

Халқаслар ижодидак

ТИЛАГИМ

Халымда ҳануз ҳу, уша ота,
Уршининг замхилин эзилган одам.
Ҳаётга колгандай у бүтун қайта,
Кучада охиста ташлаиди қадам.

Болалик чоглари кўрганинг уни,
Дунени кезарди соглом оёқда.
Кўзларим ўнгидан бўлун юар, у —
Эдлий ийландан бўнг қўлтиқ таёдда.
Набирасин бўни сиаломк ўчун
Бобонинг бир кули камлик қиласи.
Бўлса ҳам қабиди оғизин кемтик,
Соғ омон колганин бахт деб билади.

Қайдадир изтироб қайтули уруш,
Қайдандир келди аёл фареди.
Кошиклиди, бўлмас уқ отиш, юриши,
Гул билан уралса инсон ҳаётни.

Эй, башар, севаман сени шу қадар,
Тилагидан гам-андух курмасин бошинг.
Тотувлик ҳаётганд бергубор бўлди,
Ҳамиши ёрут кун бўлсан ўйдушибониг.

КЎНГИЛЛАРДА
ЯШАЙ...

Юксакларга чорлар тоглар бергубор,
Сайрларга боллар болгар бергубор,
Ҳаётда юшаглар бергубор,
Кўнгилларда аబд юшай берарон.
Яхшиларни кўрдим, ургандим фокат,
Ҳаёт боззан завъки, боззан бешафрак.
Қалбим банд этди угли мухаббат —
Кўнгилларда яшай аబд берарон.
Ваф деб ёнмоқлик оғирдир-оғир,
Севидян томоқлик оғирдир-оғир,
Ишонч ўйтомоқлик оғирдир-оғир,
Кўнгилларда яшай аబд берарон.
Нийзат инсонлар доим пок бўлсин,
Гаразни нийзат интиж, чок бўлсин,
Дустар шод, ганимилар кун гамонк бўлсин,
Кўнгилларда яшай аబд берарон.

Мавжуда ЭШМУРОДОВА,
Каттакўғон шахридаги тиббий
билим юрти директори.

Жисмоний тарбиянинг келажак-
да ривожланиш истикблини аник-
лаш мураккаб комплекс вазифа-
лардан иборат. Бу вазифаларнинг
муваффакиятли хал этилини ку-
пичум умумтабии мактабларидан
жисмоний тарбиянинг йигилил
колган қарма-каричиликлар, уки-
тучилар уртасидаги тушумчови-
чиликни олдиндан аниклаш ке-
либ чиқади. Чонки, масалан, кинич
мактаб ёшилари укувчиликни ма-
тлигининг ожизланиб боршидан ха-
вотирланниб укувчиликни ку-
пичилик жисмоний тарбия максади
факатни шу ёшада болалар сало-
матлигини хал этиши деб хисоблайди-

лар. Яна бир бошча тоифадаги уки-
тучиларимиз эса мактабда жисмо-
ниятни олдиндан аниклаш ке-
либ чиқади. Бунинг учун хам асосий
масалалар бўйича 3 та энг муҳим
муаммолар туришида тутхатд
умкотимиз: биринчиси — мактабда
жисмоний тарбия дарси ва дарс-
дан кейин қилинадиган ёшил маз-
мунини олдиндан шундай, куп
масалаларни ҳам этиши калит —
имлий таджик юшларини давом
этириш ҳамда имлий-методий иш-
ларни билиш ташимланни.

Жисмоний тарбиянинг макса-
ди нима? Унинг максади ҳаммага
аёл булиб тулошини мумкин. Биз
купичида экшия фикрлаб жисмо-
ний тарбия фанининг максади —
мактабда ишларни асосий вазифаси
бўйича. Масалан, шундай мактаба-
римиз борки, улар буткул укув йи-
лода бўлалиган дарсларни алоҳида
спорт турнирга багишлаб бўришишган.

Унингин мутахассиси (иҳослиси-
бўйича) бокчи бўлса, мактабага
боловал ҳам бокчи бўлни истаги-
дас дарслар ўнга ўтилтиришган.

Жисмоний тарбиянинг ўкув дас-
тирила ўнга ўтилтиришган. Аммо
деб юшада юшада юшада юшада юшада

...

жисмоний тарбиянинг асосий вазифаси

укувчиликни

ишилди.

Учинчи йўналиши тарафдорларни

жисмоний тарбия дарсларини

аюнишни

хам

хам