

TIBBIYOT TEXNIKUMLARIDA DARSDAN TASHQARI MASHG'ULOTLARNI TASHKIL QILISH

DJumabayev Ergash Ataxanovich

*Ellikqal'a Abu Ali ibn Sino nomidagi Jamoat salomatligi
texnikumi o'quv ishlari bo'yicha direktor o'rinbosari*

Madraimova Gulnoza Farxadovna

*Ellikqal'a Abu Ali ibn Sino nomidagi Jamoat salomatligi
texnikumi yetakchi o'qituvchisi*

Annotatsiya: Ushbu maqolada tibbiyot texnikumlarida darsdan tashqari mashg'ulotlarni tashkil etish o'quvchilarning nafaqat bilimlarini mustahkamlashi, balki amaliy ko'nikmalarini rivojlantirishi va ularni real hayot sharoitlariga tayyorlashga xizmat qilishi haqida ma'limotlar bayon etilgan. Bunday mashg'ulotlar simulyatsiya, seminarlar, laboratoriya ishlari, kollaborativ guruh ishlari, case study tahlil qilish, tibbiy treninglar, sog'liqni saqlash tadbirlari va boshqa innovatsion yondashuvlarni o'z ichiga oladi va faoliyatlar o'quvchilarda jamoaviy ishlash, ijodkorlik, stressga chidamlilik va tibbiy etika ko'nikmalarini shakllantiradi, shuningdek, ularning o'qishga bo'lgan qiziqishini oshiradi.

Kalit so'zlar: Darsdan tashqari mashg'ulotlar, simulyatsiya, case study, amaliy ko'nikmalar, jamoaviy ish, kreativ fikrlash, stressni boshqarish, laboratoriya mashg'ulotlari, tibbiy treninglar, sog'liqni saqlash tadbirlari, motivatsiya, tibbiy etika, o'quv jarayoni, innovatsion yondashuvlar.

KIRISH

Tibbiyot texnikumlarida darsdan tashqari mashg'ulotlar o'quvchilarning akademik va amaliy ko'nikmalarini yanada rivojlantirishda muhim rol o'ynaydi. Ushbu mashg'ulotlar o'quv jarayonining faqat nazariy qismidan tashqari, shuningdek, o'quvchilarni real hayotdagi tibbiy holatlar va favqulotda vaziyatlarga tayyorlashga xizmat qiladi. Bunday mashg'ulotlar yordamida o'quvchilar nafaqat o'z bilimlarini mustahkamlash, balki jamoaviy ishlash, kreativ fikrlash, stressni boshqarish kabi ko'nikmalarni ham rivojlantiradilar. Simulyatsiyalar, case study tahlillari, laboratoriya mashg'ulotlari va mutaxassislar bilan uchrashuvlar kabi interaktiv faoliyatlar o'quvchilarga tibbiy sohada chuqurroq bilim olish va amaliyotda qo'llash imkoniyatini beradi. Darsdan tashqari mashg'ulotlar, shuningdek, o'quvchilar orasida sog'lom raqobatni shakllantiradi, ularni motivatsiya qiladi va o'qishga bo'lgan ishtiyoqni oshiradi.

Tibbiyot texnikumlarida darsdan tashqari mashg'ulotlarni tashkil etish, o'quvchilar uchun nafaqat bilimlarni mustahkamlash, balki amaliy ko'nikmalarni

rivojlantirish, jamoaviy ishlashni o'rgatish va stressga chidamlilikni oshirish imkoniyatini yaratadi.

Quyidagi usullarni qo'llash mumkin:

Seminarlar va konferensiyalar: O'quvchilar, ustozlar va mutaxassislar bilan seminarlar o'tkazish. Bu, o'quvchilarga tibbiy bilimlarni kengaytirish, soha yangiliklarini o'rganish va professional muhokamalarda ishtirok etish imkonini beradi.

Simulyatsiya mashg'ulotlari: Simulyatsion usullar orqali tibbiy favqulotda holatlarni, operatsiyalarni va turli diagnostik protseduralarni o'rganish. Bu mashg'ulotlar o'quvchilarni real sharoitlarga tayyorlash uchun juda samarali.

Tibbiy laboratoriya ishlari: Tibbiyot texnikumining laboratoriya sharoitida o'quvchilar tahlil qilish, diagnostika usullarini o'rganish va yangi tibbiy asbob-uskunalar bilan tanishishlari mumkin.

