

## 11. Ma`ruza matni

1-mavzu: Ekskursiya va sayohat» fanining maqsad va vazifalari (2 soat)

Reja:

1. «Ekskursiya va sayohat» fani haqida ma`lumot.
2. Ekskursiya va sayohat atamalarining izohi.
3. Fanning maqsad va vazifalari.

«Ekskursiya va sayohat» fani ijtimoiy-madaniy faoliyatning uzviy qismi bo`lib, u odamlarda dunyoni, yon-atrofni, tabiatni va boshqa ma`lumotlarni bilishga bo`lgan ehtiyojni qondirishning o`ziga xos yo`lidir.

Turizm - sayohat qilish demakdir. Turizm lotincha «tur» so`z o`zagidan iborat bo`lib, uning lug`aviy ma`nosi «aylanish» («Vals» raqsini doira shaklida aylanib bajarish va tugatish - bir aylanish), «o`yin o`lchovi» (sport o`yinlari musobaqalaridagi bosqichlar), «Biron maqsad yo`lida harakat qilish» (o`rganish, izlanish va h.k.) kabi ijtimoiy-madaniy va tarbiyaviy jarayonlarni bildiradi. Uning asl mazmuni esa atrof-muhitlar, tarixiy va madaniy obidalarga sayr qilish, dam olish, o`tmish hamda davr mo`jizalarini o`rganishga qaratilgan. O`z-o`zidan ma`lumki, mazkur harakatlar, tadbirlarni amalda bajarish uchun har bir inson faol harakat qilishi, ya`ni yurish, yugurish, yuk ko`tarish, to`siqlardan o`tish kabi tabiiy jismoniy harakatlar qilishni taqozo etadi. Bu esa, eng avvalo, jismoniy rivojlanish, yuqori darajada faol harakat qilishni ta`minlaydi.

Demak, hozirgi davr iborasi bilan aytilsa, turizm sayr (ekskursiya) - sayohat (turizm) yo`li bilan tarixiy shaharlar, sanoat markazlari, ravnaq topayotgan madaniy hayotimizni ko`rish, tomosha qilish, maqsadli ravishda u yoki bu voqealarni o`rganish, shu asosda dam olish, hordiq chiqarishni bildiradi.

Turizmning xalqaro miqyosda piyoda yurish, chang`ida yurish, avto-moto, velosipedlarda sayr qilish kabi murakkab va qiziqarli turlari mavjud, ya`ni mamlakatlarning er yuzida joylashishi, iqlim sharoiti, iqtisodiy va moddiy-texnik rivojlanishiga qarab turizmning turlari shakliangan bo`ladi.

O`zbekistonning iqlim sharoiti, tog`lari, daryolari, o`rmon xo`jaliklari, tarixiy va zamonaviy shaharlari, yuksak darajadagi o`ziga xos milliy madaniyati sayohatbob hisoblanadi. Samarqand, Buxoro, Xiva va boshqa shaharlardagi tarixiy-madaniy obidalar faqat mamlakatimiz aholisinigina emas, hatto xorijiy mamlakatlarning ham sayohatsevar kishilari, olimlari, davlat arboblarni ham o`ziga rom etmoqda.

O'zbekiston turizmining o'ziga xos xususiyatlaridan biri shuki, qadimgi Buyuk ipak yo'li aynan yurtimizdan, ya'ni Qashqar (Xitoy) orqali Farg'ona vodiysiga tutash bo'lgan. U erdan Qamchiq dovoni orqali Ohangaron, Olmaliq, Pskent bo'ylab Toshkentga etgan. Farg'ona vodiysidan boshlangan ikkinchi (asosiy) yo'l esa Xo'jand, Xovos, O'ratepa, Zomin, Jizzax, Sarbozor (G'allaorol), G'azara (Jomboy), Samarqand, Buxorogacha borib etgan.

G'arbga cho'zilgan bu yo'l Ashxobod, Qobul, Damashq, Iroq, Tehron, Misr kabi davlatlarni tutashtirgan, ya'ni sharqdan g'arbga, g'arbdan sharqqa savdo yo'li mavjud bo'lgan. SHu asosda yurtimizda milliy madaniyat qadimdan ravnaq topib, u SHarq va G'arb mamlakatlarining ijtimoiy turmush va til boyligi bilan ancha kengaygan.

O'zbekistonning qadimgi madaniy yodgorliklari, xalqimizning ko'p qirrali turmush sharoiti, qurilayotgan sanoat hamda madaniy obidalami tomosha qilish, ilmiy tadqiqotlar o'tkazish maqsadida turli sayr-sayohatlar uyushtirishni taqozo etadi. O'z navbatida esa xorijiy mamlakatlardan tashrif buyurayotgan sayyohlar, mutaxassislar hamda davlat arboblari yuqori darajada madaniy xizmat ko'rsatish ham hozirgi kunning dolzarb vazifalaridan biriga aylanmoqda.

Ramazon va Qurbon hayiti arafalarida Islom dini olamidagi yurtdoshlarimiz. haj safarini maqsad qilib qo'ygan mo'min-musulmonlarimiz har yili Makka hamda Madinaga borib kelishmoqda. SHuningdek, ishbilarmonlar, savdo xodimlari, tijoratchilar va iqtidorli, aql-zakovatli yoshlar, talabalar ilg'or xorijiy mamlakatlarga sayr uyushtirmoqdalar, ba'zilar kasb-hunar yo'lida tahsil olmoqdalar.

Umuman olganda, mamlakatimizda turizm yangidan shakllanib. davr talablariga mos ravishda rivoj topmoqda.

O'zbekistonda sayyohlik turizmining rivojlanishi dasturida davlat tomonidan turizmning rivojlanishini asosiy yo'nalishlari (faol) – ichki tuzim, tashqi turmush, ijtimoiy turmush va turmushning shu turlarini rivojlantirishdagi soliq imtiyozlari haqida so'z yuritiladi. Bu esa respublikada ichki turizm bozorida \_\_\_\_\_ va ekskursiya-turizm faoliyatining rivojlanishidagi istiqbollarga umid beradi.

Zamonaviy sayyohlik bozori ekskursiya faoliyatiga turistlik mahsulotlarining asosiy qismiga bo'lgandek yondoshuvi talab etiladi. Turistlik mahsulotlarni tashkil etuvchi tur \_\_\_\_\_ o'zlarining orginal markasiga ega bo'lishi, differensial xizmat ko'rsatish va istemolchi talabini hisobga olishi kerak. YAngi marshrutlar – yo'nalishlarning tashkil etilishi yangi turistlik ob'ektlarning paydo bo'lishi, mahsulotlarning ko'payishiga olib keladi.

Sayyohlik – ekskursion tashkilotlar kadrlarini shakllantirish – bu yuqori malakali \_\_\_\_\_ va turistlarga xizmat ko'rsatish texnologiyasiga qo'yiladigan yuqori darajali talablarga javob beruvchi mutaxassislarni shakllantirishdir.

**Ekskursiya ishi** – aholi orasida olib boriladigan madaniy – oqartuv ishlarning asosiy bo'limidir. Ekskursiya ishining shakllantirilganiga bir asrdan ortiq vaqt o'tgan bo'lsa ham, uning jadal rivojlanishi o'tgan asrning 70-80 yillariga to'g'ri keladi. Har yili ekskursiyalar-da yarim milliarddan ortiq kishining qatnashishi, o'n mingdan ortiq ekskursion mavzular, 70 mingdan ortiq ekskursiyavodlar, minglab tashkilotlar, ekskursiya ishi \_\_\_\_\_ va metodikasi-ning rivojlanishi buning dalilidir.

1970-90 yillarda olimlar va amaliyotchilar ekskursiya ishining metodologiyasi va nazariyasi asoslarini rivojlantirdilar. Ekskursiyalar funksiyalari, belgilari va \_\_\_\_\_ Ekskursiya metodining asosiy ikki elementini ko'rsatish va hikoya qilish, axoliga ekskursion xizmat ko'rsatish tasnifi va differensial yondoshuvi, ekskursavodlarning kasbiy mahoratini oshirish, ekskursion pedagogika va psixologiya metodika va metodologiyasini ishlab chiqarishdir.

O'tgan asrning 70-yillariga kelib ekskursiya ishining asosiy uch qismi: nazariya, metodika va amaliyot aniqlandi.

Ekskursiya nazariyasi o'z ichiga asosiy yo'riqnomalarni olib-yangi fan – ekskursiyashunoslikning paydo bo'lishiga zamin yaratdi.

Ekskursiyashunoslik o'lkashunoslik, muzeyshunoslik, klubshunoslik, kitobshunoslik kabi fanlar qatoridan o'z o'rnini eglladi.

**Ekskursiya nazariyasi** – ekskursiyashunoslikning asosi bo'lib, u ekskursiyaning mohiyati, qonuniyatlarini belgilaydi.

**Ekskursiya metodikasi** ekskursiyashunoslikning bor qismi bo'lib, o'zida ekskursiyalarga qo'yiladigan talablar va qoidalarning aniq yig'indisi, ekskursiyalarni o'tkazishga tayyorgarlik ko'rish va uni o'tkazish usullarini jamlagan.

**Ekskursiya metodikasining asosiy vazifasi:** Ekskursantlarga ko'rish eshtish, og'zaki va tomosha materiallarini mushoxada qilishga yordam berish.

**Ekskursiya metodikasining predmeti** – ekskursiya mutaxascislarining faoliyatida maqsadli o'rganish, sistemalash, amaliyotda uslub, tarbiyalash va o'rganish usullaridir.

Bu kitobda mustaqil O'zbekiston Respublikasida qonuniy faktlar va \_\_\_\_\_ soxasidagi yangi qonunchilik aktlari, vazifalari, Evropa, Osiyo va AQSHda turizmning rivojlanishi qisqa va aniq berilgan.

## **I Ekskursiya ishi nazariyasi**

1. Ekskursiya belgilari va funksiyalari.

Bilishning ekskursion metodlari

“Borliq” tushunchasi tomonlar birligi va bog`liqligi, ularning tabiiy bog`liqligidagi ko`rinishidir. Ekskursiyada “Borliq” tushunchasiga yakka tartibda yoki gurux tarkibida o`qish yoki o`rganish maqsadida tarixiy joylarga borishdir.

Ekskursiya ishining shakllanishi jarayonida “Ekskursiya tushunchasiga” turli ma`noda berilgan.

Ekskursiya ishining birinchi metodistlari (I.M. Grevis.) ekskursiyaning mohiyatini matorli xarakterlanishda deb belgilaganlar.

N.B. Ansifero, V.A. Gordon, B.V. Emelyanov ekskursiyaga to`la-qonli tushuncha berganlar.

B.V. Emelyanov tarificha “Ekskursiya” tushunchasi o`zida atrof olamni mushoxada etishda oldindan jonlangan ob`ektlarni tabiiy sharoitda ishlab chiqarish korxonalarida sexlarida joylashgan, ilmiy tekshirish institutlari laboratoriyalarda, muzey zallarida, ko`rgazmalar, rassomlar ustaxonasi va boshqalarda o`tkaziladi. Xissiyot bilan mushoxada etiladigan ob`ektlarni tomosha qilish malakali raxbar (ekskursavod) raxbarligida aniq mavzuni yoritish uchun olib boriladi.

Ekskursiya u yoki bu mavzuni oldindan tanlangan ob`ektlar orqali atrof olamni mushoxada etish orqali olib borishdir.

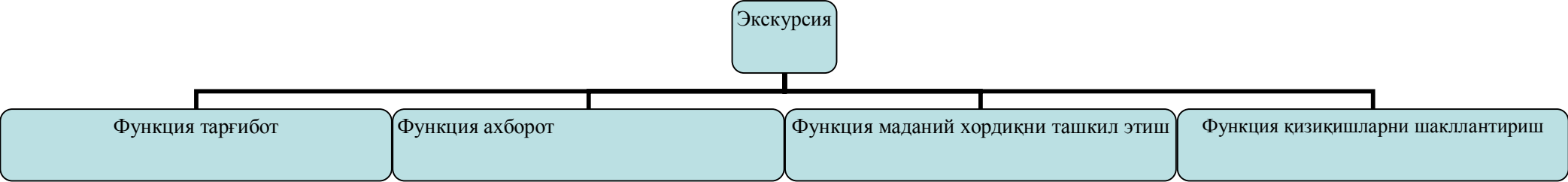
Ekskursiyaning \_\_\_\_\_ ko`rish va xikoya qilishning bog`liqligida mujasamligida.

Ekskursavod ekskursandlarga ob`ektni ko`rsatish jarayonida taxlil qiladi va tarixiy ma`lumotlar keltiradi. U yoki bu mavzuni yorituvchi ob`ektlar bo`lmasa ekskursiya ham bo`lmaydi.

Ekskursavod ob`ektni ko`rsatish orqali ekskursantlarni ko`rganini mushoxada etishga, ob`ekt bog`liq voqealarga, faktlarga to`g`ri baxo berishga o`rgatadi. SHunday qilib ekskursavod tadbir qatnashchilarining dunyoqarashlariga maqsadli ta`sir etadi.

Ekskursiya vaqtida berilgan ma`lumotlar ko`rgazmali bo`lgani uchun ekskursantlar xotirasida qolib, ularning dunyoqarashlarini kengaytiradi.

Funksiya so`zi lotinchadan tarjima qilinganda bajarish, ro`yobga chiqarish, majburiyat,rol ma`nosini bildiradi. Funksiya biror ob`ektning tashqi ko`rinishi, muassasaishi shakli, ekskursiya funksiyasi uning asosiy xossasidir.



## Funksiya

### **Madaniy dunyoqarashni kengaytirish**

**Ilmiy targ'ibot funksiyasi.** Ekskursiya siyosiy, falsafiy, ilmiy, badiiy va boshqa qarashlar, g'oyalar va nazariyalar \_\_\_\_\_ tarqatishiga xizmat qiladi. Targ'ibot funksiyasini \_\_\_\_\_ ekskursiya aniq yo`nalishga ega bo`lishi kerak. Ekskursiya asosini targ'ibot \_\_\_\_\_ ilmiylik, g'oyaviylik xayot bilan bog`liqlik, soddalik va ishonchlilik tashkil etadi. Bu prinsiplar targ'ibotning asosini ochib berib, undagi asosiy prinsiplarni aniqlaydi. Ularni birgalikda, bir-biridan ajratmagan xolda ko`rish kerak.

**Ilmiy prinsip** – Ekskursiyaning asosiy sifati bu uning tarbiyaviy va \_\_\_\_\_ ilmiy tafsifidir. Ekskursiyaning vazifasi – ilmiy bilimlarning tarqalishiga vosita bo`lishdir. Ekskursiyaning mazmuni zamonaviy fanning aniq bir bo`limiga tayanib dunyoqarashning shakllanishiga ta`sir etish kerak \_\_\_\_\_, voqealar, nazariy \_\_\_\_\_ ilmiy tomondan zamonaviy fanning ta`luqli jixatidan yoritiladi. \_\_\_\_\_ va voqealar ob`ektiv ilmiy baxolanishi kerak.

**G'oyaviy prinsip** – Qo`yilgan maqsadga Erishish aniq rejasi bu g'oyadir. V Del g'oyani – “Narsa xaqida tushuncha, aqlan tushunish, ta`savvur etish, pilmetni ko`z oldiga keltirish” deb fikr bildirgan. G'oyaviylikni ma`lum bir g'oyalar tizimiga yondoshishdir.

G'oyaviylik prinsiplari ekskursavodning ekskursiya materialiga ob`ektiv yondashuvi va ekskursavodning o`zi bayon qilayotgan mavzuni to`liq bilishidir.

Xar bir ekskursiya yuqoridagi talablarga javob beradigan, shunga mos xujjatlar matn va metodik ishlamlar bilan ta`minlangan bo`lishi kerak.

Ekskursavod o`zining ilmiy asosda qurishi va o`zining g'oyaviy ishonchini namoish etishi kerak. Ekskursavod xikoyasida ob`ekt taxlilida nafaqat uning bilimi, balki uning xayotdagi ob`ektiv pazisiyalari ham o`z o`rnini topishi kerak.

O`z faoliyatida aniq prinsplarga tayangan mutaxassis bu g'oyaviy ekskursavoddir.

Nazariya va xayotning uzviyligi ekskursiya materiallari O`zbekistonda bo`layotgan voqeyliklar, xo`jalik va madaniy qurilish amaliyoti, bo`layotgan o`zgarishlar bilan bog`liq bo`lishi kerak. Materiallar bayoni tarixiy va boshqa sharoitlardan kelib chiqqan qonunlar xulosasi va umumlashtirishga bog`liq bo`lishi kerak. Bayon etilgan mavzuni zamonaviylik bilan bog`lashda qiyinchiliklar to`g`ilishi mumkin. Ekskursiya mavzusidan qat'iy nazar ekskursyada o`tmish va xozir o`zaro uzviy bog`liqdir.

Ekskursiyaning samarali o`tishi materialning aniq va maskur auditoriya tushunarli bo`lishiga bog`liq. Materialning bayoni auditoriyaning xayot tajribasi, umumiy ma`lumoti va tayyorgarligiga bo`liq. Ekskursiya materialining ishonchliligi mavzuni yoritish uchun faktlarning tanlab olinishi, ishonchli taqqoslash ustalik bilan tanlab olingan dalillar ishonchli manbalarga yondoshish, voqealar

qatnashchilarini eslash, foto suratlar, \_\_\_\_\_ nusxalar, karta va sxemalarni namoyish etish.

Xar bir ekskursiya uchun matinni ishonch bilan bayon etishdir. Taxminlar, ilmiy asosdagi matinni almashtirmaslik kerak.

