Ergonomic yondashuvga asoslangan xolda sinfdagi parta va o'rindiqlar bolalarning bo'yi va yoshiga mos bo'lishi, yorug'lik yetarli va ko'z uchun qulay darajada bo'lishi, darslar 35- 40 daqiqalik qisqa lekin mazmunli bloklarga bo'lishi kerak. Shuningdek tanaffuslar vaqtida jismoniy xarakatlar uchun sharoitlar yaratish, darsda ko'p xolda vizual va amaliy usullardan foydalanish orqali bolalarda qiziqish va faollikni oshirish mumkin.

Bunday ergonomik bilimlar orqali yaxshi yondashilgan o'quvchilarda charchoq kamayadi, bilimni o'zlashtirish tezlashadi va eng muhimi, darsga nisbatan ijobiy munosabati shakllanib boradi. Ta'lim samaradorligini oshirish nafaqat bilim berish, balki sog'lom muxit orqali ham amalga oshirish mumkin. Shuning uchun ergonomika qoidalarini bilish va amaliyotga joriy qilish xar bir boshlang'ich sinf o'qituvchisi uchun muhim vazifalardan biridir.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. B.I.G'oyibov. Ergonomika. – Toshkent.: Tafakkur bo'stoni, 2013
2. Karima Qosimova. Ona tili O'qitish metodikasi. – Toshkent.: Nosir, 2009
3. Xayrullayeva. N. (2025, October). Technology for the development of gender tolerance in students on the basis of an ethnopedagogical approach (on the example of pedagogical sciences). In Scottish International Conference on Multidisciplinary Research and Innovation–SICMRI 2025 (Vol. 1, No. 2, pp. 37-41).
4. Khayrullayeva, N.J. (2024). The Influence of Persian Classical Literature on English Literature. International Journal of Language Learning and Applied Linguistics, 3(4), 107-111.
5. Ergonomika.- <https://uz.wikipedia.org>