Kollaborativ guruh ishlari: O'quvchilar turli kichik guruhlariga bo'linib, ma'lum bir tibbiy muammo yoki holat bo'yicha tahlil qilish va yechimlar ishlab chiqishlari mumkin. Bu usul jamoaviy ish ko'nikmalarini rivojlantiradi.

Tibbiy case study (holatlarni o'rganish): O'quvchilar real yoki soxta tibbiy holatlar bo'yicha ish olib borishadi. Ular diagnostika va davolash jarayonlarini tahlil qilib, yechimlar ishlab chiqishadi.

Sog'liqni saqlash bilan bog'liq tadbirlar: Sog'lom turmush tarzini targ'ib qilish, tibbiy ma'lumotlar va sog'liqni saqlashni yaxshilashga qaratilgan ma'ruza va amaliyotlar o'tkazish.

Yarim kunduzlik tibbiy treninglar: Maxsus mashg'ulotlar, treninglar yoki seminarlar yordamida o'quvchilar aniq bir soha bo'yicha chuqur bilim olishlari mumkin (masalan, birinchi yordam ko'rsatish va boshqa amaliy ko'nikmalar).

Kreativ tibbiy yondashuvlar: O'quvchilarni tibbiy masalalarni ijodiy va innovatsion yondashuvlar bilan hal qilishga rag'batlantirish. Masalan, tibbiy bilimlarni o'rgatishda o'yinlar, ko'rgazmalar va boshqa usullarni qo'llash.

Mutaxassislar bilan uchrashuvlar: Tibbiyot sohasining tajribali mutaxassislari bilan uchrashuvlar tashkil etish, ular bilan ishlash va real hayotda uchraydigan qiyinchiliklar haqida suhbatlashish.

Volontyorlik va jamoat ishlarida qatnashish: O'quvchilarni sog'liqni saqlash tizimidagi ijtimoiy loyihalar va jamoat ishlari bilan tanishtirish, ular orqali jamoat salomatligini yaxshilashga hissa qo'shish.

Darsdan tashqari mashg'ulotlar o'quvchilar uchun nafaqat tibbiy bilimlarni, balki ular orasida ko'nikmalarni ham rivojlantiradi. Shuningdek, bunday faoliyatlar o'quvchilarni motivatsiya qilish, sog'lom raqobat va o'rganishga bo'lgan ishtiyoqni oshirishga yordam beradi.

Tibbiyot texnikumlarida qo‘shimcha dars to‘garaklarini tashkil qilish

Tibbiyot texnikumlarida qo‘shimcha dars to‘garaklarini tashkil qilish, o‘quvchilarning ilmiy va amaliy faoliyatlarini yanada boyitadi, ularga ixtisoslashgan sohalarda chuqurroq bilim olish imkonini yaratadi. Quyidagi qo‘shimcha dars to‘garaklarini tashkil etish mumkin:

Birlamchi yordam to‘garagi: O‘quvchilar birinchi yordam ko‘rsatish, reanimatsiya, travma holatlari va boshqa favqulodda vaziyatlarga oid ko‘nikmalarni o‘rganadilar. Bu to‘garakda amaliy mashg‘ulotlar va simulyatsiyalar yordamida o‘quvchilar o‘z bilimlarini mustahkamlashadi.

Tibbiy etika va huquq to‘garagi: Tibbiy etika, huquqiy masalalar va bemorlar bilan muloqotni o‘rganish. Bu to‘garakda o‘quvchilar tibbiy sohadagi muammolarni tahlil qilish, etik qarorlar qabul qilish va bemorlarning huquqlarini hurmat qilishni o‘rganishadi.

Tibbiy tarjimonlik va kommunikatsiya to‘garagi: Turli tillarda tibbiy atamalarni bilish va bemorlar bilan samarali muloqot qilish ko‘nikmalarini rivojlantirish. To‘garakda o‘quvchilar o‘zaro tibbiy tilni o‘rganish va muloqot usullarini yaxshilashadi.

Innovatsion tibbiyot va texnologiyalar to‘garagi: Yangi tibbiy texnologiyalar, asbob-uskunalar, telemeditsina va raqamli sog‘liqni saqlash tizimlarini o‘rganish. Bu to‘garakda o‘quvchilar tibbiy texnologiyalarni amaliyotda qo‘llashni o‘rganishadi.

Psixologiya va bemorlarni qo‘llab-quvvatlash to‘garagi: Psixologik yordam, stressni boshqarish va bemorlar bilan munosabatlar ustida ishlash. O‘quvchilar psixologik maslahatlar, bemorlarni qo‘llab-quvvatlash va stressga chidamlilikni rivojlantirishni o‘rganadilar.