**Axborot funksiyalari** Ekskursiya o'z mavzusiga ko'ra o'zida bilimning konkret bo'lishi xaqida axborotga ega bo'ladi. Bu tarixiy fandagi fanlardagi, tibbiyot biologiyadagi yutuqlar qadimshunoslar topilmalari, ixtirolar madaniy va xo'jalik qurilishidagi yutuqlar xaqida bo'lishi mumkin. Axborot vositalari gazeta, radio, televideniya, ma'ruzadan farqli o'laroq, ekskursiya o'zida ko'proq go'rgazmalarni mujassam etadi.

Ekskursiyada axborotning asosiy qismi ob'ektlar namoyishi orqali beriladi. Ekskursiyada axborotlarning mavjudligi ekskursavodning mavzudan chetlashishi, xalqaro hayotdagi oxirgi voqealardan xabar berish degani emas. Ekskursiyani o'tkazish uchun tasdiqlangan matn asos bo'ladi. Tematik ekskursiyalar materiallarini ertalabki radio eshtirishlari materiallari, gazeta materiallari bilan to'ldirish maqsadga muvofiq emas.

**Madaniy xordiqni tashkil qilish funksiyalari.** Xordiq vaqti deb insonning ish kunidan so'ng uning ixtiyorida qolgan vaqtga aytiladi. Bu bo'sh vaqt sutka, hafta, yil davomida inson ixtiyorida qoladigan vaqt bo'lib, uni inson o'z xoxishiga faol ijodiy, jamoat ishlariga, ishlab chiqarishdan ajramagan xolda o'qishga qiziqishlariga, do'stlar bilan muloqatga sarflashi mumkin.

Ekskursiya «O'qish va mustaqil bilim olish» nomli mashg'ulotlar guruxiga mansubdir.

Madaniyat xordiq shakli bulib, ekskursiya insonning ma'naviy talablarini shakllantirish va ta'minlashga xizmat qiladi. O'tgan asrning 20 yillariga kelib ekskursionist olimlar ekskursiya bu xordiq emas, ekskursantlardan shaxar bo'ylab qilinadigan sayrdan farqli o'laroq, ulardan aqliy mexnat va zo'riqishni talab etadi degan xulosaga keldilar.

Ekskursiya davomida beriladigan bilimlarning sistemaliligi, unda "Sayoxat" elementlarining mavjudligi, o'z qiziqishlariga qarab mavzu tanlab olinishi ekskursiyani insonlar uchun qiziqarli mashg'ulotga aylantiradi.

Ekskursiya ishlab chiqarishdan tashqari taxsil olish shaklidir. Ekskursiya muassasalarda ekskursiya ishi, madaniy ishlar bir martalik tadbir shaklida emas, balki siklli olib borilsa ekskursiyalar roli ortadi. Siklli ekskursiyalar eekursantlarga tizimli bilim berishni o'ziga maqsad qilib qo'yadi (shaxar tarixi xaqida, madaniy yodgorliklar va ular tarixi). Yirik madaniy markazlarda bu sikllar soni 5-6 ekskursiyalardan iborat bo'lishi mumkin.

Madaniy texnik dunyoqarashni kengaytirish funksiyalarda ekskursiya xar bir ekskursiya inson dunyoqarashini kengaytirishga xizmat qiladi. Uning

qatnashchilari tarix, san`at, arxetektura, adabiyot, iqtisod saxasida bilim oladilar. Ekskursiya Ekskursandlarnieng maktab programmasi, ma`ruzalar yozma manbalardan olgan bilimlarini ko`rish va ularni konkretlashtirishga yordam beradi. Ekskursiya – bir necha madaniy-tarbiyaviy shakllarning sintezidi. Unga metodik tasdiqlangan va mavzuviy kiritilgan qismlar sifatida:

a Badiiy filmlardan, ilmiy ommabob, xujatli filmlar to`liqligicha.

b voqealar qatnashchilarining chiqishlari, urush faxriylarining qatnashuvi (1941-1945y) xarbiy Vatanparvarlik mavzusi

v Sanoat korxonalar, qishloq xo`jalik korxonalar raxbarlari, korxonalarda ilg`or ishchilar va injener texnik xodimlar bilan ishlab chiqarish mavzusida uchrashuvlar g bastakor, musiqachi va san`atkorlar xayoti, ijodi, musiqiy asarlariga bag`ishlab ularning asarlarini tinglash

d tarixiy mavzudagi ekskursiyalarda daqlat arboblari, jamoat arboblari chiqishlarini ovoz tasmalarida tinglagsh.

### **Inson qiziqishlarini shakllantiruvchi funksiyalar**

Ekskursiyaning vazifasi – qatnashchilarga ma`lumot berish va ularda bilimning konkret tarmog`iga qiziqish uyg`otishdir.

Adabiy Ekskursiyada bo`lgan insonda kelgusida konkret yozuvchi ijodiga qiziqish uyg`otadi. Bunday Ekskursiyalar qatnashchilari kelgusida tasvirish san`at xaqida, adabiyot, adabiy ijod xaqida o`qiydilar, muzey va ekskursiyalarda qatnashadilar. Ko`p yillik ekskursiyalar bilim saviyasining oshishiga turtki bo`ladi.

Konkret xar bir Ekskursiya bir vaqtda birqancha funksiyalarni bajarishi mumkin. Bu Ekskursantlar guruhiga bog`liq. Bolshalar va yoshlar uchun ekskursiya madaniy texnik dunyoqarashning kengayishi, o`smirlar uchun qiziqishlarning shakllanishi, chet ellik sayyoxlar uchun axborot funksiyasini bajaradi.

Belgi deb – voqea va predmetlarni bir-biriga o`xshashligi yoki farq qilishiga aytiladi. Bu o`rinda madaniy oqartuv ishlarning bo`lishi mumkin bo`lmagan shakllari, voqeyligi, predmet ko`zda tutiladi.

Predmetning aniq belgilari – bu belgilarning har bittasi aloxida kerak, barchasi bu predmetni boshqalaridan farqlash uchun etarligidir.

Ekskursiya – madaniy oqartuv ishlarining boshqa shakllari (ma`ruza, mavzuli kechalar, og`zaki jurnallar, kitobxonlar konferensiyalari) o`zining aloxida xususiyatlari va tashkil etish uslubiga egadir. Bu belgilar ularning boshqa shakllari bilan o`xshashligi yoki ularning tubdan farq qilishidir.

### **Barcha ekskursiyalar uchun zarur belgilar:**

1. o`tkazish davri (45 minut – 1 sutkagacha)
2. Ekskursatlarning mavjudligi (guruhlar yoki individual)
3. Ekskursavodning mavjudligi



4. Ko`rgazmaliligi, ko`ra bilish, ekskursiya ob`ektlarining joylashuvi.

5. tasdiqlangan yo`nalish bo`yicha qatnashchilarning xarakterlanishi.

6. aniq mavzuning majudligi, ob`ektlar ko`rsatilishining maqsadliligi

7. Qatnashchilarning faolligi (kuzatish, o`rganish, taxlil qilish)

Yuqoridagi 7 belgining bo`lmasligi o`tkazilayotgan tadbirning ekskursiya deb atalishiga yo`l qo`ymaydi.

Bu umumiy belgilardan tashqari har bir ekskursiyalarning o`ziga xos maxsus belgilari bo`ladi:

- Avtobusda o`tkaziladigan ekskursiyalarda – qatnashchilarning avtobuslardan chiqib ob`ektlarni tomosha qilishi

- Muzezdagi ekskursiyalar – stentlarda joylashgan materiallar bilan tanishuv

- Ishlab chiqarishdagi ekskursiyalar – mavjud ob`ektlarni namoyish etish (stanok agrigat, mexanizmlar).

Amaliyotda mushoxada etishning bir qancha usullardan foydalaniladi: induktiv, deduktiv, analitik, sintetik, \_\_\_\_\_ usul, o`xshashlik, modellashtirish, eksperiment va boshqalar. Bu usullar eksperimentning o`tkazilishida u yoki bu ko`rinishda ishlatiladi.

“Metod - usul” termini bir qancha ma`noga ega:

1. Tabiat, jamiyatdagi voqeayliklarga xayyoxat.

2. Qo`yilgan maqsadga amaliy erishish, aniq ishni bajarishni maqsadli bajarish uchun nazariy tadqiqot ishlari tizimi

3. bilimlar tizimi asosida qurilgan bilish usuli, o`rgatilayotgan predmetni xayolan tasavvur etish usuli.

4. Amaliy xarakter o`brazi yoki usuli.

Mantiqda metod – usul materialga nisbatan tashqi sub`ektiv qoidalar va tadqiqot usullari konkret ob`ektlarni o`rganish va olingan fikrlarni tartibga solish.

“Metod” tushunchasi “Usul”, “Yondashuv” tushunchasiga nisbatan kengroq ma`noga ega. Oddiy shaklda xar bir “Usul” metodning bir qismidir.

Pedagogik va madaniy-tarbiyaviy faoliyatda metod yangi bilimlar olish va insonning ma`naviy sifatlarining shakllanishining asosi xisoblanadi. Faoliyat uchun metod ixtiyoriy tanlanmaydi. Metodda eng katta talab – resersning kam xarajat va samaradorlikka erishish. Ekskursiyada bunday resurslar qatoriga og`zaki materiallar, ko`rgazmali material, transport vositalari, ekskursavodlar ish vaqti.

Qo`llanishi va moxiyatiga ko`ra inson faoliyatida qo`llaniladigan metodlar 4 toifaga bo`linadi:

a. Dealektik – materialistik metod – qo`llanish soxasidan qat'iy nazar barcha o`rganish jarayonining asosi bo`ladi. Dealektika tabiatdagi jarayonlarning

rivojlanishi, tabiatdagi yalpi bog`lanishlar, tadqiqotning biridan ikkinchisiga o`tishini ko`rsatadi.

b. Umumiy, mantiqiy - \_\_\_\_\_ metodlar – taxlil va sintez, induksiya va deduksiya, umumlashtirish va apstragasiya, o`xshatish va boshqalar – ko`p fanlarning asosi bo`lib xizmat qiladi.

**Umumiy metod** – formal mantiq metod bo`lib, u yangi natijalarni izlab topishda, ma`lumdan nomalumga o`tishda qo`llaniladi. Umumiy metod va uning elementlari ekskursiya o`tkazishda qo`llaniladi.

Ekskursiya taxlili taxlil va sintez usullariga tayanib quriladi.

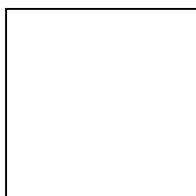
Ekskursavod ko`rsatish va xikoya jarayonida guruh diqatini turli obidalarning o`xshashligi va farqiga, turli voqealarning o`rin va vaqtidagi birlikka qaratadi. Ekskursiyada o`xshatish tashqi bir-biriga o`xshash ob`ektlarni ko`rsatishdan iborat emas. Bu tashqi bir-biriga o`xshamagan ob`ektlar bo`lib, bajaradigan funksiyalari bir-biriga o`xshash bo`ladi.

v. Konkret tarixiy metod – abstraktdan konkretga o`tish. Bu metod inson ongida uning fikrining to`liq, har tomonlama va mukammal predmetning ko`ra bilishi. Bu metod ob`ektning ba`zi qirirralari bilan xususiyatlari xaqida tushuncha tug`diradi.

g. Xususiy metodlar ba`zi bir fanlar yoki bilimlar tarmog`ida qo`llaniladi, bundan tashqari bilimlarning turli shakllari xaqida axborot berishda qo`llaniladi. Ekskursion metod xuddi shu toifaga kiritilishi kerak. Tor ma`noda ekskursiya metodi ekskursiyada qo`llaniladigan usullar yig`indisidir. Keng ma`noda bu kompleks metod bo`lib bir qator xususiyatlarga egadir. Bular kuzatilayotgan ob`ektlardan asosiysini tanlash, ekskursantlarning oldingi ekskursiyalardan olgan ma`lumotlarini yangi ma`lumotlar bilan bog`lay olish.

Ekskursiya metodiga ekskursiyaning ko`rgazmaliligi, predmetli tasdiqlanishi xarakterlidir. Ekskursiya metod ko`rgazmaliligi bilan ajralib turadi.

Adabiy ekskursiyalardan tashqari barcha ekskursiyalarda ekskursavod xikoyasidagi barcha xikoyalar ko`rgazmali tasdiklar orqali olib boriladi. Ko`pincha ko`rgazmali xarakterdagi ko`rgazmalar ekskursiya ob`ektlariga sharx bo`ladi.



Оғзаки исботлар  
Кўргазмали  
овозли ва  
бошқа исботлар

Маъруза  
методи.  
Экскурсия  
методи

Ekskursiya metodi mavzuni asosini o'rganishga qaratilgan bunda mavzuning aloxida tomonlari ajratilib chuqurroq o'rganiladi, butun qismlarga bo'linadi, lekin ular orasidagi bog'liqlik saqlanadi. Ekskursiya metodining bitta yaxlit metod bo'lishi uchun o'rgatish va tarbiyalash metodlari organik bog'liq bo'lishi kerak.

Ekskursiyanist olimlar bu metodning yangiligi va orginalligini metodlar uyg'unligida emas balki boshqada ko'rganlar. Ekskursiya metodining asosiy xususiyati uning matorligidir (ekskursantlarning xarakatda bo'lishi) professor I. M. Greve bu metod moxiyatini "Sayyoxat ekskursiya kombi" formulasida ko'rgan. O'tgan asrning 20-yillarida ekskursiya ishining yirik mutaxassisi N. A. Geyniks ekskursiya metodlarida yaxlitlik yo'qligini ta'kidlagan (N. A. Geyniks "Madaniy-tarixiy ekskursiyalar" M 1923 y). Professor B.E. Raykov "Ekskursiya texnikasi va metodikasi" kitobida "ekskursiya deganda bu ob'ektlarni ularning tabiiy joylashgan joyida o'rganishga (Lokal prinsip) va muxitda xarakatlanishining bog'liqligini tushunamiz. Bu ikki prinsip o'zaro uzviy bog'liq bo'lib, ekskursiya metodining asosini tashkil qiladi". U ekskursiya metodini bilimni faol xarakat yo'li bilan qabul qilish degan edi. Ekskursiya usulining bir qator metodlari uning asarlarida yoritilgan (Lukina T.A. "Baris Evgenevich Raykov" Nauka-monografiya 1970-s-57).

Ekskursiya bu ekskursiyametodi orqali o'rgatish tarbiyalash, ekskursiya metodi, og'zaki va amaliy usullarga nisbatan ko'rgazmaliroqdir. Bu metod insonni o'rab turgan borliqni kompleks usulda mushoxada etish, ko'rgazmalilik va ko'rgazmalilik prinsipi orasidagi bog'liqlikni ko'ra bilishdir. Ekskursion ko'rsatuvni ko'p xolatlarda ko'rgazmalilikning ko'p qirrali murakkab jarayonidir.

Atrof olam xodisalari va predmetlarni mushoxada etishda insonning barcha sezgi organlari ishtirok etadi, ekskursiyaning kompleks xarakteri shunday ko'rinadi.

Ekskursavod olim V.I. Ado ekskursiya metodining quydagi afzalliklarini ta'kidlagan: o'quvchilar ishida tadqiqod elementlari, -----, -----, ----- va xayotiy o'rganish; ob'ektni har tomonlama mushoxada etish; ishga ko'ngli qiziqish (orqali) asnosida materialni chuqurroq va mukammal o'rganish.

Ko'p xollarda ekskursiya ishi bo'yicha ishlar ekskursiya metodlarini o'quvchilarni o'qitib tarbiyalash bilan bog'liq. Aslida esa bu metod barcha ekskursiya ishlari asosida yotib, ekskursiya qatnashchilari yoshiga bog'liq emas.

SHunday qilib ekskursiya metodi ekskursiya jarayonlarining asosi bo'lib, o'zida, bilim berish usullarining uyg'unligidir.

Amalda ekskursiya nazariyasi ekskursiya metodining amaldagi taxlilidir. Ekskursiya metodining maqsadi o'rgatish va tarbiyalash (xar tomonlama komil shaxsn shakillantirish).

O'quv muassasalaridan farqli o'laroq ekskursiyalarda tarbiyalash o'rgatish vaqtida, ekskursiya ob'ektlari bilan muloqotda, ekskursavod xikoyasi va -----ishi vaqtida

olib boriladi. Ekskursavod tomonidan berilayotgan ma'lumotlar ekskursiyalarda talay voqeyliklarga mantiqan yondoshish, jamiyat rivoji xaqida malumot beradi tarixni tarixiy voqealarga baxo berishni o'rgatadi.

Xozirgi vaqtda ekskursiya muassasalari o'z faoliyatlarida quyidagi asosiy qoidalarga rioya qiladi:

- a) Har bir ekskursiya asosida bir ekskursion metod yotadi.
- b) Ko'rsatish va xikoya – ekskursiyaning bir qismi va asosiy elementi.
- v) Xarakat – ekskursiyaning belgilaridan biridir.
- g) Ekskursion metodika – ikki qismdan iborat – tayyorgarlik metodikasi ekskursiyani o'tkazish metodikasi.
- d) Ekskursiyani o'tkazish metodikasi o'zida ekskursiyada namoyish metodi usullari va voqealar xaqida xikoya qilishning uyg'unligidir.

#### NAZORAT SAVOLLARI

1. “Ekskursiya” tushunchasi.
2. “Funksiya” tushunchasi. Ekskursiya funksiyalari.
3. Ekskursiyada ilmiylik
4. Ekskursiya belgilari

#### Adabiyotlar.

1. B.V. Emelyanov “Ekskursiyashunoslik asoslari” o'quvqo'llanmasi m-1981y
2. N.A. Geynike “Madaniy – tarixiy ekskursiyalar” M-1923y
3. T.A. Lukina “B.E. Raykov” Manografiya A. Nauka 1970y
4. M. krivorujko, I. Galigenko “Muzeylarda ilmiy – amaliy ishlar xaqida” To'plam m-1964y

2-mavzu: O'zbekistonda sayohat va ekskursiya tarixi va hozirgi imkoniyatlari (2 soat)

#### Reja:

1. O'zbekiston “Buyuk ipak yo'li”ning markazi va xalqaro turizmning shakllanishi.
2. Sayohatlarning ijtimoiy-tarbiyaviy va sog'lomlashtirish xususiyatlari.

