

TALABALAR BO‘SH VAQTINI MAZMUNLI TASHKIL ETISH: AMALIY TAJRIBA VA TAKLIFLAR

Xudayberganov Arslonbek Kalandarovich

Toshkent tibbiyot akademiyasi Urganch filiali

Stomatologiya fakulteti yoshlar bilan ishlash bo‘yicha dekan o‘rinbosari

Annotatsiya

Ushbu maqolada talabalar bo‘sh vaqtini mazmunli o‘tkazishga qaratilgan tashkiliy, ma‘naviy-ma‘rifiy va ijodiy ishlar tizimlashtirib tahlil qilinadi. Bo‘sh vaqtni to‘g‘ri rejalashtirish orqali ularning ijtimoiy faolligi, intellektual salohiyati va ma‘naviy kamolotiga ijobiy ta‘sir ko‘rsatish imkoniyatlari asosli misollar bilan yoritilgan.

Kalit so‘zlar: bo‘sh vaqt, talabalar, ma‘naviy-ma‘rifiy ishlar, ijtimoiy faollik, tashkilotchilik, yoshlar siyosati

Kirish

Yosh avlodning ma‘naviy, aqliy va jismoniy jihatdan har tomonlama barkamol bo‘lib yetishishida ular bilan to‘g‘ri ishlash, xususan, ularning bo‘sh vaqtini mazmunli tashkil etish muhim omildir. Oliy ta‘lim muassasalarida bu yo‘nalishdagi ishlar asosan yoshlar masalalari bo‘yicha dekan o‘rinbosarlari tomonidan olib boriladi. Talabalar bo‘sh vaqtini to‘g‘ri rejalashtirish ularda intizom, tashabbuskorlik, ijodiy tafakkur va ijtimoiy mas‘uliyat hissini shakllantiradi. Maqolada aynan shu faoliyatlarning turli shakllari, ularni tashkil etish metodlari va amaliy yondashuvlar tahlil qilinadi.

Asosiy qism

Talabalar bo‘sh vaqtini mazmunli tashkil etish bugungi kunda pedagogik va tarbiyaviy jarayonning ajralmas qismiga aylangan. Bo‘sh vaqtni mazmunli tashkil etish orqali ularning axloqiy fazilatlarini, milliy qadriyatlarga bo‘lgan munosabati va hayotga bo‘lgan qarashlari shakllanadi. Quyidagi asosiy yo‘nalishlar bo‘yicha bu ishlarni olib borish mumkin:

1. Ijodiy to‘garaklar faoliyati: Talabalarning ijodiy salohiyatini ro‘yobga chiqarish maqsadida teatr, adabiyot, jurnalistika, rasm va musiqa kabi to‘garaklar faoliyat yuritadi. Bu to‘garaklarda qatnashgan talabalar nafaqat o‘z iste‘dodini

rivojlantiradi, balki sahnalashtirish, ssenariy yozish, jamoada ishlash, ommaviy chiqishlar qilish kabi hayotiy muhim ko‘nikmalarni egallaydi. Masalan, bir qator oliy ta‘lim muassasalarida talabalar ishtirokida haftalik 'Ijodiy kechalar' tashkil qilinmoqda va ularda 1000 nafardan ortiq yoshlar ishtirok etmoqda.

2. Sport va sog‘lom turmush tarzini shakllantirish: Sport – bo‘sh vaqtni samarali tashkil etishning eng faol shaklidir. Universitet miqyosida tashkil etilayotgan sport musobaqalari, fakultetlararo spartakiadalar, yugurish, voleybol, futbol, shaxmat musobaqalari yoshlar salomatligi bilan birga, ularning jamoaviy ruxda ishlashini kuchaytiradi. O‘tkazilgan so‘rovnomalarga ko‘ra, sport to‘garaklarida qatnashgan talabalar o‘zini ishonchliroq sezishini va stressni yengishda samarador natijalar borligini bildirgan.