Sog‘liqni saqlash targ‘iboti va profilaktika to‘garagi: Sog‘lom turmush tarzini targ‘ib qilish, kasalliklarning oldini olish va profilaktika haqida bilimlarni o‘rganish. Bu to‘garakda o‘quvchilar sog‘liqni saqlashga oid ijtimoiy va madaniy masalalarni o‘rganishadi.

Farmakologiya va dori-darmonlar to‘garagi: Dori-darmonlar, ularning ta’siri va foydalanish qoidalari bo‘yicha chuqur bilimlar olish. O‘quvchilar turli dorivor moddalarni va ularning ta’sirini o‘rganishadi.

Jamoat salomatligi va epidemiyalogiya to‘garagi: Jamoat salomatligi, yuqumli kasalliklar va epidemiyalarning oldini olish usullarini o‘rganish. Bu to‘garakda o‘quvchilar sog‘liqni saqlash siyosati va profilaktika choralari haqida bilim olishadi.

Bemorlarni reabilitatsiya qilish to‘garagi: Bemorlarni reabilitatsiya qilish, ularning davolanish jarayonini yaxshilash va qayta tiklash metodlarini o‘rganish. O‘quvchilar reabilitatsiya texnikalari va metodlarini o‘rganishadi.

Sport tibbiyoti to'garagi: Sportchilar uchun tibbiy yordam, jarohatlar va sport faoliyatining sog'liq uchun ta'siri. Bu to'garakda talabalar sport tibbiyoti va jarohatlarni davolashni o'rganishadi.

Har bir to'garak o'ziga xos ko'nikmalarni rivojlantirishga yo'naltirilgan bo'lib, o'quvchilar uchun o'qish jarayonini yanada qiziqarli va foydali qiladi. Qo'shimcha dars to'garaklari o'quvchilarni ilmiy faoliyatga jalb qilish, ijtimoiy mas'uliyatni oshirish va ularni kelajakdagi professionallar sifatida tayyorlashda muhim rol o'ynaydi.

Bundan tashqari har bir o'quvchi bo'sh vaqtlarini mazmunli o'tkazish, ularning umumiy rivojlanishi, ruhiy va jismoniy sog'lig'ini mustahkamlashga yordam beradi. Bo'sh vaqtni samarali tashkil etish, o'quvchilarni ilmiy va shaxsiy jihatdan o'sishga, stressni kamaytirishga, va ijtimoiy faoliyatga jalb qilishga xizmat qiladi. Quyidagi qo'shimcha yo'nalishlarda o'quvchilar bo'sh vaqtlarini mazmunli o'tkazishlari mumkin:

Sport va jismoniy faoliyatlar: Sport turlari (futbol, basketbol, voleybol, tennis, suzish, yurish, yoga) o'quvchilarni sog'lom turmush tarziga rag'batlantiradi. Bu, nafaqat jismoniy sog'likni mustahkamlash, balki stressni kamaytirish va jamoaviy ishlash ko'nikmalarini rivojlantiradi.

Madaniy va ijtimoiy tadbirlar: O'quvchilar madaniy tadbirlarda (konsertlar, teatriy tomoshalar, muzeylarga tashriflar, ko'rgazmalar) qatnashishlari mumkin. Bunday tadbirlar ularning umumiy madaniy dunyoqarashini kengaytiradi, shuningdek, o'zaro ijtimoiy munosabatlar o'rnatishga yordam beradi.

Klublar va to'garaklar: O'quvchilar o'z qiziqishlariga qarab klublarga yoki to'garaklarga (kitobxonlik, san'at, fotografiya, ilmiy tadqiqotlar, tibbiy simulatsiyalar) a'zo bo'lishlari mumkin. Bu ularning ijodiy imkoniyatlarini rivojlantiradi, bilimlarini kengaytiradi va yangi ko'nikmalarni o'zlashtirishga yordam beradi.

Ijtimoiy faoliyatlar va volontyorlik: O'quvchilar ijtimoiy xizmatlar yoki volontyorlik faoliyatlariga (yordam berish, ekologik tadbirlar, jamiyatga foydali ishlar) jalb etilishi mumkin. Bu ularni ijtimoiy mas'uliyatli va hissiyotli shaxs sifatida shakllantiradi.

Intellektual o'yinlar va konkurslar: Shaxmat, intellektual o'yinlar (trivia, quizlar), ilmiy va ijodiy konkurslar o'quvchilarni bilimlarini kengaytirish va raqobatni sog'lom tarzda rivojlantirishga yordam beradi.