Qadimdan odamlar o'zlari yashab turgan erdan boshqa joylardagi ijtimoiy hayotni o'rganishga, tabiatini, er osti va usti boyliklarini bilishga harakat qilganlar. Qadimgi O'rta Osiyoda sayyohlikning shakllanishi. Sayyohlik taraqqiyotida ajralib turgan davrlar. Sayyoh-olimlarning to'plovchilik, kuzatuvchilik va ko'rganlarini qayd etish faoliyati. Bu narsa bir tomondan ma'rifiy ahamiyatga ega bo'lsa, boshqa tomondan siyosiy-iqtisodiy ahamiyatga ham molik

bo`lgan. Bosqinchilik urushlarining tashkil etilishi ham bevosita ana shunday ma`lumotlarni o`rganishni talab qilgan. SHunga qaramay to`plangan ma`lumotlar ajdodlarga ilmiy-madaniy meros sifatida o`tib borib, sof ilmiy ahamiyat ham kasb etadi. Sayyoh-olimlarning ilmiy merosi. Ularda sayohatga borgan erlarining tabiiy va iqtisodiy sharoitlarining aks ettirilganligi. Sayyoh-olimlar asarlari o`tmishni o`rganishda eng muhim manba sifatida.

Tarixiy manbalar, turli xil ilmiy tadqiqotlar, arxeologik qazilmalarning natijalari shuni ko`rsatadiki, deyarli er yuzining barcha joylarida qadimgi odamlar ov qilish maqsadida tog`lar, cho`llar, o`rmonlar, daryolar, ko`llar bo`yicha joylashgan va istiqomat qilishgan. Bunda ov qurollarini yasash, yovvoyi hayvonlar bilan olishish (jang qilish) asosiy faoliyat hisoblangan. Ularning mazmunida esa yurish, sakrash, yuk ko`tarish, tirmashib chiqish, uloqtirish, suvda suzish, olishish (kurash, mushtlashish va h.k.) kabi murakkab amaliy faoliyatlar ustuvor turgan.

Jamiyatning taraqqiyoti ijtimoiy madaniy turmush kechirish, uzoq umr ko`rish, doimiy ravishda tetik, bardam, sog`lom bo`lishni taqozo etgan. Bunda jangovar tayyorgarliklar ham muhim ahamiyatga ega bo`lgan.

Qadimgi rivoyatlarga qaraganda podsholar o`z oldilariga ikkita asosiy maqsadni qo`yganlar, ya`ni turli yo`llar bilan boylik orttirish va sayr-sayohatlar uyushtirib jismonan chiniqish, ov orqali hordiq chiqarishdan iborat bo`lgan. Buning mazmunida esa uzoq umr ko`rish, kasal bo`lmaslik sirlarini bilish hisoblangan. Lekin bu sirlar mo`jiza va sir bo`lib qolavergan.

Ba`zi bir sehrgarlar, tabiblar, din peshvolari qaerdadir umrni uzaytiruvchi va yashartiruvchi shifobaxsh buloqlar borligi haqida bashorat qilishgan. Bu jarayonlar hazrati Alisher Navoiyning «Saddi Iskandariy» qissasida ham donishmandlik bilan talqin qilingan.

Aytishlaricha, Aleksandr Makedonskiy (Saddi Iskandariy) shifobaxsh buloq suvini qidirib SHarqqa safar uyushtirgan. Uning yo`llarida qarshilik qilgan davlatlar, xalqlarni ta`qib ostiga olgan. Ularning moddiy boyliklari, mol-mulkleri va oziqalaridan foydalangan. Kerakli joylarda qaqshatqich zarba bergan va shiddatli jang uyushtirgan. SHu tariqa u yangi eradan avvalgi 327-yilda yurtimizga bostirib kirgan. Lekin hech erda shifo bulog`ini topa olmagan, oqibatda mahalliy din ulamolari va tabiblar baland qorli tog`larda shifobaxsh buloqlar borligini eslatadilar. Buni eshitgan Aleksandr Makedonskiy sharqqa tomon yurishini davom ettiradi va Spitamen boshchiligidagi (hozirgi Panjakent shahri) xalq qo`zg`oloniga duch keladi. Tog` sharoitlafi va xalq qo`zg`aloni tufayli Aleksandr Makedonskiy o`z yurishini to`xtatib, shu erda istiqomat qiladi. Askarlarning bir qismini esa eshitgan shifobaxsh buloqlariga safarbar qiladi, ya`ni buloqni topish va uning suvidan

keltirishni buyuradi. Lekin bu maqsadga erisha olmagan Aleksandr Makedonskiy Hindiqush tog`lari orqali Hindistonga yurishini davom ettiradi.

Pomir tog`lari orasida joylashgan ko`l Iskandar nomi bilan ataladi. Rivoyatlarga ko`ra, Aleksandr Makedonskiy shifobaxsh suv izlab bu erlarga sayohatga kelgan. SHu sababdan ko`lni uning nomi bilan atashgan. Bunda qanchalik haqiqat borligi yoki afsonaviyligi tarixga ma`lum. Nima bo`lganda ham sog`liqni mustahkamlash, chiniqish va umrni uzaytirish g`oyasi, ya`ni turizm eng ustuvor tadbir sifatida yuqori qo`yilgan, bu esa ijtimoiy-tarbiyaviy jihatdan muhim ahamiyat kasb etadi.

Buyuk sarkarda Amir Temurning hayoti va jangovarlik faoliyati («Temur tuzuklari» asari asosida) sayohatlarga boy. O`zining guvohlik berishicha, mintaqalarda Islom dinini targ`ibot qilish, uni hayotga singdirish maqsadida g`arb mamlakatlariga yurish (sayohatning bir turi) qilgan. Unga qarshilik qilgan, itoat etmagan mamlakatlar va xalqlarni zo`ravonlik bilan bo`ysundirgan. Bu faoliyatlarda jangovarlik ustun turgani albatta sir emas. Lekin qaysi maqsad bo`lmasin yurishlarda ot, tuya, xachir, eshak, sol (qayiqqa o`xshash), mesh (havo to`ldirilgan teri) va boshqa ulovlar hamda vositalardan foydalanganliklari ma`lum. Uzoq yurish va safarlar, qidiruv, izlanish sayohatlarida kun va tun bo`yi yurish, yalanglik va tog`u sahrolarda tunash. ovqatlanish, dam olish hamda turli xil o`yinlar (kurash. qilich, nayzalarda jang qilish, arqonlarda osilib chiqish, suvda suzish, otda poyga va h.k.lar) va mashqlar bajarilgan.

Bu o`z navbatida esa yurish sayohatlarning mazmunida muhim ahamiyat kasb etgan. Zahiriddin Bobur ham yoshligidanoq ixtiyoriy va majburan turli sayohatlarni boshdan kechirgan. Andijondan to Hindiston o`lkasiga etguncha otlarda, piyoda yurish va sollar (qayiq)da suzishga to`g`ri kelgan. Ayniqsa, O`ratepa, Zomin tog`larida piyoda yurish, kechalarni uyqusiz o`tkazishda gulxan yoqish, ovqat pishirish kabi amaliy faoliyatlarini bevosita boshqargan. Ayniqsa, Zarafshon, Amudaryolarning boshlanish joylaridagi torroq o`zanlar, daryolar ustidan otni sakratib o`tganligini «Boburnoma»da bayon etilgani ma`lum.

Aytish mumkinki. Bobur bir umr sayr-sayohatda kunlarni o`tkazgan. Qaysi maqsad bilan qaerda bo`lmasin otlar, fillardan ulov sifatida foydalangan. Daryolardan o`tishda meshlar, sollar, turli xil vositalardan unumli foydalangan. O`zi qidirgan bog`lar, xiyobonlar, ko`llar, daryo sohillarida piyoda yurib, hordiq chiqargan. O`zi tug`ilib o`sgan Andijonni his qilgan va shu asosda «Boburnoma»sini yaratgan.

SHuni ham eslash lozimki, ulug` allomalar Ibn Sino, Forobiy, Beruniy, al-Xorazmiy, Imom al-Buxoriy va boshqalar ijtimoiy turmush sharoitlari, aql-zakovatlari, izlanishlari tufayli Osiyoning ko`pchilik mamlakatlarini (Afg`oniston, Eron. Suriya, Iroq. Misr. Saudiya Arabiston va h.k.lar) piyoda kezganlar.

Savdogarlar, sayyohlar hamkorligida aniq maqsadlariga etishish yo`lida tinmay mehnat qilganlar.

Xonliklar, Rossiyaning zulmlari (1865-1917-vy:) va undan keyingi davrlarda (sobiq SSSR hukmronligi, 1917—1991-yy.) sayohatlarning maqsadi, mazmunlari va shakllari davr talablari asosida shakllangan hamda taraqqiy etgan.

Semen Tyanshanskiy (Prjevalskiy), M.Vyatkin, A.Lomakin va boshqa ko`pgina olimlar, harbiy generallar **o`lkani** o`rganish, tabiiy boyiiklarni topish, tarixiy yodgorliklarni izlash, arxeologik qazish ishlari va boshqa maqsadlar yo`li bilan turlicha sayohatlar uyushtirishgan. Bunda mahalliy millat vakillaridan o`z maqsadlari asosida unumli foydalangan. Ularning qoldirgan ilmiy tadqiqot natijalarining ijobiy tomonlari bugungi kunda ham xizmat qilmoqda. Samarqand, Buxoro, Xiva shaharlarining tarixi va Amir Temur haqidagi ba`zi bir qimmatli ma`lumotlar Ispaniya, Fransiya, Rossiya va boshqa davlatlarning elchilari, tarixshunos olimlari tomonidan yozib qoldirilganligi tarixiy jihatdan muhim ahamiyatga egadir.

## **1.2. O`zbekiston ipak yo`lining markazi**

O`zbekiston sayohatining tarixiy manbayi sifatida qadimgi buyuk ipak yo`li asosiy o`rinlardan birini egallaydi. Bu to`g`rida B.M.Husanboev, L.A.To`laganov, V.G.Razinalar tomonidan yaratilgan ilmiy-ommabop risolada (8) aniq ma`lumotlar berilganligini e`tirof etish maqsadga muvotlqdir. Ularning ba`zi bir diqqatga sazovor dalillarni k`eltirishni ma`qul ko`rdik.

Ipak ishlab chiqarish va uni bozorga chiqarishning asl vatani Xitoydir. Eramizdan avvalgi XV-XI asrlarda yovvoyi ipak qurtlaridan foydalangan holda ipakni yaratish yo`llaridan unumli foydalanilgan. Eramizdan avvalgi X—III asrlardan ipak ishlab chiqarish SHarqiy Turkistonga tarqalgan (etib kelgan). VI asrda esa bu ishlar Hindistonda ham qo`llanilgan.

Eramizdan avvalgi II asrda ipak ishlab chiqarish Xitoyda keng tarqalgan. Xitoy **imperator** U-Di «Ipak yo`li»ni ochish to`g`risida dovonliklar (Farg`ona) bilan shartnoma tuzib, buyruq chiqargan. Eramizdan avvalgi I yillarda ipak ishlab chiqarish Koreya, YAponiya va keyinchalik SHarqiy Turkistonda ham ancha yaxshi yo`lga qo`yilgan. Ipak va undan yasalgan shoyilar bilan savdo qilish, mamlakatlar o`rtasidagi tarixiy-madaniy aloqalarni almashish va rivojlantirishga xizmat qilgan. SHu tufayli sharq va g`arb o`rtasida Ipak yo`li vujudga kelgan. Ipak yo`lining tarmog`i asta-sekin Vizantiya va boshqa Evropa mamlakatlariga ham etib borgan. YAngi Evropa madaniyati (sivilizatsiya) SHarqqa qanday etib borgan bo`lsa, ipak yo`li ham SHarq madaniyatining Evropaga tarqalishida Movarounnahr xalqi asosiy vosita bo`lgan.

Demokratik asrimiz va insonparvarligimiz qadimgi «Buyuk ipak yo`li»ga bo`lgan qiziqishni kuchaytirdi. SHunga qaramasdan sobiq sovetlar mamlakati chetga chiqish va xorijdan yurtimizga kelishini ancha chegaralab qo`ygan edi. Xorijiy mamlakatlarning bir qator olimlari tomonidan 1989-yilda XX asr boshlarigacha davom etgan karvonlarning yo`llarini o`rganishga dovrug` (sensatsiya) solishdi. Bundan avvalgi vaqtlarda ham mazkur muammoni o`rganishga arxeologlar, turistlar, madaniyat xodimlari qiziqish uyg`otganlar. Hatto, kosmik texnika vositalari orqali «Buyuk ipak yo`li»ning suratlarini olishgan. Lekin karvon yo`llari, ayniqsa, Markaziy Osiyo hududlari jiddiy o`rganilmasdan qolavergan.

1990-yillarda «Buyuk ipak yo`li»ni kosmos orqali tadqiqot qilish g`oyasi yuzaga keldi. Bunda YUNESKO boshchiligida Fransiya kosmik tadqiqot milliy markazi tashabbus ko`rsatdi. O`zbekiston Respublikasi geografiya fanlari akademiyasi qator g`oyalarni ko`tarib chiqdi.

Mazkur akademiya fransuz olimlari bilan birgalikda «Buyuk ipak yo`li» atlasini yaratish rejasini ishlab chiqdi. Arxeologiya instituti esa qator loyihalarni taqdim etdi.

Qadimgi yo`llardagi madaniyat maskanlari haqida xorijiy mamlakatlarning turistik kompaniyalari katta qiziqish biidirdilar. SHu sababdan sovet madaniyat fondi «Buyuk ipak yo`li» nomli uzoq muddatli dasturni taklif etdi. Bu madaniy tarixiy meros sifatida xalqaro aloqalarni birlashtirish vazifasi qilib qayd etildi. O`zbekiston, Qirg`iziston, Qozog`iston, Turkmaniston fanlar akademiyalari hamkoriigida «Ipak yo`li»ning eng muhim joylari bo`ylab ilmiy sarguzashtlar (ekspeditsiya) o`tkazishni mo`ljallab yurishni (marshrut) boshladi.

YUNESKO «Ipak yo`li»ni kompleks (majmuyi) ravishda o`rganish uchun xalqaro dastur ishlab chiqdi. Bunda Gretsiya, Misr, Indoneziya, Italiya, Mongoliya, Emen, Portugaliya, SHri-Lanka va sobiq SSSR mamlakatlari muallifdoshlik qilishgan. Bunda tarixiy shaharlar, diqqatga sazovor bo`lgan aholi turar joylaridan faqat zamonaviy ulovlar (samolyot, poezd, avtomobil va h.k.) bilangina emas, hatto, tuya, ot, eshaklarda ham qadimgi sayyohlar. yo`lovchilar kabi yurish ko`zda tutiladi. O`z navbatida yo`llar, tarixiy obidalarni ta`mirlash masalalari ham asosiy vazifa qilib qo`yilgan. Ashxobod (qadimgi parilar markazi - Nisa). Mari (Merv), CHorjo`y (Amul), Buxoro, Samarqand (Maroqand), Panjakent (Zarafshon vohasi), O`ratepa (qadimgi Ustrushan) bo`ylab turistik yo`l mo`ljallandi. Qolgan ikki yo`nalishlar esa qadimgi davrlaridagidek mamlakatlarning holati, munosabatlariga qarab belgilanishi ko`zda tutildi, ya`ni Farg`ona vodiysi (qadimgi Parkan yoki Dovon) orqali Osh, Qashqar (shimoliy Xitoy), ikkinchi esa: Samarqanddan Toshkent orqali qadimgi CHoch - eroncha, Binket - turkcha, SHosh -arabcha) Jambul (qadimgi Taroz), CHu daryosi vohasi,



Frunze shahri (Bishkek), Issiqko'l (qadimgi Barexon). Prjevalsk, Qashqarga o'tish edi.

Ko'pgina mamlakatlarning olimlari qadimgi yo'llarni bosib o'tishdi, Osiyo mamlakatlarining olimlari bilan yaqindan aloqalar bog'lashdi va kelajakdagi rejalarini tuzishdi.

1990—1992-yillarda xorijiy mamlakatlarning ommaviy axborot vositalarida ekspertizachilar tomonidan bir necha ma'lumotlar e'lon qilindi, o'zaro muloqotlar o'tkazildi.

O'zbek turizm kompaniyasi va uning joylardagi tarmoqlari yangi yo'nalishlar (marshrut) ishlab chiqdi. Bunda mehmonxonalar kompleksini tayyorlashga alohida e'tiborni qaratdi, ya'ni «Buyuk ipak yo'li» bo'yicha yuqori darajadagi turistik xizmatlarni boshqarish zarur edi. SHuningdek, «Xorazm oltin halqasi», SHoxruxiya, Kanka (Xonqa), Mozortepa va Qoshtepa kabi «Buyuk ipak yo'li» manzilgohlariga borish yoilari ishlab chiqildi. «Farg'ona halqasi» Qamchiq dovoni orqali Toshkentga o'tish, Pop, Namangan, Andijon, Ershi (Marhamat qishlog'i), Marg'ilon, Qo'qon, Farg'ona vodiysi bo'ylab sayohat yo'llaridir.

O'zbekistonning mustaqilligi juda ko'p xorijiy mamlakatlar bilan turistik aloqalarni bog'lash va o'zaro hamkorlik qilish bo'yicha shartnomalar tuzishni taqozo etdi va bu yo'lda samarali ishlar amalga oshirilmoqda. Ayniqsa, iqtisodiy hamkorlikni tashkil qilish (IHT-EKO) bo'yicha Afg'oniston, Eron, Pokiston, Turkiya, Xitoy va boshqa davlatlar bilan ulovlar (transport) orqali aloqada bo'lish shartnomalari imzolandi. SHuningdek, yuk mashinalari bilan aloqa o'rnatishda Germaniya bilan hamkorlik yaxshi natijalar bermoqda.