3. Ma‘naviy-ma‘rifiy tadbirlar: Milliy qadriyatlar, tarixiy xotira, adabiy meros, buyuk allomalar hayoti, ijtimoiy mas‘uliyat va vatanparvarlik singari mavzular asosida kitobxonlik kechalari, davra suhbatlari, viktorinalar, uchrashuvlar tashkil etiladi. Bu esa talabalarni ijtimoiy hayotga jalb etadi, muloqot madaniyatini, milliy g‘ururini oshiradi. 'Kitobxon talaba' tanlovi, 'Yoshlar ovozi' loyihasi, 'Ma‘rifat nonushtasi' kabi tashabbuslar bu borada eng samarali vositalar hisoblanadi.

4. Volontyorlik va ijtimoiy loyihalar: Bo‘sh vaqtni nafaqat o‘zini, balki boshqalarni foydali yo‘lga yo‘naltirish uchun xizmat qiladigan volontyorlik ishlari orqali talaba yoshlar yetuklik, mehr-oqibat, jamoaga xizmat qilish kabi fazilatlarni o‘zlashtiradi. Ko‘ngillilik asosidagi loyihalar – ekoaksiya, mehr uylari bilan hamkorlik, “Talabadan-talabaga” aksiyasi – talabalarning ijtimoiy ongini yuksaltiradi.

Taklif va tavsiyalar

1. Har bir ta‘lim muassasasida 'Bo‘sh vaqt markazi' tashkil etish va bu markazga ijtimoiy psixolog, murabbiy, madaniyatshunoslarni jalb etish.
2. Bo‘sh vaqt monitoring tizimini yo‘lga qo‘yish va har semestrda talabalar orasida qoniqish darajasini aniqlash bo‘yicha so‘rovnomalarni o‘tkazish.
3. Qiziqishlar asosida turli klublar (kino, tarix, dizayn, startap) faoliyatini kengaytirish.
4. Ommaviy axborot vositalari orqali eng faol talabalarni yoritish, ularni rag‘batlantirish.



Xulosa

Talabalar bo‘sh vaqtini mazmunli tashkil etish ularning sog‘lom, ma‘naviy barkamol, ijtimoiy faol shaxs bo‘lib yetishishida muhim vositadir. Dekan o‘rinbosarining bu boradagi tashabbuslari, yetakchilik qobiliyati, ijodkorligi ta‘lim muassasasining ijtimoiy muhitini shakllantiradi. Har tomonlama samarali tashkil etilgan bo‘sh vaqt yoshlarning o‘zini anglashiga, o‘z yo‘lini topishiga va kelajakda ijtimoiy barqarorlikka xizmat qiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining PQ–3775-sonli qarori. “Yoshlarning bo‘sh vaqtini mazmunli tashkil etish to‘g‘risida”, 2018.
2. Karimov I.A. Yuksak ma‘naviyat – yengilmas kuch. – T.: Ma‘naviyat, 2008.
3. Tursunov A. Talabalar bo‘sh vaqtini tashkil etishda pedagogik yondashuv. – T.: TDPU, 2021.
4. Rashidova G. Bo‘sh vaqtni rejalashtirish va yoshlar. // Ma‘naviyat. – 2023. – №2. – B. 40–43.
5. Juraev B. Volontyorlik faoliyati va yoshlar tarbiyasi. – T.: O‘qituvchi, 2022.
6. Abdug‘aniyeva S. Talaba yoshlarning ijtimoiy faolligini oshirishda bo‘sh vaqtni samarali tashkil etish. – T.: Ilm Ziyo, 2020.
7. Shirinov A. Talabalar bilan ishlashda zamonaviy yondashuvlar. – T.: Innovatsiya, 2023.
8. Ibraximova, H. R., & Sadullayev, S. E. (2023). АНОЛИ ОРАСИДА О‘ТКИР ИЧАК КАСАЛЛИКЛАРИНИНГ ТАРҚАЛИШИ. Новости образования: исследование в XXI веке, 2(15), 115-119.
9. Artikov I. A. et al. RELEVANCE OF VIRAL HEPATITIS EPIDEMIOLOGY. IMRAS, 6 (7), 316–322 [Электронный ресурс].
10. Ibrakhimova, H. R., Sadullaev, S. E., & Nurllayev, R. R. (2023). SPREAD OF MYOCARDIAL INFARCTION AMONG THE POPULATION OF THE KHOREZM REGION. IMRAS, 6(7), 328-332.
11. Sadullaev S. E., Sh M. D. THE COURSE OF CORONAVIRUS AGAINST THE BACKGROUND OF CHRONIC HEPATITIS Masharipova Sh. S Masharipov S//Научный импульс. – 2023. – С. 78.