Tashqi sayohatlar va ekskursiyalar: Tibbiyot texnikumi o'quvchilariga turli tibbiy muassasalar yoki sog'liqni saqlash markazlariga tashriflar, tabiat qo'riqxonalariga ekskursiyalar tashkil qilish mumkin. Bular o'quvchilar bilimlarini kengaytiradi va yangi tajribalar orttirishga yordam beradi.

Psixologik maslahat va stressni boshqarish: O'quvchilar uchun psixologik treninglar, stressni boshqarish bo'yicha seminarlar va dam olish mashg'ulotlari

(meditatsiya, yoga) tashkil qilish mumkin. Bu o'quvchilarning ruhiy holatini yaxshilashga yordam beradi.

O'qish va o'z-o'zini rivojlantirish: O'quvchilar o'z bilimlarini mustahkamlash, yangi sohalarda o'qish yoki onlayn kurslar orqali yangi ko'nikmalarni o'rganishlari mumkin. Bu bo'sh vaqtni samarali va foydali o'tkazishning yana bir yo'li.

Kreativ ishlar: O'quvchilar san'at bilan shug'ullanish, qo'llanma ishlarni amalga oshirish, musiqiy yoki rassomlik to'garaklarida qatnashish orqali ijodiy faoliyatni rivojlantirishlari mumkin.

Yaratilgan o'quv loyihalari va startaplar: O'quvchilar ilmiy-tadqiqot yoki tibbiyot sohasida kichik loyiha yoki startaplarni tashkil qilishlari mumkin. Bu ular uchun qiziqarli va foydali bo'lishi, shuningdek, yangi g'oyalarni amalga oshirishga yordam beradi.

Bo'sh vaqtni mazmunli o'tkazish nafaqat o'quvchilar uchun qiziqarli, balki ular uchun hayotiy ko'nikmalarni rivojlantirishda muhim ahamiyatga ega. Bu, ularning sog'lig'i, bilim darajasi, shaxsiy sifatlari va jamiyatga bo'lgan mas'uliyatini oshiradi.

XULOSA

Tibbiyot texnikumlarida o'quvchilar bo'sh vaqtini mazmunli o'tkazish, nafaqat ularning bilimlarini yanada kengaytirish, balki shaxsiy va jismoniy rivojlanishini ta'minlash, stressni kamaytirish va jamoaviy ruhni oshirishda muhim ahamiyatga ega. Bo'sh vaqtni samarali tashkil etish orqali o'quvchilar ijtimoiy, madaniy, ilmiy va sport faoliyatlariga jalb qilinib, yangi ko'nikmalarni o'rganadilar va ularning umumiy rivojlanishiga hissa qo'shadilar. Shu tarzda, bo'sh vaqtni to'g'ri tashkil etish, kelajakda professional sohada muvaffaqiyatga erishish uchun zarur bo'lgan ko'nikmalarni rivojlantirishga yordam beradi va o'quvchilarni sog'lom, bilimdon va mas'uliyatli shaxslar sifatida tarbiyalaydi.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Jumayev, M. (2016). Tibbiyotda innovatsiyalar va yangi pedagogik texnologiyalar. Toshkent: O'zbekiston milliy universiteti.
2. Nazarov, D. (2018). Tibbiyot sohasida kasbiy malaka oshirish va pedagogik metodlar. Toshkent: O'qituvchi.
3. Rahimov, T. (2017). Tibbiy ta'limda amaliy mashg'ulotlar va ularning ahamiyati. Toshkent: Fan va texnologiya.
4. Tursunov, A. (2020). Tibbiyot ta'limi va sog'liqni saqlashda o'quv metodlari. Toshkent: Sharq.
5. Djalilov, Z. (2019). Tibbiyotda birinchi yordam ko'rsatish va favqulodda holatlar. Toshkent: O'zbekiston tibbiyot akademiyasi.
6. Muhammadiev, R. (2014). Sog'liqni saqlash tizimidagi yangiliklar va innovatsiyalar. Toshkent: O'zbekiston Respublikasi sog'liqni saqlash vazirligi.
7. Xodjaev, U. (2018). Tibbiy etika va kasbiy mas'uliyat. Toshkent: Tibbiyot ilmiy-nashriyot.
8. O'rmonov, S. (2017). Pedagogik texnologiyalar va ularning ta'lim jarayonidagi o'rni. Toshkent: Xalq ta'limi nashriyoti.
9. Islomov, B. (2021). Tibbiy ta'limda interaktiv usullar va ularning samaradorligi. Toshkent: O'zbekiston tibbiyot nashriyoti.