O'zbekiston Yaponiya, Germaniya, Turkiya firmalari bilan hozirgi zamon aloqalari tarmog'ini o'rnatish shakllaridan keng foydalanmoqda.

Respublika prezidenti I.A.Karimov ta'kidlaganidek, Samarqand, Buxoro, Xiva «Buyuk ipak yo'li»ning asosiy manzilgohlari sifatida jahonga mashhurdir. YUrtimiz hududlarida 4000 dan ortiq arxitektura yodgorliklari joylashgan. Ularning ko'pchiligi YUNESKO nazoratida bo'lib, iqlim sharoitimiz sayyohlarni (turistlar) yil bo'yicha qabul qilishga qulaydir.

Xalqaro turizmni rivojlantirishda prezident I.A.Karimovning chet mamlakatlarga rasmiy tashrif buyurishi, juda ko'p sohalarda shartnomalar imzolashi buyuk burilish bo'ldi.

Altendorf shahrida (SHvetsariya) O'zbekistonning savdo uyi ochilishi, 1995-yil Muruntovda «Zarafshon - Nyumont» qo'shma korxonasi tuzilishi muhim voqea bo'ldi. Zarafshon vohasi va Qizilqum sahroJari bo'ylab o'tgan qadimgi «Buyuk ipak yo'li» hozirgi davrning asosiy manzillariga aylandi. Muruntovda O'zbekiston - Amerika qo'shma korxonasi 24 soat mobaynida 37 tonna qazilmalarni elab, yuvib ishiab chiqaradi. Undan esa xalqaro andozalardagi oltin,

kumush ajratib olinmoqda. Mazkur tadbirlar va asosiy faoliyatlar qadimgi SHarq va G`arb o`rtasidagi bogiovchi markaz sifatida «Buyuk ipak yo`li»ning hozirgi davr talablariga xizmat qilmoqda.

Mamlakatda turizmni rivojlantirish bilan bog`liq bo`lgan Respublika Prezidentining farmonlari. hukumat qarorlarida (3, 4) aks ettirilishicha Toshkent, Samarqand, Buxoro, Xiva shaharlarida erkin savdo zonalari (shohobcha) tashkil etildi. Erkin savdo zonasi tushunchasi yangicha bo`lib, u xo`jalik faoliyatlarini tashkil qilish shakii hisoblanadi. Ular xalqaro miqyosda asosan, o`tgan asrning 50-yillarida, vujudga kelgan. 70-yillarda keng ravishda shakllanib, jahon miqyosiga aylangan. Hozirgi davrda jahon bo`yicha 700 dan ortiq erkin savdo zonasi mavjuddir. Bular Vengriya va YUgoslaviya bojxona zonasi, Osiyo va Afrika mamlakatlarning ustama narxsiz (bezposhlinie) zonalari, Malayziya va Puerto-Riko ishiab chiqarish korxonalarini, Braziliyaning chet elga chiqarish ishiab chiqarish korxonasi, AQSHning tadbirkorlik va texnologiya erkin zonasi, Angliyaning tadbirkorlik zonasi, Germaniyaning erkin portlari (suv yo`li), Lixtenshteyn, SHveysariya va boshqa mamlakatlarning bank zonalari kabilardir.

O`zbekistonda erkin savdo zonalarining tashkil qilinishiga asosiy sabablardan bin shundaki, chet mamlakatlarning yurtimizga qiziqishlari, ya`ni tashqi savdoni tashkil etish, faoliyat ko`rsatay organ yoki tarmoqli (turizm ham) kompleks va boshqalar faoliyatlarining shakii hisoblanadi.

Turistik erkin zonalarning madaniy-tarixiy markazlarda tashkil etilishi chet mamlakatlarning maxsus firmalari va kompaniyalarini jalb etish yo`li bilan ularga ma`lum darajada imkoniyatlar yaratishga to`g`ri keladi.

SHu asosda qisqa vaqtlar ichida turizmning moddiy texnikasini yaratish va ularni xalqaro me`yorlar hamda andozalarga etishtirishning muhim omili, bosqichi bo`lib xizmat qiladi.

Xulosa tariqasida ta`kidlash lozimki. XVII asrdan boshlab turli urushlar xalqaro miqyosdagi savdo hamda madaniy aloqalarni susaytirgan va batamom tugatgan. Bu yilda «Buyuk ipak yo`li» ham to`la yopilgan. Markaziy Osiyo davlatlaridan etishib chiqqan va jahonga mashhur bo`lgan Ibn Sino, al-Forob+y, al-Beruniy, Amir Temur. Mirzo Ulug`bek, «Alisher Navoiy kabi buyuk siymolarning vatani XIX asr o`rtalariga kelib, o`z mavqeyini yo`qotdi.

Bugungi mustaqilligimiz, «Ipak- yo`li»ning markazi sifatida uning mohiyatini qayta tiklamoqda. Bu orqali jahon xalqlarining o`zaro madaniy ayoqlarini kengaytirish va rivojlantirish yo`lida ulkan tadbirlar amalga oshirilmoqda.

«Buyuk ipak yo`li» tarixini o`rganishda manzillarga bevosita sayohat qilishni davr taqozo etmoqda. SHu sababdan mamlakatimizda katta tadbirlar tashkil qilinmoqda.

O`zbek turizm kompaniyasining tashkil etilishi mamlakatda ichki va tashqi - xalqaro turizmni yangi talablar, davr talabi yuzasidan yuritishni taqozo qildi. SHuningdek. «Turizm to`g`risida»gi qonunning qabul qilinishi (1999-y) hamda turizm xizmatlari bilan bog`liq kadrlar tayyorlash, ularning faoliyatini maqsadli olib borish masalalari bilan bog`liq. Respublika hukumatining qarorlari (1999-y. iyun.) turizmning shakl va mazmun-larini xalqaro andozalar asosida sayr (ekskursiya) va sayohatlarga (putishestviya) aylantirdi. SHu sababdan Toshkent iqtisodiyot universiteti qoshida (avval madaniyat instituti) turizm bo`yicha fakultet tashkil etildi. Toshkent, Samarqand va Buxoro shaharlarida turizm kasb-hunar kollejlari ishga tushirildi. Ularning asosiy vazifasi ichki va xalqaro turizm faoliyati bilan bog`liq bo`lgan barcha malakalar bilan bo`lajak kadrlarni qurollantirishdan iboratdir. Bunda ekskursiya (sayr) va sayohatlarni tashkil qilishda mehmonlarni kutib olish, mehmonxonalarga joylashtirish, ovqatlantirish, ulovlar (mashina, poezd va boshqalar) bilan ta`minlash hamda madaniy xizmatlar ko`rsatish kabi muhim hamda murakkab faoliyatlar mujassamlashgan. Mazkur xizmatlarga sarflanadigan moddiy texnik omillar (resurslar) davlat va o`z-o`zini boshqarish bilan yig`ilgan mablag`lardan foydalanish ko`zda tutilgan. YAna bir muhim jihati shundaki, sayohatlar va ularga xizmat qiluvchilarning (mexanika, sayr manzillari, yo`llar va hokazolar) xavfsizligini muhofaza qilish ham alohida o`rin egallagan.

Demak, turizm xizmatlari va tashkiliy jihatlari faqat joylardagi turizm kompaniyalari xodimlarining emas, balki davlat idoralari, jamoatchi tashkilotlar, xayriya jamg`armalari, fermerlar, homiylarning ham faol ishtirokini o`z ichiga olmoqda. SHu jihatdan oiganda. barcha sohadagi kasb-hunar kollejlari, ayniqsa, turizm kollejlari hamda jismoniy tarbiya va spoil sohasidagi o`quvchi yoshlar, talabalar turizmni tashkil qilish yoilarini puxta egallashtari lozim bo`ladi. Buning uchun esa mazkur o`quv yurtlarida mutaxassis kadrlar faoliyatlarini kuchaytirish, o`quv va amaliyot (praktika) jarayonlarini maqsadli tashkil qilish kerak bo`ladi. SHu bilan birgalikda o`quvchi yoshlar va talabalarni dam olish kuni. ta`til paytlarida bir kunlik va ko`p kunlik (5-6 va undan ortiq kunlar) piyoda yurish sayohatlarini (paxod) ham uyushtirish maqsadga muvofiq bo`ladi. CHunki bo`lajak kasb-hunar egalari muhim bilimlar bilan birgalikda turizmning tashkiliy va amaliy xizmatlarini bilishlari zarurdir.

Turizmning (sayohatlar) qaysi tun bo`lmasin o`ziga xos tayyorgarlik. tashkil qilish. kerakli buyumlar, vositalar, oziq-ovqatlar bilan ta`minlash. yurish qoidalarini bilish va boshqa ko`p faoliyatlar talab etiladi. Bunda ayniqsa, sayohat ishtirokchilarining sihat-salomatligi, jismonan baquvatligi asosiy o`rinda turadi. Sayohatlar davomida esa jismonan chiniqish, keyinchalik o`z salomatliklarini maqsad yo`lida rivojiantirib borish masalalari muhim ahamiyatga egadir.

O'zbekistonda 2005-yilni «Sihat-salomatlik yili» shiori ostida ko'p tadbirlar amalga oshirildi. Bunda tibbiyot xodimlar kasb-hunar yo'nalishidagi ishlab chiqarish korxonadagi turli muassasalar u yoki bu yo'l bilan faol ishtirok etishdi. Respublika Prezidentining taklifi bilan (dekabr 2005-yil) 2006-yilni «Homiylar va shifokorlar yili» deb atashga qaror qildi.

Bundan asosiy maqsad-aholining salomatligini doimiy ravishda nazorat qilish, zarur joylarda tibbiy va homiylik yordamini ko'rsatishdan iborat. Bu esa o'z navbatida kishilarning o'z salomatliklari uchun harakat qilishlari, o'suvchi yoshlarning ijtimoiy kamolotini o'stirishga davat etadi.

Insonlar salomatligi faqat tibbiyotgagina bog'lanib qolgan emas. [Ijtimoiy-madaniy turmush sharoitda yaxshi mehnat qilish, doimiy ravishda faol harakatda bo'lish va ayniqsa. biron sport turib bilan mashg'ul bo'lish, hech bo'lmaganda ertalab yoki bo'sh paytlarda jismoniy mashqlar (harakatli o'yinlar) bilan shug'ullanishni hayotning o'zi taqozo etadi (beigilaydi). Bunda sayohatlarning shakllari, mazmunlari va tarbiyaviy jihatlari ancha ustuvor turadi.

Tan olish kerakki, kasallik insonlarni tanlamaydi, ya'ni qaysi joyda, kim bo'lishidan qat'iy nazar, hatto, go'daklar, yosh bolalarni ham ayamaydi. Bunday noxush voqealardan qochish. uning oldini olishda tibbiyot qatorida jismoniy jihatdan faol harakatlar yaqindan yordam beradi.

Dunyoning turli burchaklarida doimiy, surunkali davom etayotgan kasallik turlari haqida SHalkov YU.A. (Rossiya; 16) ajoyib dalillarni keltiradi. Ularning ba'zi birlari bilan tanishish hech kimga ortiqchalik qilmaydi, balki kasallikning oldini olish, jismoniy mashqlar, ayniqsa. turizm (sayohat) bilan shug'ullanish yo'li orqali salomatlikni tiklash, chiniqishga yordam berish mumkin.

Uning ta'kidlashicha so'nggi 30-40-yil ichida (1987-yilgacha bo'lgan davr) tibbiyotga ixlos, muhtojlik ancha oshgan. Chunki kasalliklar va ularning turlari ko'payishi tufayli insonlar tibbiyotga muhtoj bo'lmoqda. Ikkinchidan esa ommaviy axborot vositalari va boshqa yo'llar bilan salomatlikni yaxshilashdagi tibbiy xizmatlar ko'p targ'ibot qilinmoqda (16-7).

Tibbiy xizmatlar, sog'lom turmush tarzining rivojlanishi tufayli o'lim o'sib borgan.

XIX asrda o'pka kasalligi, yuqumli og'ir kasalliklar (chuma. xolera, yazva va h.k.) ko'p tarqalgan va yalpi aholining qirilishiga sabab bo'lgan. XX asrda tibbiyot sohasidagi ilmiy tadqiqotlar, yangi ixtirolar tufayli mazkur yuqumli kasalliklar deyarli butunlay bartaraf etilgan.

XX asrning 30—40-yillarida uzoq umr ko'rish o'sgan bo'lsada, yangi kasalliklar. ya'ni yurak. qon tomirlar xastaligi kuchaydi. Bular yurak mushaklari (qorinchalari), qon tomirlari xastaligi, qon

bosimining oshishi (giperloniya), arteroskleroz kabi asr kasalliklari kuchaydi. Bunday xastaliklar Germaniya, Finiandiya, SHvetsiya, Filippin, Avstriya va hatto, AQSHda ham ancha ko'paygan. So'nggi 50 yil davomida sobiq ittifoqda bu kasalliklarga duch kelib vafot etganlar 5 baravar ortgan (16-9). Bularning kelib chiqish sabablari quyidagilar bilan ifodalanadi, ya'ni:

1. Inson mehnat faoliyatlari. Inson mehnat tufayli hayotdir. Mehnatning ijobiy va salbiy tomonlari ko'p. Ayniqsa, jismoniy mehnat odam tanasini chiniqtirish bilan bir qatorda uni holdan toydiradi ham. Texnik taraqqiyot tufayli jismoniy mehnatlar siqib chiqarimoqda. O'tgan yuz yil ichida (1987-yilgacha bo'lgan davr) mehnat faoliyatlari 20 marotaba kamaygan. O'tirib mehnat qilish, texnikani boshqarish oqibatlari mushak, qon tomirlari faoliyati susayib, tananing turli joylarida xastaliklar yuzaga keladi. Yana bir tomoni shundaki og'ir mehnatlarni qilishga barcha baravar bo'la olmaydi. Qolaversa, uzoq mehnat qilish ham mushak, qon tomirlari, asablarga salbiy ta'sir ko'rsatadi.

Yana bir xususiyatli tomoni shundaki, jismoniy jihatdan kuchli, baquvvat kishilar o'z kuch va imkoniyatlarini hisobga olmay og'ir yuk ko'tarish, bilmasdan texnikani ishlatish va boshqa turli sababiarga ko'ra zarar ko'rishi, biron joyi sinishi mumkin. Bunday hollarda uzoq vaqt davolanishga to'g'ri kelaadi.

2. Oziqlanish. Jamiyat tariqqiyoti va ijtimoiy-madaniyatning o'sishi tufayli. insonlar ehtiyoji ham ko'paymoqda, ya'ni yaxshi ovqatlanish, eng zarur ozuqalarni iste'mol qilishdan iborat. Bu jihatlar ham barchada baravar bo'lmaydi. O'z vaqtida to'yib ovqat emaslik, kam quvvatli ozuqalarni doimiy ravishda iste'mol qilish yoki uning aksicha ortiqcha turli ovqatlarni eyish holatlari ham insonlarda uyoki bu kasalliklarni keltirib chiqaradi.

3. Ijtimoiy mehnat va turmush madaniyatda ruhiy (psixologik) ta'sirlarning kuchayishi. Insonlarning ruhiy holatlari va ba'zi xususiyatlari xursandchilik va xafagarchiliklarni turlicha qabul etadi va ularga o'z munosabatlarini u yoki bu darajada (ruhiy buzilishlar) bildiradi. Mehnat joyi va oila sharoitlarida doimiy ravishda ijobiy hamda salbiy-ruhiy kechinmalar yuz berib turadi. Bu esa asablarning charchashi, toliqishi va kasalliklarga chalinishiga sabab bo'ladi. O'z-o'zidan ma'lumki, ruhiy tushkunlikdagi inson yaxshi mehnat qila olmaydi, oilada muvozanat buziladi. kamharakatchanlik kuchayadi. Oqibatda esa ko'pchilik kishilar spirt ichimliklari, tamaki chekish va giyohvand moddalarni iste'mol qilishga ruju qo'yadi (odatlanadi).

E'tirof etish lozimki, yuqoridagi salbiy xususiyatlar O'zbekistonning yirik sanoat shaharlarida ham avvallari mavjud bo'lgan.

O'zbekistonning mustaqillik sharoitida ijtimoiy-madaniyatimiz yaxshilanib borishi tufayli aholi o'rtasida turli kasalliklarning oldini olish imkoniyatlari yaratilmoqda. Ayniqsa, «Sport» gazetasi, Respublika teleradiolarida sihat-salomatlikni ta'minlash, aholining bu sohadagi nazariy tushunchalari va amaliy faoliyatlarini kuchaytirish maqsadida targ'ibot ishlari yaxshi yo'lga qo'yilgan.

Ishlab chiqarish korxonalarining mehnatkashlari, barcha turdagi o'quv yurtlarining yoshlari hamda ziyolilarning dam olishi, salomatliklarini yaxshilash yo'lida tarixiy shaharlardagi madaniy obidalarga sayr (ekskursiya) uyushtirish. o'quvchi yoshlar va mehnatkashlarning yozgi sog'lomlashtirish oromgohlari faoiyatini yaxshilashda ancha ibratli tadbirlar o'tkazilmoqda.

Sayohatlarning sog'lomlashtirish xususiyatlari shundaki, piyoda yurish, sof havolarda dam olish. tunash, quyosh hurlari hamda tez oqar zilol suvlarda cho'milib chiniqishni ta'minlaydi. Bu esa nafas olish, qon aylanish. ovqatni hazm qilish azolarining ish faoiyatini hi lab. sihat-salomatlikka yo'llaydi.

Sayohatlarning tashkiliy jihatlari keyingi bo'limlarda bayon etiladi.