12. Рахматуллаева Ш. Б. и др. Особенности течения COVID-19 у детей с коморбидной патологией //Педиатрия. Восточная Европа. – 2023. – №. 3 Часть 12. – С. 436-442.
13. Nurullayev R. R., Sadullayev S. E. DIAREYALI KASALLIKLARNING EPIDYEMIOLOGIK XUSUSIYATLARI //World of Science. – 2023. – Т. 6. – №. 9. – С. 64-67.
14. Tuychiev, L. N., et al. “A STUDY OF THE FACTORS AFFECTING THE EFFECTIVENESS OF COVID-19 REHABILITATION.” (2023).
15. Sadullayev S. E. et al. FREQUENTLY ILL CHILDREN IN KHOREZM REGION //Научный Фокус. – 2023. – Т. 1. – №. 8. – С. 457-462.
16. Yusupov , S., Sadullayev , S., & Yoqubov , Q. (2025). GEPATITLAR FONIDA KORONAVIRUS INFEKSIYASINING KECHISHI. Journal of Science-Innovative Research in Uzbekistan, 3(3), 294–303. Retrieved from <https://inlibrary.uz/index.php/journal-science-innovative/article/view/76633>
17. Yusupov , S., Sadullayev , S., Yoqubov , Q., & Ibragimov , U. (2025). HOMILADOR AYOLLAR ORASIDAGI QIZILCHA: XUSUSIYATLARI, XAVFLARI VA OLDINI OLISH. Journal of Science-Innovative Research in Uzbekistan, 3(3), 286–293. Retrieved from <https://inlibrary.uz/index.php/journal-science-innovative/article/view/76634>
18. Sadullayev S.E, Abdullayeva D.K, Ibragimov S.J, & Yoqubov Q.Y. (2024). ANALYSIS OF THE EPIDEMIOLOGICAL FEATURES OF DIARRHEAL DISEASES IN CHILDREN IN THE SOUTHERN ARAL REGION. Multidisciplinary Journal of Science and Technology, 4(2), 345–351. Retrieved from <https://mjstjournal.com/index.php/mjst/article/view/870>
19. Ibrakhimova, H. R., Matyakubova, O. U., Sadullaev, S. E., & Abdullayeva, D. K. (2023). HELMINTISES IN CHILDREN AMONG THE POPULATION IN UZBEKISTAN. IMRAS, 6 (7), 323–327.
20. Sadullaev M., Sh S. M. D. THE COURSE OF CORONAVIRUS AGAINST THE BACKGROUND OF CHRONIC HEPATITIS. – 2023.
21. Машарипова Ш. С. и др. ТЕЧЕНИЕ КОРОНАВИРУСНОЙ ИНФЕКЦИИ НА ФОНЕ ГЕПАТИТОВ //Новости образования: исследование в XXI веке. – 2022. – Т. 1. – №. 5. – С. 573-577.
22. Sadullaev, S. E., Bobajanov, A. O., Khusinbayev, I. D., Durdiev, E. S., & Ismoilova, A. R. (2025). PSYCHOLOGICAL REHABILITATION DURING THE

CORONAVIRUS PANDEMIC. Multidisciplinary Journal of Science and Technology, 5(2), 429-433.

23. INTESTINAL IMMUNITY. (2025). Multidisciplinary Journal of Science and Technology, 5(2), 485-488.

<https://mjstjournal.com/index.php/mjst/article/view/2691>

24. THE STRUCTURE OF COMORBID PATHOLOGY IN CHILDREN WITH COVID-19. (2024). CONFERENCE ON THE ROLE AND IMPORTANCE OF SCIENCE IN THE MODERN WORLD, 1(2), 27-28.

<https://universalconference.us/universalconference/index.php/crismw/article/view/641>



Research Science and
Innovation House