### 3.2. Tashkiliy tadbirlar

Jamoalarda turistik sayohatlarni mazmunli va ko'ngildagidek o'tkazish uchun quyidagilarga amal qilish lozim bo'ladi:

1. Turizm bo'yicha seksiya tuzish va mashg'ulotlarni planli asosda tashkil qilish.

2. Topografik elementlarni to'la o'rganish, kundalik rejim qoidalarini turistlarga singdirish.

3. Turistik jihozlar bilan mashq qilish va jismonan chiniqish.

4. Marshrutni aniq belgilash va uni chuqur o'rganish. vol rejasini tuzish. bu ishga mas'uldor kishilarning vazifaarini aniqlash.

5. Tegishli yo'l xarajatlari, turistik jihozlarni avvalda tayyorlash.

6. Poxod va ekskursiyalar davomidagi asosiy talablar bilan turistlarni to'la tanishtirish va unga qat'iy amal qilishni o'rgatish.

7. O'zaro hurmat. mahalliy kishilar mehnatini ulug'lash. etika normalariga to'la amal qilish.

8. Belgilangan joylarda foydali mehnat qilish, tarixiy voqealar yoki faktlarni aniqlashda shoshma-shosharlikka yo'l qo'ymaslik.

9. Sayohat davomida barcha. qatnashchilar ruhini ko'tarish. faollik ko-rsatganlarni o'z vaqtida rag'batlantirish, hisobotlarni poxod va ekskursiya jarayonlarida tuzish. barcha ishlarni qayd etib borish.

10. Sayohat uchun zarur bo'lgan vositalarni doimo birga olib yurish. ularni

ehtiyot qilish.

11. Sayohat davomida musiqa asboblari, radio, qo'l teleloni, magnitafon, fotoapparat, binokl, to'p va boshqa narsalarning bo'lishiga erishish zarur.

3-mavzu: Ekskursiya va sayohatning madaniy-ma'rifiy ahamiyati (2 soat)

Reja:

1. Ekskursiya - yangi ma'lumotlarning ko'rgazmali namoyishi.
2. Sayohat va ekskursiya – madaniyatlarning o'zaro yaqinlashuvi asosi.
3. Ilg'or ma'rifiy g'oyalarning sayohat orqali yoyilishi.

Sayyohlik dunyoni bilishga, o'z ko'zi bilan ko'rishga bo'lgan ehtiyojdan kelib chiqadi. Bilimlarning ko'payishi esa Duneyarashni kengaytirishga olib keladi. SHuning uchun ham chuqur bilim va ilmiy xulosalarga ega bo'lish insonning kamolotini belgilaydi. YUZ marta eshitgandan bir marta ko'rgan afzal degan hikmatli so'z bejiz aytilmagan. Sayohatdan maqsadning bittasi ham ana shu. Ko'z bilan ko'rib ishonch hosil qilish, u haqda yana taassurotlar yozib qoldirish ilg'or, ziyoli insonlarning vazifasi ham hisoblangan. Sayohat davomida odamlar ko'p jihatlari bilan vatandoshlaridan farq qiladigan insonlar, ularning turmush tarzi, tili, madaniyati, adabiyoti, san'ati, hunari kabi juda ko'p ma'lumotlarga ega bo'ladilar. Bu esa yaxshi jihatlarni o'zlashtirish, o'rganish va yoyishga ham xizmat qiladi.

Insoniyat olamida sog'liqni saqlash, chiniqish va umrni uzaytirishda ijtimoiy-tarbiyaviy jarayonlar asosiy o'rinda turadi. Bu jarayonlar bola tug'ilgan daqiqalardan boshlanib, to uning uzoq umr ko'rishlarida maqsadli foydalaniladi. Ijtimoiy-tarbiyaviy jarayonlarda - ta'lim, mehnat, kasb-hunar o'rganish, Vatan tuyg'usini his etish kabi insoniy fazilatlar amalga oshiriladi.

Inson salomatligini tarbiyalash, jismoniy jihatdan ch'niqtirishda, ayniqsa, o'quvchi yoshlar va talabalarning ma'naviy hamda jismoniy barkamolligini o'stirishda jismoniy tarbiya mashqlari (sport ham) ustuvor ekanligini inkor etib bo'lmaydi.

Ma'umki, jismoniy tarbiyaning muhim tarkibiy qismi turizm (sayohat) hisoblanadi. Sayohatlarning ijtimoiy-tarbiyaviy xususiyatlarini o'rganish va bilishdan oldin, lining eng zarur tutiari bilan yaqindan turib mantiqiy jihatdan tanishish maqsadga muvofiqdir.

Muqaddimada sayohat (turizm) tushunchasi qisman ifoda etildi. SHunday bo'lsada, bu o'rinda ko'proq piyoda yurish sayohatlari bilan bog'liq faoliyatlar aks ettiriladi.

Turizm - sayohat paytida «tur» (belgi) o`rnatish degan ma`noni bildiradi. Tog`, adirlar va uzoq masofalarga sayohat qilish, oxirgi manzilga belgi qo`yib kelish yoki cho`qqiga chiqqanlikni bildirish uchun biron belgi (yozuv, haykalcha va hokazolar) qo`yishni anglatadi.

Qadimgi ajdodlarimiz o`z hayotlarida turli sayohatlar qilganlar, ularning daryo, ko`l sohillarida sayr qilishi, tog` cho`qqilariga chiqishi, kiyik, yovvoyi qo`ylar (olqor), kaklik, burgut, bedana, qirg`ovul ovlashi ko`pgina tarixiy manbalarda, badiiy asarlarda, shuningdek, xalq og`zaki ijodida keng yoritilgan. Bunday ovlar, maroqli sayohatlar haqida «Alpomish», «Kuntug`mish», «Intizor», «Rustamxon», «Ravshan», «Qirq qiz» kabi juda ko`p dostonlarda hikoya qilinadi. SHuningdek, bu fikrlarni Afrosiyob, Teshiktosh, Dalvarzin arxeologik qazilmalari natijalari ham tasdiqlashi mumkin.

Turizm shakl jihatdan ekskursiya (sayr) va sayohat (putishestviya)larbdan iboratdir.

Ekskursiya asosan biron e`tiborga molik joylarga (muzey, qurilish, tarixiy obidalar va va h.k.) qisqa va uzoq muddat bilan uyushtiriladi. ya`ni bog`cha bolalari, maktab o`quvchilari, talabalar va aholi bilan o`zlarining istiqomat joylarida tashkil etiladi. Uzoq muddatli (3-5 va undan ortiq kunlar) sayrlar boshqa shaharlar, davlatlarga tashkil etilib, bunda ulovlardan (avtomobil, poezd, samolyot, kema va h.k.) foydalaniladi. .

Sayohatlar esa ko`pincha ommaviy ravishda piyoda yurish bilan avvaldan ishlab chiqilgan yo`l (marshrut) bo`ylab o`tkaziladi. Bunda asosan o`lkani o`rganish, jismonan chiniqish kabi ijtimoiy-tarbiyaviy jarayonlar amalga oshiriladi.

Turizmning turlari deganda, piyoda yurish, tog` turizmi, suv turizmi, avtomoto turizmi, chamalab topish (orientirovaniya) kabilarni tushuniladi. Ta`kidlash lozimki, mazkur turlar xalqaro miqyosda maxsus sport turlari sifatida ular tarkibidan joy olgan. Demak, turizmning barcha turlari ijtimoiy-tarbiyaviy xususiyatlarga ega ekanligini e`tirof etish ma`quldir. SHu sababdan mazkur bo`limda faqat piyoda yurish turizmining ijtimoiy-tarbiyaviy va sog`lomlashtirish xususiyatlari borasida bayon qilinmoqda.

Turizmning (sayohatlar) qaysi tun bo`lmasin o`ziga xos tayyorgarlik tashkil qilish, kerakli buyumlar, vositalar, oziq-ovqatlar bilan ta`minlash, yurish qoidalarini bilish va boshqa ko`p faoliyatlar talab etiladi. Bunda ayniqsa, sayohat ishtirokchilarining sihat-salomatligi, jismonan baquvvatligi asosiy o`rinda turadi. Sayohatlar davomida esa jismonan chiniqish, keyinchalik o`z salomatliklarini maqsad yo`lida rivojlantirib borish masalalari muhim ahamiyatga egadir.

O`zbekistonda qator yillar sihat-salomatlik, barkamol avlod, yoshlar yili deb nomlanib, salomatlik shiori ostida ko`p tadbirlar amalga oshirildi. Bunda



tibbiyot xodimlari kasb-hunar yo`nalishidagi, ishlab chiqarish korxonadagi turli muassasalar u yoki bu yo`l bilan faol ishtirok etishdi.

Bundan asosiy maqsad-aholining salomatligini doimiy ravishda nazorat qilish, zarur joylarda tibbiy va homiylik yordamini ko`rsatishdan iborat. Bu esa o`z navbatida kishilarning o`z salomatliklari uchun harakat qilishlari, o`svuchi yoshlarning ijtimoiy kamolotini o`stirishga da`vat etadi.

Insonlar salomatligi faqat tibbiyotgagina bog`lanib qolgan emas. Ijtimoiy-madaniy turmush sharoitida yaxshi mehnat qilish, doimiy ravishda faol harakatda bo`lish va ayniqsa biron sport turi bilan mashg`ul bo`lish, hech bo`lmaganda ertalab yoki bo`sh paytlarda jismoniy mashqlar (harakatli o`yinlar) bilan shug`ullanishni hayotning o`zi taqozo etadi (belgilaydi). Bunda sayohatlarning shakllari, mazmunlari va tarbiyaviy jihatlari ancha ustuvor turadi.

Tan olish kerakki, kasallik insonlarni tanlamaydi, ya`ni qaysi joyda, kim bo`lishidan qat`iy nazar, hatto, go`daklar, yosh bolalarni ham ayamaydi. Bunday noxush voqeliklardan qochish. uning oldini olishda tibbiyot qatorida jismoniy jihatdan faol harakatlar yaqindan yordam beradi.

Dunyoning turli burchaklarida doimiy, surunkali davom etayotgan kasallik turlari haqida SHalkov YU.A. (Rossiya) ajoyib dalillarni keltiradi. Ularning ba`zi birlari bilan tanishish hech kimga ortiqchalik qilmaydi, balki kasallikning oldini olish, jismoniy mashqlar, ayniqsa. turizm (sayohat) bilan shug`ullanish yo`li orqali salomatlikni tiklash, chiniqishga yordam berishi mumkin.

Uning ta`kidlashicha, so`nggi 30-40-yil ichida (1987-yilgacha bo`lgan davr) tibbiyotga ixlos, muhtojlik ancha oshgan. CHunki kasalliklar va ularning turlari ko`payishi tufayli insonlar tibbiyotga muhtoj bo`lmoqda. Ikkinchidan esa ommaviy axborot vositalari va boshqa yo`llar bilan salomatlikni yaxshilashdagi tibbiy xizmatlar ko`p targ`ibot qilinmoqda .

Tibbiy xizmatlar, sog`lom turmush tarzining rivojlanishi tufayli o`lim o`sib borgan.

XIX asrda o`pka kasalligi, yuqumli og`ir kasalliklar (chuma. xolera, yazva va h.k.) ko`p tarqalgan va yalpi aholining qirilishiga sabab bo`lgan. XX asrda tibbiyot sohasidagi ilmiy tadqiqotlar, yangi ixtirolar tufayli mazkur yuqumli kasalliklar deyarli butunlay bartaraf etilgan.

XX asrning 30—40-yillarida uzoq umr ko`rish o`sgan bo`lsada, yangi kasalliklar. ya`ni yurak. qon tomirlar xastaligi kuchaydi. Bular yurak mushaklari (qorinchalari), qon tomirlari xastaligi, qon bosimining oshishi (giperloniya), arteroskleroz kabi asr kasalliklari kuchaydi. Bunday xastaliklar Germaniya, Finlandiya. SHvesiya, Filippin, Avstriya va hatto, AQSHda ham ancha ko`paygan. So`nggi

50 yil davomida sobiq ittifoqda bu kasalliklarga duch kelib vafot etganlar 5 baravar ortgan. Bularning kelib chiqish sabablari quyidagilar bilan ifodalanadi, ya`ni:

1. Inson mehnat faoliyatlari. Inson mehnat tufayli hayotdir. Mehnatning ijobiy va salbiy tomonlari ko`p. Ayniqsa, jismoniy mehnat odam tanasini chiniqtirish bilan bir qatorda uni holdan toydiradi ham. Texnik taraqqiyot tufayli jismoniy mehnatlar siqib chiqarilmoqda. O`tgan yuz yil ichida (1987-yilgacha bo`lgan davr) mehnat faoliyatlari 20 marotaba kamaygan. O`tirib mehnat qilish, texnikani boshqarish oqibatlari mushak, qon tomirlari faoliyati susayib, tananing turli joylarida xastaliklar yuzaga keladi. Yana bir tomoni shundaki og`ir mehnatlarni qilishga barcha baravar bo`la olmaydi. Qolaversa, uzoq mehnat qilish ham mushak, qon tomirlari, asablarga salbiy ta`sir ko`rsatadi.

Yana bir xususiyatli tomoni shundaki, jismoniy jihatdan kuchli, baquvvat kishilar o`z kuch va imkoniyatlarini hisobga olmay og`ir yuk ko`tarish, bilmasdan texnikani ishlatish va boshqa turli sabablarga ko`ra zarar ko`rishi, biron joyi sinishi mumkin. Bunday hollarda uzoq vaqt davolanishga to`g`ri kelaadi.

2. Oziqlanish. Jamiyat tariqqiyoti va ijtimoiy-madaniyatning o`sishi tufayli insonlar ehtiyoji ham ko`paymoqda, ya`ni yaxshi ovqatlanish, eng zarur ozuqalarni iste`mol qilishdan iborat. Bu jihatlar ham barchada baravar bo`lmaydi. O`z vaqtida to`yib ovqat emaslik, kam quvvatli ozuqalarni doimiy ravishda iste`mol qilish yoki uning aksicha ortiqcha turli ovqatlarni eyish holatlari ham insonlarda u yoki bu kasalliklarni keltirib chiqaradi.

3. Ijtimoiy mehnat va turmush madaniyatida ruhiy (psixologik) ta`sirlarning kuchayishi. Insonlarning ruhiy holatlari va ba`zi xususiyatlari xursandchilik va xafagarchiliklarni turlicha qabul etadi va ularga o`z munosabatlarini u yoki bu darajada (ruhiy buzilishlar) bildiradi. Mehnat joyi va oila sharoitlarida doimiy ravishda ijobiy hamda salbiy-ruhiy kechinmalar yuz berib turadi. Bu esa asablarning charchashi, toliqishi va kasalliklarga chalinishiga sabab bo`ladi. O`z-o`zidan ma`lumki, ruhiy tushkunlikdagi inson yaxshi mehnat qila olmaydi, oilada muvozanat buziladi. kamharakatchanlik kuchayadi. Oqibatda esa ko`pchilik kishilar spirt ichimliklari, tamaki chekish va giyohvand moddalarni iste`mol qilishga ruju qo`yadi (odatlanadi).

E`tirof etish lozimki, yuqoridagi salbiy xususiyatlar O`zbekistonning yirik sanoat shaharlarida ham avvallari mavjud bo`lgan.

O`zbekistonning mustaqillik sharoitida ijtimoiy-madaniyatimiz yaxshilanib borishi tufayli aholi o`rtasida turli kasalliklarning oldini olish imkoniyatlari

yaratilmoqda. Ayniqsa, «Sport» gazetasi, Respublika teleradiolarida sihat-salomatlikni ta`minlash, aholining bu sohadagi nazariy tushunchalari va amaliy faoliyatlarini kuchaytirish maqsadida targ`ibot ishlari yaxshi yo`lga qo`yilgan.

Ishlab chiqarish korxonalarining mehnatkashlari, barcha turdagi o`quv yurtlarining yoshlari hamda ziyolilarning dam olishi, salomatliklarini yaxshilash yo`lida tarixiy shaharlardagi madaniy obidalarga sayr (ekskursiya) uyushtirish. o`quvchi yoshlar va mehnatkashlarning yozgi sog`lomlashtirish oromgohlari faoliyatini yaxshilashda ancha ibratli tadbirlar o`tkazilmoqda. Sayohatlarning sog`lomlashtirish xususiyatlari shundaki, piyoda yurish, sof havolarda dam olish, tunash, quyosh nurlari hamda tez oqar zilol suvlarda cho`milib chiniqishni ta`minlaydi. Bu esa nafas olish, qon aylanish. ovqatni hazm qilish a`zolarining ish faoliyatini tiklab. sihat-salomatlikka yo`llaydi.

#### 4-mavzu: Ekskursiya va sayohatlarni tashkil etish xususiyatlari va yo`llari (2 soat)

Reja:

1. Sayohat va ekskursiyalarni tashkil qilish usullari.
2. Turistik kompaniyalar va ularning tashkilotchilik faoliyati.
3. Sayohatning mavsumiy tashkil etilishi.

Ekskursiya va sayohatlar tashkil qilishning ikki usuli: sayohat va ekskursiya byurosi tomonidan uyushtiriladigan sayohat va ekskursiyalar hamda madaniy-ma`rifiy muassasa tashkilotchilari tomonidan uyushtiriladigan sayohat va ekskursiyalar.

Uzoq tarixga ega vatanimiz sarhadlarida ajdodlarimiz mahorati, madaniyati, ilmi, san`ati, tafakkuri va boshqalar haqida to`la tasavvur va to`liq ma`lumotlar bera oladigan shunday obidalar, yodgorliklar mavjudki, ularni ko`rishga dunyo xalqlari juda ishtiyoqmand. Vatandoshlarimiz ular bilan albatta faxrlanadi, iftixor bilan o`sha an`analarni davom ettirishga harakat qiladi. YOshlarimiz bu madaniy merosni chuqur egallab, munosib vorislar bo`lib etishadilar. Turistik kompaniyalar odamlarning mashhur va qadimiy joylarni ko`rib, ziyorat qilishga bo`lgan ehtiyojlarini hisobga olib, turli shartnomalar tuzadilar va shu shartnoma asosida faoliyat yuritadilar. Sayohat va ekskursiyani tashkil etishda albatta mavsumga ham e`tibor qaratish kerak bo`ladi. Tabiatning turli faslda turlicha jozibaga ega bo`lishi sayohatning turli shakllarini keltirib chiqaradi. Masalan, qishda avtobuslar, yozda ochiq ransport vositalaridan foydalanish mumkin. SHuningdek, issiq o`lkamizda boshqa tirik ulovlardan foydalanish ham yaxshi natija beradi. Ko`llarda kema va qayiqlarda suzib tomosha qilish juda maroqli.

## Dam olish joylari va zieratgoxlar

Poytaxt axolisi va mexmonlari uchun an'anaviy dam olish joyi - Bo'stonlik tumanidir. Bo'stonlik tumanida turli xil sanatoriylar, pansionatlar va oromgoglar bilan bir katorda mexmon uylari tarmogi mavjud. Ularning ko'pchiligi kuyidagi axoli yashash punktlarida joylashgan: CHorvog, Xumson, Oktosh, Soylik, Xondaylik, YUsufxona, CHimyon, YUibileyniy, Burchmulla, Bogustan, Sijjak, Nanay. Bu erda dam oluvchilarga barcha kulayliklarga ega bo'lgan uylar, dachalar, xonalar, shuningdek bir kun yoki ikki kunga mo'ljallangan supalar ijaraga beriladi. Joylashish narxi kelishuv asosida bo'lib, yilning mavsumi va xizmat ko'rsatish sifatiga karab farqlanadi. Ijaraga joy berish erlarida o'zingiz bilan olib kelgan masallikdan ovkat pishirish uchun pullik asosda kerakli oshxona buyumlari beriladi. Xar erda birinchi zaruriy narsa-buyumlar va oziq-ovkat maxsulotlar sotiladi. Yo'llarning umumiy axvoli talabga javob beradi. Xamma erda simli alokadan tashkari uyali aloka xam ishlaydi. Atrofdagi ko'plab axoli yashash punktlarida xozirda shaxsiy mulkka aylangan sobik biror-bir idoraga karashli bo'lgan dam olish oromgoglari mavjud. Ularning ko'pchiligi xozirda faoliyat olib bormokda. YOz mavsumida oromgox egalari tuxtash uchun joy topmagan saexatchilarni kabul kilishlari mumkin.

Zarkent. Parkentdan 5 km sharkda joylashgan tog etagidagi kishlok. Dengiz satkidan taxminan 800 metr balandlikda. Zarkentdan pastda joylashgan barcha tog oldi zonani sifatli uzumzorlar va boglar tashkil kiladi. Saexatchilarning asosiy okimi – kishlokning yukori kismida joylashgan tabarruk shayx Zarkent otaning makbarasini ziyorat kilish uchun keluvchilardan iborat. Aytishlaricha, kishlokka shayx Zarkent ota asos solgan ekan. YAKinda makbara va uning atroflari kaytadan ta'mirlandi. Pastlikdagi daraxt soyalari ostida ayvon-supalar joylashtirildi. Tunash uchun imkoniyatlar bor. Makbara yakinidagi erdan tabiiy bulok chikib turibdi. Sifatiga ko'ra, bulokning suvi ko'shni So'kok kishlogidagi CHashma bulok suvi bilan aynandir. SHarkdan Zarkentga tutashgan tog kiyaliklari serkoya va tikkadir. Ular tajribasiz saexatchilar va maxsus asboblarga ega bo'lmaganlar uchun kutarilish ogir bulgan to'sikdir. Zarkent kishlogi Toshkentdan taxminan 50 km uzoklikda joylashgan. T oshkentdan Kuyluk eki Buyuk ipak yuli bekatlarida katnaydigan transport bilan tuman markazi Parkent orkali boriladi.

Sukok. Parkentdan 10 km janubi-sharkda joylashgan tog etagidagi kishlokdir. Dengiz satkidan 900 metr balandlikda joylashgan. Ugam-CHotkol tabiiy parkiga tutashgan. Kishlok axolisining umumiy soni 2500 atrofida. Kishlokni kesib o'tuvchi So'koksoy baxorgi toshkin va toglarda muzlar eriydigan paytda to'lib okadi. YOzga yakin suvi sayozlashadi. Soyga keladigan suvning

asosiy manbasi - togdagi CHashma bulogi. Kishlokning yukori kismida soyning lab bo`yida tabiat ko`ynida sayr kilish uchun joylar, supalar, taom tayyorlash uchun sharoitlar mavjud. Kishlokda ko`prok kolishni istovchilar uchun turar joylar ijaraga beriladi. Turistlarning katta kismi asosan aprel-may oylarda tom ma`noda kaynayotgan CHashma bulogini ziyorat kilish uchun kelishadi.

YAngiobod. Angrendan 15 km shimolda Dukensoy va Kattasoy daryolarining ko`shilish nuqtasida joylashgan shaxar tipidagi poselkadir. Dengiz satkidan taxminan 1200 m balandlikda joylashgan. CHotkol ko`rikxonasiga tutashgan. Poselkaga o`tgan asrning ikkinchi yarmida asos solingan. Uch kavatli imoratlar ko`m-ko`k daraxtzor va butazorlar bilan o`ralgan. YAngiobodning doimiy yashovchi axolisini asosan nafakaxo`rlar tashkil etadi. YOzgi mavsumda axoli soni dam oluvchilar xisobiga ko`payadi. YAngiobodning diqqatga sazovor tomonlari: tekislikka nisbatan xarorat 5-8 daraja past. Kulayliklarga ega bush turar joyni ijaraga olish mumkin. Savdo-sotik, transport va telefon aloqa imkoniyati mavjud. Dam oluvchilarning kiladigan asosiy mashxuloti – soy bo`yida dam olish va cho`milish. YAngiobodning atrofi sairlar uyushtirish uchun kulay joydir. Toshkentdan uzoklik masofasi 110 km.

Lashkarak. Kurama tog tizmasining garbiy yonbagirlaridan boshlanuvchi Oxangaronning chap irmogida - o`ziga nomdosh soy ekasidada joylashgan. Dengiz satxidan 1700 metr balandlikda. Angrendan uzoklik masofasi 20 km. Yo`llar kisman asfaltlangan. Kishlok yon-atrofdagi manzara tabiatning eng go`zal burchaklaridan biri xisoblanadi. Kishlokni o`rab turgan toglar archazorlar bilan koplangan. Xususiy sektordan turar joyni ijaraga olish mumkin. Lashkararsoyga borib kuyuluvchi ko`plab kichik soylar bo`ylab kayinzor va yongokzorlar kad ko`tarib turibdi. Suv bo`yidagi sersoya joylar turistlar va dam oluvchilarni jalb kiladi. Soylar turli balandlikdagi sharsharalarni xosil kiladi. Soyda cho`milishdan tashkari, kishlok yon-atroflaridagi go`zal manzaralarni tamosha kilish mumkin.

Nishbosh. Angrendan Lashkarak kishlogi yunalishida yarim yo`lda joylashgan. Kishlokning atrof-muxitida pikniklar va suv bo`yida dam olish uchun kulay joylar ko`p. SHaxsiy sektorda turar joyni ijaraga olish imkoniyati bor. Maxalliy axolidan meva-sabzavot va sut maxsulotlarini sotib olishdan tashkari boshka ko`shimcha xizmat turlari ko`rsatilmaydi. Nishboshda savdo-sotik tizimi deyarli yo`k, shuning uchun zaruriy maxsulotni o`zingiz bilan olishingiz kerak. Odamlardan go`sht, uyda pishirilgan non, sut maxsulotlarini sotib olish mumkin.

Ertosh. Angrendan 25 km sharqdagi o`ziga nomdosh soyning darasida joylashgan. Dengiz satkidan 1600 metr balandlikda joylashgan. Ertosh soyi Oxangaron daresining asosiy irmoklaridan biri xisoblanadi. Dam olish va joylashishni tashkillashtirish xizmati yaxshi rivojlanmagan. Toza tog xavosi, salkin, tekislikka nisbatan 7-10 gradus fark kiladi, ajoyib tog manzaralari, soxillari zich ko`m-ko`k o`simliklar bilan koplangan to`lib okuvchi soy va boshkalar Ertosh kishlogining yon-atroflarini yozgi dam olish uchun xushmanzara joylardan biriga aylantiradi. Mexmonxona tizimi bo`lmasa xam, maxalliy axolining uyida ko`nim topish mumkin. Angren yassi togidagi (58 km) bulokni ziyorat kilish uchun Ertoshda avtotransportni ijaraga olish mumkin. Angren shaxrining shimolrogida Korabau daryosining darasida joylashgan. Dengiz satxidan 950 metr balandlikda joylashgan.

Katagon. Angrendan taxminan 4 km masofada, Toshkentdan 105 km uzoklikda. kishlok daryo darasi bo`ylab 3 km ga cho`zilgan. Odamlar asosan suvga yakin joylarda yashaydilar. Kishlok xovlilaring yarmidan ko`pi daryo ekasiga endosh. Kishlok chegarasida soyning soxillari daraxtlar va butazorlar bilan o`ralgan. Kishlok chegarasidan keyingi tog manzarasi o`ziga xos bo`lib, daralar yongokzor, olchazor, do`lana va archazorlar bilan koplangan. Ko`plab buloklarni kuzatish mumkin. Tog tarafidan esayotgan yokimli xavo okimi yoz oylarida xushtabiat iklimni yuzaga keltiradi. O`zining joylashishi va iklimiga ko`ra, Katagon kishlogi tevaraklari yozgi dam olish uchun anch kulaydir. Katagondan Ugam-CHotkol milliy bogining janubiy kismlariga sayoxat kilish mumkin. Marshrutlarni ko`pkunlik poxodlar singari rejalashtirish mumkin: Katagon-Nevich, Katagon-YAngiobod, Katagon-Tut, Katagon-Beldirsoy, Katagon-Kumushkon. Korabau soy o`zani bo`ylab kilinadigan marshrutning dikkatga sazovor joylaridan: Korabautepa kadimgi shaxrining ko`rgoni, koyatosh suratlar, metall eritish markazining koldiklari, kadimgi ruda kazib olish joyi, "kelinchaktosh", turli xil sharshara va buloklar, soy bo`yidagi o`sgan sersoya daraxtzor.

Korataka. Ovjazsoy tog daryosi bo`yidagi bir-biridan 3-5 km uzoklikda, turli balandlikda joylashgan uchta tog oldi kishloklardan biri. Dara ichidagi oxirgi kishlok. Dengiz satxidan 1300 metr balandlikda joylashgan. Korataka kishlokning yon-atroflari archazor bilan koplangan. Soy bo`yida yon kokzorlar, do`lanazorlar va kayinzorlar uchraydi. Kishlokdan 5 km yukorida sharshara bor. Suv okimi 15 metr balandlikdan tushadi. SHarshara, ayniksa, baxorda va yozning boshlanishida juda chiroyli bo`ladi. Kishlokning soy bo`yida pikniklar uyushtirish imkoniyati mavjud. Kishlokda ijaraga joy olish va savdo-sotik rivojlanmagan. Maxalliy

axolidan sut maxsulotlarini, asal, uyda pishirilgan nonni sotib olish mumkin. Kolgan maxsulotlarni o`zingiz bilan olib kelishingiz kerak.

### **Maskanlar**

Zangiota majmuasi. Zangiota tumanida joylashgan. Toshkentdan taxminan 5 km. uzorlikda. Uning xakikiynomi shayx Ay-xoji, xalk orasida ko`prok Zangi ota nomi bilan tanilgan ulug zotga bagishlanib kurilgan. Majmuaga yondosh kabristonda uning turmush o`rtogi Anbar bibi(Kampir ona) makbarasi joylashgan.

Zarkent ota majmuasi. Parkent tumani Zarkent kishlogida joylashgan. SHayx Zarkent ota nomi bilan boglik. Kadimdan kadamjo joy sanaladi. Ziyoratgox. O`z rivoyatiga ega.

SHoxruxiya shaxri vayronalari. Okko`rgon tumani janubida, Sirdaryoning o`ng kirgogida joylashgan. Maydoni 70 gektardan ziyod. Arxeologik yodgorlik.

Xanka shaxri vayronalari. Okko`rgon shaxridan 8 km janubda joylashgan. Toshkent viloyati xududida joylashgan eng kadimiy shaxar vayronalari xisoblanadi. Arxeologik yodgorlik.

Kadimgi Ilok davlati poytaxti Tunket shaxri vayronalari. Oxangaron daryosining chap kirgogida, Olmalik shaxridan 15 km masofada joylashgan. Arxeologik yodgorlik. Maydoni 50 gektar.

Parpi ota. Almalik shaxridan 15 km shimoliy yo`nalishda joylashgan. Kadimdan kadamjo joy. Ziyoratgox. O`z rivoyatiga ega.

Paygambarota makbarasi. Oxangaron tumani Susam kishlogi yonidagi tepalikda joylashgan. Kadimdan kadamjo joy. Ziyoratgox.

Korixona. Oxangaron tumani Bolgari kishlogi kabristoni xududida joylashgan. SHayx SHodmalik ota nomi bilan boglik. Kadimdan kadamjo joy. Ziyoratgox. Bir chizikda joylashgan, bir-biri bilan boglik bo`lgan beshta er osti xonalardan iborat.

Arushanbobo. Dengiz satkidan 2800 metr balandlikda, Angren tog yassiligidagi Muz Ter devoni yakinida joylashgan kadamjo ziyoratgox. YOnida ilik suvli shifobaxsh bulok otilib chikadi.

Sardoba. Toshkent viloyatida mavjud yagona sardoba vayronasi. Oxangaron tumani Kaynar kishlogida joylashgan.

Ko`lbulok. Arxeologik yodgorlik. Angren shaxri yakinida joylashgan.

Kirkkiz. Kurama tog tizmasining etagida joylashgan kadamjo joy. Olmalik shaxridan 15 km janubda joylashgan. Tosh va chinor daraxtlari ildizlari orasidan kaynab chikadigan kirkdan ziyod katta-kichik buloklardan iborat. Kadimdan kadamjo joy. Ziyoratgox.

CHashma. Parkent tumani So`kok kishlogi yaqinida kaynab chikadigan shifobaxsh bulok.

Kalasoyni sharsharasi. Burchmulla kishlogi yaqinida, Kalasoyni kuyi qismida joylashgan. Suv okimi 10 metr balandlikdan tushadi. Yuqorida 30 metr balandlikda sharshara g`ue-ki toshdan yasalgan kuprik bilan koplangan. Tabiiy kuprik kengligi 5 metr.

Rivoyatlar

Ko`lbulok siri.

Rivoyatlarga ko`ra, kadimda Fargona vodiysi va Oxangaron vodiysi bo`ylab Semirechya ketayotgan karvonlar albatta Ko`lbulok bulog`i atrofida to`xtashar edi. Buni ular fakatgina dam olish yoki chankokni bostirish uchun emas, balki o`z yo`llarini bexatar davom ettirish maxsadida tog` ruxlaridan madad so`rash uchun kilishar ekan. Agarda Ko`lbulokning suvi sovuk bo`la turib kaynayotgan bo`lsa, yulovchilar safarlarini tog`dan davom ettirishmagan. Suvning kaynashi ular uchun toglar ruxlarining kaxridan dalolat bo`lib, ular yo`lda toshbo`ron bo`lishlarini bildirgan.

XX asrda olimlar Ko`lbulok rivoyatini urganib mavjud sirning tagiga etishdi. Aniklanishicha, bulok tektonik yorikdan tashkariga chikar ekan. Er karidan yuzaga suv bilan birga radon gazi kutarilar ekan. Tadkikotlarning ko`rsatishicha, ajralib chikayotgan gazning umumiy xajmi regionning seysmik faolligi bilan bog`lik ekan. Ko`lbulokning o`ziga xos jixatlarini o`rganilish maxsadida 60 yillarda uning yaqinida seysmik stansiya kurildi. Er tebranishini ro`yxatga oluvchi o`lchov moslamasini ishlatish bilan bir katorida, olimlar bulokning faoliyatini xam kuzatib borganlar. Bulok, er silkinishlaridan bin necha kun avval, bulajak xodisa xakida xatosiz, suv tarkibida radon gazining ortib borishi bilan ogog`lantirishi aniklangan. Kuchli er kimirlashidan oldin bulok yuzasi er osti gazlarining chikishi natijasida xuddi kaynaetgan kozonni eslatgan. SHu yo`l bilan tevarak-atrofdagi toglarning yana bir siri ochildi.

SHodmalik-ota korixonasi.

Toshkentdan 35 km sharxdagi Olmalik trassasida joylashgan Bolgari kishlogi mozori xududida joylashgan. Bir necha kubbasimon gumbazli pishgan gishtdan kurilgan er osti xonalardan tashkil topgan. Maxalliy rivoyatlarga kura, korixonada SHodmalik ota degan ulug` bir shayx uzok yillar yashagan ekan. Korixona atrof ulovlarda istikomati kiluvchi axoli uchun muborak siginish joyi vazifasini o`tagan. SHodmalik ota siginuvchilarni bu erga turli rivoyatlar jalb etadi. Mavjud xikoyalarga ko`ra, bu erda bir kadimiy shaxar bo`lgan ekan. Bir necha er osti xonakolari saklanib kolgan binoda kadimda er osti yo`llari mavjud bo`lgan bo`lib,



ulardan biri goyo-ki xatto Makkaga xam olib borgan. Bolgari kishlogi chekkasida kadim zamonlarda katta shaxar bulganligining ifidasini maxalliy axoli dalalarga ishlov berish paytida topiladigan sopol idishlar, eski pishgan gisht bulaklarining, kumush va mis tangalari topilmalarida bilishadi.

#### Oktuya.

Korabousoy darasidagi katta bo`lmagan bir tepalik. Atrof kishlok odamlari orasida mazkur kir bilan boglik bir kancha afsonalar mavjud. Aytishlaricha, kirning ichida juda katta boylik yashirilgan. Bu boyliklar katta sandiklarda tuyalar ustiga mindirilib olib kelingan. Togning kirish kismi shu kadar katta bo`lganki, xatto sandik orttirilgan tuyalar karvoni bemalol ichkariga kira olgan. Kachonki bu erlarga ajnabiy kuchlar bostirib kelganda, boylikni saklash maksadida, Gorga kiruvchi barcha yo`llar xarsang toshlar bilan berkitib tashlangan. O`sha vaktidan beri xech kim ularni topa olmagan. YO`kolgan boylikni topish maksadida yo`lga tushganlarning ko`pchiligi kaytib kelmagan. Afsonalarga ko`ra, kirdagi gor chalkash yo`llarga ega bo`lib, xatto kim unga kira olgan bo`lsa xam, kaytib chikmagan.

#### SHoxruxiya erto`lari.

Rivoyatlarga ko`ra, SHoxruxiya shaxrining ostida tarmoklangan er osti galereyalari mavjud bo`lgan. Er osti yo`llari shaxar mudofaa inshoatlarining bir kismi bo`lgan. Yo`llar shu kadar uzun bo`lganki, xatto ular orkali Sirdaryoning karama-karshi kirgogiga o`tish mumkin bo`lgan. SHaxarga xujum vaktida uning axolisi va sarkardalari dushman ko`shinini o`ziga ergashtirgan xolda er ostiga berkinganlar. Barcha yo`llardan yaxshi xabardor bo`lgan shaxar axolisi tezda kutilmagan joylardan tashkariga chika olganlar, ularning dushmanlari esa, er ostida yo`ldan adashib, xalok bo`lganlar.

#### Anvar bibi makbarasi.

Rivoyatlarga ko`ra, makbara atrofini niyat tilab soat o`kiga muvofik uch marotaba aylanilsa, albatta o`sha niyat amalga oshar ekan. Aylanilayotgan vaktida ko`l makbara devorlaridan uzilmasligi kerak. Anvar bibi makbarasini ziyorat kilish uchun ko`p xollarda yosh ayollar kelishadi. Ular Anvar bibi ruxidan asosan farzandli bo`lishni, uylarida tinchlik va farovonlik bo`lishini so`raydilar. Makbarani ziyorat kilish vaktida yosh kizlar o`zi shundok xam toza yo`lakni supirayotganliklarini kuzatish mumkin. Aytishlaricha, ushbu odat uyni barcha kora kuch va turli xil issik-sovuklardan tozalar ekan.

#### Kirkkiz buloklari.

Kadimdan, Kirkkiz bulokining suvi atrof kishloklar axolisi tomonidan mo`jizakor deb tan olinadi. Kirk bulokning xar biri gayritabiiy kuzga ekanligi, ularning ko`plab kasalliklarga davolash ekanligi xakida turli rivoyatlar mavjud. Aytishlaricha, buloklardan biri farzand ato etar ekan. Buning uchun bulokka tanga otib, uni yana kaytatdan olib, saklab yurish kerak ekan. Suvga tashlangan tanga suvning tubidan yaxshi ko`rinib tursa xam, uni bulokka tushmagan xolda kaytatdan olish ancha mushkul ish. Chunki, bulokning chukurligi bir metr atrofida.

Foydali ma`lumotlar

Bilasizmi?

- togli zonada pieda xatto 200-300 metr balandliklarga kutarilish va pastga tushish bilan boglik marshrutda 5 km masofani utgan sayoxatchi 3 kilogrammgacha ortikcha vaznini yukotishi mumkin.

- Kariyalarning xikoyasiga kura Pskent tumani Kirkkiz buloklaring suvlaridan tatib kurgan inson turli kasalliklardan davolanar ekan.

- Toshkent viloyati xududida bir necha tabiiy shifobaxsh termal buloklar mavjud. Ularning suvlaridan foydalanish turli kasalliklarni davolashda tavsiya etiladi. Termal(+38S) buloklarning biri Parkent tumani Xisarak kishlogi yakinida joylashgan.

"Ziyorat" Markazi xakida

«Ziyorat» turizm rivojlanishini kullab-kuvvatlash Markazi – turizm soxasida faoliyat yurituvchi nodavlat notijorat tashkilotdir.

Markaz 2005 yili Uzbekistonning noan`anaviy turistik marshrutlari, ayniksa, Toshkent viloyatining chekka tumanlarida turizmni rivojlantirish maksadida tuzilgan. Markaz tarafidan turizmning ekologik, jismoniy-soglomlashtirish, ma`naviy-ma`rifiy va ziyorat-xaj turlariga aloxida e`tibor karatiladi.

Markazning asosiy maksadi chekka tumanlarda istikommat kiluvchi axoli vakillarini turistik xizmatlarni tashkil kilishga kiziktirish, bu yunalishda faoliyat yuritish orkali kushimcha daromat topishga urgatish.

Markaz an`anaviy saexlik yunalishlardan chetta kolaetgan joylarning turistik saloxiyatiga tegishli ma`lumotlar tuplaydi va ular xakida barcha kizikuvchilarni xabardor kilishga intiladi. Markaz, asosan, tarixiy-arxeologik, diniy, tabiiy

kadamjo joylar, kadimgi rivoyat va afsonalar, shuningdek, noodatiy tabiiy xodisalar bilan boglik malumolarga kuprok e`tibor karatadi.

Markaz tabiiy parklar va kurikxonalar boshkarmalari, maxalliy uz-uzini boshkarish organlari va jamoat tashkilotlari, mamlakatda turizm industriyasini rivojlantirish bilan boglik turistik firmalar va tashkilotlar bilan alokalar olib boradi.

"Ziyorat" Markazi bir necha loixalarni olib boradi. Ularning xammasi kay-bir darajada turizm bilan alokada. Loixalardan biri Toshkent viloyati turistik imkoniyatlarini ochib berishga karatilgan. Bu loixaning ishtirokchisi turizm rivojlanishining tarafdori bulgan xar kanday shaxs bulishi mumkin. Loixaning sheori " Toshkeent viloyati durdonasi" deb ataladi. Markaz bunday nomga sazovor bulishi mumkin bulgan maskanlar xakida malumotlarni tuplab, ular xakida keng ommalarni xabardor kilishga intiladi.

«Toshkent viloyati durdonasi» deb atalgan loixa, bu nomga arzigulik bulgan, Toshkent viloyati xududida avvaldan nomalum eki tariflanmagan arxeologik va tabiiy, yani tabiat tomonidan yaratilgan, yodgorliklarni aniklashga va ular xakida keng ommalarni xabardor kilishga karatilgan.

Tabiiy yodgorlik sifatida nimagadir yoki kimgadir uxshash tosh, koya, bir necha yuz yillik daraxtlarni, noyob yoki garoib usimlik, betakror guzal maskanlarni, sharshara, shifobaxsh bulok, soy, gorlarni atash mumkin.

Loixa buyicha malumotlarni yigish 2009 yilning 31 dekabrgacha davom etadi.

Loixaga :

- «Toshkent viloyati durdonasi» nomiga sazovor bulishga molik arxeologik eki tabiiy yodgorliklar;
- Mualiflarning fikricha, Toshkent viloyatining eng sulim maskani bulgan joylar xakidagi xikoyalar kabul kilinadi.

Loixa yodgorliklarni, guzal maskanlarni batafsil tariflovchi xikoyalarni tuplashga xam karatilgan. Xikoyalar kidimiy rivoyatlar bilan boglik bulgan joylar, garoib, ilmiy nuktai-nazardan tariflash kiyin buladigan xodisalar yuzaga keladigan joylar xakida xam bulishi mumkin.

"Zierat" markaziga yuboriladigan xikoyalar kuyidagi malumotlarni uz ichiga olishi shart:

1. «Toshkent viloyati durdonasi» nomiga sazovor bulishga molik yodgorlik tarifi;
2. Tariflanaetgan yodgorlikning boshkalarga nisbatan afzalligi nimadan iborat.
3. Tariflanaetgan yodgorlik bilan boglik bulgan rivoyat va xikoyalar;
4. Tariflanaetgan yodgorlik xakida malumotning kelib chikishi yoki kaerdan olinganligi;

5. Tariflanaetgan yodgorlik manzili va unga etib borish yullari (mavjud yakin kishlok va avtomobil yullarga boglangan xolda kursatish);
6. Tariflanaetgan yodgorlikni ziyorat etish uchun eng kulay mavsum;
7. Xikoya mualifi xakida malumot( F.I.SH., tugilgan yili, kasbi va faoliyati, yashash joyi, aloka telefon nomeri).

Loyixa ishtirokchilari tomonidan yuborilgan kizikarli malumotlar «Ziyorat» Markazining –[www.ziyorat.uz](http://www.ziyorat.uz) axborot saytida joylashtiriladi. Saytga kiruvchilar siz tomondan tanlovga yuborilgan xikoyalarni baxolash va eng kiziklarini tanlash imkoniyatiga ega buladilar. Markaz takdim etilgan xikoyalarni va ular xakidagi fikrlarni 2010 yilning yanvarida kurib chikadi. Eng kup kizikish uygotgan lavxa nomi [www.ziyorat.uz](http://www.ziyorat.uz) axborot saytida elon kilinadi va uni takdim etgan muallif kimmat-baxo sovga bilan mukofatlanadi.

Loyixa davomida tuplangan malumotlar viloyat buylab yangi kizikarli sayoxlik yunalishlarni yaratishda foydalaniladi. YAngi saexlik yunalishlarining yaratilishi uz urnida joylarda turistik xizmatlarni shakillanishiga xizmat kiladi.

Loyixaga takdim etiladigan malumotlarni Toshkent viloyati turizm rivojlanishini kullab-kuvvatlar Markazining [difero@sarkor.uz](mailto:difero@sarkor.uz) yoki ICQ 466984846 elektron manziliga yuborishingiz mumkin. Kushimcha malumotlarni [www.ziyorat.uz](http://www.ziyorat.uz) axborot saytida yoki (371)2345366; (371)2663912; +99897 410 2566 rakamli telefonlar orkali olishingiz mumkin.

Toshkent viloyati turizm rivojlanishini kullab-kuvvatlash «Ziyorat» Markazining manzili: Toshkent sh. YUnusobod tuman, G.Abdurashidov kuch., 1-A. , 210-chi xona

«Ziyorat» barcha shark xalklari tillariga kiruvchi eng kadimgi suzlardan biridir. Uning asosi «ziyo» ma`rifat ma`nosini bildiradi. «Ziyorat» suzi kuplab ma`nolarni bildiradi, ammo ularning bari yagona moxiyatni kasb etadi, ya`ni, ziyorat kilish, xabar olish yoki diplomatlar tili bilan aytsak, tashrif buyurmok ma`nolarini bildiradi. «Ziyorat» iborasi sajdagox joylarni, tarixiy me`moriy obidalar, buyuk shaxslar nomi bilan boglik bulgan joylar, umuman olganda, «avliyo kadamjolarini ziyorat kilish» ma`nosini ifodalaydi. Uzok yurtlarga «ziyorat» kilish bilan bir katorada kushni kuchada yashovchi xurmatga sazovar shaxsni xam «ziyorat» kilish mumkin. «Ziyorat»ga zamonaviy ta`rif beradigan bulsak, u – uzok yurtlar, xalklarni, ularning milliy urf-odatlarini kurishga bulgan intilishdir.

## 5-mavzu: Qadimiy shaharlar, obidalar, madaniy yodgorliklar, ziyoratgohlarga sayohatni tashkil etish xususiyatlari (2 soat)

### Reja:

1. Dunyo madaniyati qadriyatlariga aylangan maskanlar.
2. Sayyohlarga yuqori darajali mehmonxona xizmatini ko'rsatish.
3. Dunyo xalqlari va milliy taomlar tayyorlashning ibratli namunalari.

O'rta Osiyoda hududida qadim xalqlar madaniyatini namoyish etuvchi juda ko'p joylar mavjud. Bunga misol qilib ko'hna shaharlar – Samarqand, Buxoro, Xiva, Marg'ilon, Qo'qon, Toshkent shaharlari va ulardagi qadimiy madaniy yodgorliklarni keltirishimiz mumkin. Respublikamiz nafaqat qadimiy inshootlari, balki zamonaviy arxitektura namunalari bilan ham sayyohlarni o'ziga jalb qila oladi. CHet ellik sayyohlarning ko'hna madaniyat bilan qiziqishlari vatanimizning ana shunday manbalarga boy ekanligidir. Bular sayohat va turizmning istiqbolini, kelajagini belgilaydi.

Sayyohlarga yuqori darajada xizmat ko'rsatish madaniyati ham dunyo standartlari asosida bo'lmog'i kerak. Zamonaviy, ko'rkam, barcha shart-sharoitlar muhayyo etilgan mehmonxonalar sayyohlarga xizmat ko'rsatmoqda. Ovqatlanish madaniyatida ham o'ziga xosliklar mavjud bo'lib, sayyohlarning e'tiborini YAngi yangi turdagi taomlar, Ayniqsa milliy taomlar bilan siylash mehmondo'st o'zbek xalqiga xos xususiyatdir.

### **Piyoda yurish turizmi**

Piyoda yurish turizmi deganda sayohatchilarning belgilangan marshrut bo'yicha (bir kunlik yoki ko'p kunlik) bevosita piyoda yurishi tushuniladi. Bunday paytlarda turistik qoida va shartlar asosida keraklik jihozlar, oziq-ovqatlarni sayohatchilar o'zlari bilan birga olib yurishadi.

Piyoda yurish turizmini uyushtirganda yirik sanoat va madaniyat o'choqlari: Samarqand, Buxoro. Xiva, Toshkent, Farg'ona, Navoiy, Qarshi, CHirchiq, Guliston, YAngier, Ohangaron, Jizzax kabi shaharlarning tarixi bilan tanishishni albatta rejalashtirish kerak bo'ladi. Respublika sharoitida piyoda yurish turizmini uyushtirish qoidalari va ularning normalari to'g'risida keyingi bo'limlarda gapiramiz.

**Tog' turizmi.** Turizmning bu turi turistik qoidalarga asosan qiyinchilik kategoriyalari asosida tashkil qilinadi. O'zbekistonning hamma viloyatlarida ma'lum darajada turistik birinchi kategoriyali qiyinchilikdagi tog'lar mavj'ud. Zarafshon, turkiston tizma tog'larida, Farg'ona, Toshkent viloyatlari atroflaridagi tog'iarda turizmning ikkinchi va uchinchi kategoriyali qiyinchilikka to'g'ri keladigan tog'lar

hamda dovonlar bor. Demak, Farg`ona, Zarafshon. CHirchiq vodiysida joylashgan kishilar uchun tog` turizmini keng rivojlantirsa bo`ladi.

Tog` turizmi bo`yicha seksiyalar tashkil qilish, turli poxodlar uyushtirish uchun instruktorlar, ralibar kadrlar va havaskor turistlar avvalo, tog` turizmining qoidalarini batafsil o`rganishlari, mutaxassislardan tegishli maslahatlar olishlari shart. Tog\* turizmida ishtirok etmagan rahbarlar yoki instruktorlarga jamoani birdaniga baland tog`larga olib chiqish man etiladi. CHunkt tog`iarda yurishning o`ziga yarasha qonun va qoidalari bor. Ularni izchil o`rganmasdan va tajribada sinamasdan turib poxodlarda yaxshi natijalarga erishish mumkin emas.

Piyoda va tog` turizmini aralash uyushtirishning o`ziga xos xususiyati shundaki, turistlar tog` zonalarida yurish^ tartibini to`la bilishlari, kerakli jihozlarni jamg`arishlari lozim. Tezoqar daryo va ko`liar atrofida tunash, yurish. yashash qoidalarini yaxshi o`zlashtirgan bo`lishlari kerak.

Respublika sharoitida turizmning velosiped, avtomobil, mototsikl, qayiqda sayohat qilish turlari ham mavjud.

Hozirgi paytda respublikaning eng chekka va uzoq tumanlariga asfalt yo`llar qilinib, ular viloyatlar va respublika markazlargacha tutashib ketgan. SHuningdek. tog`li zona rayonlarida ham yo`llar mashinalar uchun qulay ravishda moslashtirilgan. Ana shu sharoitlar velosiped. mototsikl, avtomashinalarda sayohat qilish imkonini beradi. Navoiy, Samarqand, Bekobod. Farg`ona, Toshkent va boshqa ko`pgina shaharlardagi veloturistlar ancha tajribaga egadir. Ular veloturist kartalari, marshrutlarini tayyorlaganlar. Bir necha bor Samarqand - Dushanbe, Bekobod-O`ratepa-Dushanbe, Navoiy-Samarqand-Termiz kabi marshrutlar bo`yicha sayohatlar o`tkaz-ganlar. Samarqand, Navoiy. Toshkent motopoygachilari ham yuqoridagi marshrutlar bo`yicha ko`pgina" turistik sayohatlar uyushtirganlar. Toshkent. YAngier, Farg`ona turistlari engil avtomashinalarda faqat respublika shahar va tumanlariga emas. balki qardosh Qirg`iziston. Qozog`iston, Tojikiston. Turkmaniston, hatto Rossiya shaharlariga ham turli sayohatlar uyushtirmoqdalar.

O`zbekistonda sayohatlar rejali yoki bevosita havaskorlik yo`li bilan uyushtiriladi. Rejali sayohatlar davlat yo`li bilan, maxsus yo`llanmalar orqali o`tkaziladi. Bunday paytlarda respublika yoki xorijiy davlatlariga (Kavkaz. Boltiqbo`yi, Uzoq sharq va h.k.) , sayohatlar uyushtiriladi. Bunday sayohatlarda individual va guruh shaklida ham qatnashish mumkin yoki bir jamoa bo`lib uyushtirish mumkin. Bunday sayohatlarni o`tkazishda viloyat, respublika turizm kompaniyalari o`z zimmalariga oladilar.

Ko`pgina maktab, o`rta maxsus va oliy o`quv yurtlari. ishlab chiqarish korxonalarini, muassasalar, qishloq mehnatkashlari jamoa bo`lib. ko`ngilli ravishda havaskorlik poxodlari, sayohatlari. ekskursiyalarini mahalliy tashkilotlar va kasaba uyushmalarning rejasi hamda ruxsati bilan uyushtirishlari mumkin.

## **Sog`lomashtirish oromgohlari**

O`zbekistonning tog`li tumanlarida juda ko`p o`quvchilar dam olish oromgohlari, ishlab chiqarish korxonalarining, o`quv yurtlarining dam olish uylari, sog`lomashtirish-sport maskanlari joylashgan. Farg`ona vodiysi, Toshkent viloyatidagi tog`lik joylarda oromgohlar ko`p miqdorni tashkil qiladi.

Keyingi yillarda Samarqand viloyatidagi Ohalik, Omonqo`ton, Urgut, Oqsoy tog`lik joylarida 50 ga yaqin oromgohlar tashkil qilindi. Bu joylarda yozgi dam olish, sport bilan shug`ullanish, turistik poxodlar uyushtirish, slyotlar o`tkazish, gulxanlar yoqish, bayramlar tashkil qilish va turistik texnikaga doir musobaqalar o`tkazish an`anaga aylanib qolgan.

## **Turizm bo`yicha instruktorlar**

Instruktorlar seksiya ishlariga rahbarlik qilish, turistik poxodlarni uyushtirish. poxodlarning mazmunli o`tishini ta`minlash, musobaqa va slyotlarni tashkil qilish uchun universal bilim va tashkilotchilik mahoratiga ega bo`lmoqlari kerak.

Keyingi yillarda turistik ishlarni tashkil qilishda turli ixtisoslar paydo bo`lmoqda: turistik ishlar tashkilotchisi, turistik jamoa rahbari (seksiya, sayohat, dam olish kunidagi poxodlar), konsultantlar (marshrut kvalifikatsiya komissiyasi), turistik musobaqa hakamlari.

Turistik tashkilotchilar jismoniy madaniyat jamoalarida turizm bo`yicha seksiyalar tashkil etish, uarga rahbarlik qilish (komissiya, gruppalar), dam olish kunlari poxodlarini boshqarish va turizmni targ`ib qilishda aktiv ishtirok etadilar.

Jamoatchi konsultantlar turistlar, aktivlarga maslahatlar beradilar. sayohat joylarini tanlash, marshrutlarni belgilashda uarga yordamlashadilar, xilma-xil ko`rsatmalar beradilar. Ular marshrut kvalifikatsiya komissiyasi tarkibida bo`ladilar.

## **Maktablarda turizmning ahamiyati**

Har tomonlama rivojlangan avlod tarbiyasi ning muhim vositalaridan biri bo`lgan turizmni yanada rivojlantirish masalalari kundan-kunga katta ahamiyat kasb etmoqda.

Maktab yoshidagi o`quvchilarning jismoniy va nazariy tayyorgarligi, turistik sayohat shakli va mazmuni katta kishilar turizmidan tubdan farq qiladi. SHu sababdan maktab o`quvchilarining turizmini professional pedagogik turizm deb ayta olamiz.

Jismoniy tarbiya dasturida turizm alohida o`ringa ega. Bu o`quvchilarning jismoniy rivojlanishi va o`lkani o`rganishga qaratilgan muhim tadbirdir.

Gumanitar va tabiatshunoslik turkumidagi fanlar bo'yicha yangi o'quv rejaları va dasturlariga o'tishning tugallanishi munosabati bilan o'qitishda o'lkashunoslik ishlarining ahamiyati tobora ortmoqda. O'quvchilar puxod va ekskursiyalarda jonajon o'lka tabiati bilangina emas, balki uning tarixi bilan ham tanishmoqdalar. Sayohatlarda to'plangan materiallar maktab muzeylari, fan kabinetlarining mulki bo'lib qolmoqda.

O'qituvchilar tarix, geografiya, biologiya, adabiyot, fizika va boshqa darslarda o'lkashunoslik materiallaridan foydalanib. o'quv materiallarining puxta o'zlashtirilishiga erishayotirlar.

Bu jarayonlar O'zbekistondagi ko'pgina umumtaMim maktablari, o'rta maxsus va oliy o'quv yurtlarida ham alohida ahamiyat kasb etmoqda.

### **O'lkashunoslik va ijtimoiy foydali ishlar**

Turistik sayohatlarning barcha turlarida ham o'lkashunoslik ishlarini olib borish ko'zda tutiladi. Bu ishning mazmuni va hajmi sayohat o'tayotgan tuman yoki joyning sharoitiga, shuningdek, avvaldan qo'yilgan vazifalarga bog'liqdir. SHu sababli o'lkashunoslik ishlarining asosiy obekti ishlab chiqarish korxonalari, ishlab chiqarish vositalari, hozirgi zamon ishlab chiqarish texnikalari, tog', o'rmonlar, turli yodgorliklar va boshqalar hisoblanadi.

Odatda, o'z o'lkasini o'rganish birinchi vazifa qilib qo'yiladi. Bu ko'pincha uzoq davom etadigan sayohatlarda amalga oshiriladi yoki shu joyning o'ziga bir necha bor sayohatlar tashkil qilishga to'g'ri keladi.

Turistlarning o'lkashunos ishlari muhim ahamiyatga egadir. Biron rayon yoki joyni kompleks ravishda yozish, geografik. tabiiy ko'rinishlarini chizish, tabiati, hayvonot va o'simlik dunyosini aks ettirish ayrim paytlarda mustaqii ilmiy ishlar qilishni taqozo qiladi. Tabiiy va iqtisodiy geografiya, paleontologiya, o'lka tarixi va boshqa o'lkashunoslik materiallarini ilk o'rganish natijalari ko'p hollarda ular ilmiy tadqiqot institutlarining muhim obektiga aylanishiga sababchi bo'ladi.

Marshrutni tanlash o'quvchilarning kelajakda yana sayohat qilish havasini orttiradi. SHu sababdan sayohatga tayyorianishda o'sha joyning butun tarixi va hozirgi sharoitini avvaldan chuqur hamda izchi! o'rganish lozim. Ma'lum adabiyotlar, ilmiy maqolalar orqali o'sha joydagi muzey, tarixiy yodgorliklar va muhim ahamiyatga ega bo'lgan ishlab chiqarish korxonalari, madaniyat o'choqlari vadiqqatgasazovorjoylarini bilish iozim.

Daryo va ko'Naming sohillarida qadimgi suv izlari, tog' jinslari, turli topilmalarni kuzatish mumkin. Tog'li joylarda turli rangdagi va qatlamdagi toshlar, ohaklar (jinslar), qorning saqlanish sabablari, muziarning joytashishi, qaysi hayvonlar yoki parrandalar mavjudligi. ularning sonini aniqlash lozim bp'ladi. Turistlar tog' va daryo, ko'l sohillaridagi g'orlar. toshdagi yozuvlar, turli qoldiqlar



tarixini o'rganishni ham vazifa qilib oladi. Mehnat maydonida zabardast kishilarning ish usuli, olinayotgan mo'l hosil sirlarini aniqlash o'quvchilarda mehnat qilish havasini uyg'otadi. Oktabr revolyutsiyasi qatnashchilari, ularning avlodlari, bosmachilarga qarshi kurashda mardlarcha halok bo'lgan qizil askarlar-komsomoliar mozorini obodonlashtirish, kolxozlashtirish davrlarda jasorat ko'rsatgan ayollar, erkaklar, yoshlar hayotini o'rganish. Ulug' Vatan urushi qatnashchilari, mehnat veteranlari bilan uchrashuvlar tashkii qilish katta ahamiyatga egadir.

Ijtimoiy foydali ishlar, yani bahor paytlarida ko'chat o'tkazish, ekinlarni begona o'tlardan tozalash, pifJa qurtlari uchun barglar Lizish, yozda pichan to'plash, ho'l mevalarni terish, sabzavotlarni yig'ishtirish hamda boshqa ishlarga aktiv qatnashish turistlarning muqaddas burchlaridan hisoblanadi.

Sayohatlar davomida tabiatni muhofaza qilish, ayniqsa daraxtlarni sindirishga yo'I qo'ymaslik, yong'inga qarshi tadbirlar uyushtirish hamda ekinzorlarni mollardan saqlash sohasidagi ishlar ham turistlar uchun muhim burch hisoblanadi.

O'rta Osiyo respublikalarida aholining anchagina qismi tog' va tog' yonbag'irlarida yashaydi. Ular turli xo'jalik ishlari bilan band bo'ladilar. Bunday joylarda turistlar sobiq partiya va hukumatning chiqargan qarorlarini amalga oshirish yuzasidan tushuntirish ishlari olib borishlari, suhbat, konsertlar, jismoniy madaniyat va sport temalarida leksiya va ma'ruzalar uyushtirishlari, sport chiqishlari tashkii qilishlari lozim. Jismoniy madaniyat, sport va turizmni xalqning kundalik turmushiga keng singdirish yo'liarini topish kerak.

Tevarak-atrofni kuzatib borish, turli tarixiy manbalarni o'rganish, xalq xo'jaligi qurilishlarini ko'rish sayohatchilarning bilim doiralarini tobora kengaytiradi. Turistlar sayohat oldidan ilmiy tadqiqot institutlari, muzeylar, tashkilotlardan maxsus topshiriqlar olib, ularni puxta bajarishlari odat tusiga aylanib bormoqda. Ayniqsa, tabiatni muhofaza qilish, ko'chatlar o'tqazish, ko'kalamlashtirish, qishloq xo'jaligi mehnatkashlariga yordam berish ishlari yaxshi samaralar bermoqda.

O'zbekistonning Zarafshon va Farg'ona vodiylarida, Surxondaryo va Xorazm vohalaridagi juda ko'p maktablarda dam olish kuni uyushtiriladigan turistik paxodlar paxtakorlar, -4sabzavotkorlar, bog'bonlarga yordam berishga qaratilgan.

O'zbekiston maktablari va boshqa o'quv yurtlari talabalarining sayohatlari asosan bahorgi ta'tilda Samarqand, Buxoro, Xiva shaharlarining tarixiy yodgoiiklari bilan tanishish, Toshkent, Navoiy, Qarshi, YAngier, Guliston shaharlarini sayr qilishga mo'ljallanib, ular poezdlar, avtobuslarda va samolyotlarda uyushtiriladi. Bunday joylarda turli sayohatlar uyushtirish

o'lkashunoslik ishlarini jonlantirish hamda ijtimoiy foydali ishlarni keng va avj oldirish imkonini beradi.

### **YOsh o`quvchilar bosqichlarida turistik ishlar**

Turistik sayohatlar o`quvchilarning eng sevimli mashg`ulot-laridan hisoblanadi.

Turistik sayohatlar tuganmas zavq manbai. Gulxan atrofidan suhbat qurish. o`yin tashkil qilish. daryo sohillarida sayr etish, sh, tog` ufqlaridan quyoshning mo`ralab chiqishi va botishini kuzatish o`quvchilarga zavq va shavq bag`ishlaydi. SHuningdek. mehnat ilg`orlari, urush qatnashchilari, ko`pni ko`rgan keksalar bilan miriqib suhbatlashishning o`ziga xos zavqi bo`ladi. Tarixiy yodgorliklar va muzeylarni tomosha qilish dunyoqarash va bilimlarni oshiradi.

Turistik sayohatlar o`quvchi uchun jismoniy chiniqish estetik va siyosiy tarbiya maktabi hisoblanadi. Bu demak. Ona-Vatan bilan tanishish, kishilar bilan. ayniqsa, mehnat faxriylarining i. ishchilari bilan suhbatda bo`lish, qahramonlar bilan uchrashish muhim ahamiyat kasb etadi.

O`quvchilar bilan suhbat uyushtirish uchun, avvalo, bolalar turistik-ekskursion stansiyalar, turistik klublar yoki turistik bazalar bilan aloqada bo`lish kerak.

Turistik sayohatlarni tashkil qilish va uyushtirishda qism rahbarlari, yoshlar tashkiloti va sinf rahbarlari katta yordamchi hisoblanadi. Buning uchun ularga turizmning tashkiliy formalari va vazifalarini qunt bilan o`rgatisli lozim.

O`quvchilarni yig`ib kichik guruh tashkil qilish. bunda asosan fao! o`quvchi va yoshlar tashkilotiga tayanish. dam olish kuni sayohatini tashkil qilish kerak. Buni ko`rgan 3-4 va 5-6 sinf o`quvchilari ham asta-sekin sayohatga qiziqqa boshlaydi.

O`quvchilar soni sayohatda ko`pchilikni tashkil qiladigan bo`lsa, unda o`quvchilarni zvenolarga bo`lish kerak bo`ladi. Bu usu o`quvchilarni ma\*lum joylarga yig`ish, barcha ishlarni tartibli, planli olib borishga imkon yaratadi.

Kichik yoshdagi o`quvchilar (10-11) 5-8 km masofadagi sayohatlarda qatnashadi. Gulxan yoqish. ovqat pishirish, joylarni chamalash, mo`ljallab topish, turistik estafetalarda qatnashish bir kunlik turistik sayohatlarda bajariladi.

O`rta yoshdagi o`quvchilar (11-12 yosh) bir kunlik va ikki kunlik sayohatlarga qatnashishi lozim. Bunga dam olishni tashkil qilish, tunash, azimut bo`ylab yurish, joylarni quyosh, yulduzlar va mahalliy predmetlar bo`yicha mo`ljallab topish, tomonlarni belgilash hamda ovqat pishirish kabi turistik malakalar hosil qilinadi.

Bu yoshdagi o`quvchilar o`z sayohatlari davomida iste`mol qilish mumkin bo`lgan yovvoyi mevalar, o`simliklar va dorivor o`tlarni tanlashlari lozim. Sayohat jarayonida tog` va qo`riq-xonalardagi hayvonlarni, qushlarni, zaharli ilonlar chaqqanda birinchi meditsina yordami ko`rsatishni bilish ham talab qilinadi. Sayohatlarda qatnashib, o`quvchilar «YOsh turist» nishoni normasini bajaradalar.

Katta yoshdagi o`quvchilar (13-15 yosh) turizm va o`lkashunosii ishlarida aktiv qatnashib, ko`p kunlik turistik sayohatlarga chiqadilar. Bunda o`z o`lkasini o`rganish, maktab muzeyiga materiialar yig`ish, jismoniy chiniqish, turistik malakalami mustahkamlash asosiy maqsad qilib qo`yiladi.

Bu yoshdagi o`quvchilar kichik yoshdagi o`quvchilar turistik sayohatlarni tashkil qilishda, shuningdek, turistik slyotlar, turli musobaqalarda ham qatnashadilar.

YOsh o`quvchilaming turistik ishlari bo`yicha bosqichlari maxsus testlai`dagi turizm talablari bilan deyarli mos keladi. SHuning uchun o`quvchilar tashkiloti turistik ishlarni tashkil qilash va o`tkazishda, seminar va suhbatlar tashkil qilganda bevosita maktabdagi jismoniy tarbiya komissiya a`zolari bilan hamkodikda ish tutishlari lozim.

O`quvchilar tashkilotiari uyushtirgan turistik sayohatlar, ekskursiyalar va bosbqa turistik tadbirlar albatta tegishli rasmiy hujjatlarda qayd etilishi va tasdiqlanishi shart.

### **«Alpomish» va «Barchinoy» maxsus testlarida turizm**

Turizm maxsus testlarining muhim talablaridan biri bo`lib hisoblanadi. Bu 2000-yil martda tasdiqiangan maxsus testlar bosqichlarida ayniqsa yaqqol namoyon bo`ladi. Maxsus testlar uch qismdan (6-16 yosh, 17-35 yosh, 36-60 yosh) iborat bo`lib, aholining barcha qatlamlarini o`z ichiga oladi. Kichik yoshdagi o`quvchilar 2-3 kmga sayr, katta yoshdagi o`quvchilar 6-8 kmga sayohat va katta yoshdagi aholi esa 10-12 kmga sayohatda ishtirok eishlari lozim. Bu bosqichdagi turistik poxodlarning avvalgilardan ferqi shuki, joylarni chamalab topish musobaqasida o`quvchilar masofani mustaqil ravishda o`tavidilar. Buning uchun azimut, topogratik belgilarni aniq bilish, maxsus jismoniy tayyorgarlikka ega bo`lish kerak.

Maktablarda turistik to`garaklar va seksiyalar. Ko`pgina maktablarda barcha sport turlari kabi turizm bo`yicha ham to`garaklar, seksiyalar tashkil qilingan. O`lkani o`rganish, turli kolleksiyalar to`plash bo`yicha maxsus kabinetlar lashkil qilingan. . Bu kabinetlar huzurida to`garaklar mavjud.

Mamlakatimizda turistik harakatning boshlang`ich asosi ana shu to`garaklardir. Maktablarda turizni bo`yicha to`garak tashkil qilish formasi boshqa

turlari kabi, avvalo, o`quvchilar bilan turizm to`g`risida suhbat o`tkazish, ular bilan kichik sayohat uyushtirish, turizm to`g`risida o`quvchilar yig`ilishi. devoriy gazetalarda targ`ibot ishlarni tashkil qilishdan boshlanadi. Natijada, qisqa vaqt ichida poxodlarga qiziquvchilar soni ko`payadi. SHu tariqa to`garakka asos solinadi. O`tkaziladigan sayohatlar rejasi tuziladi. Tematik rejalar geografiya, tarix, ona tili, adabiyot o`qituvchilari hamda o`quvchilar tashkilotlari bilan hamkorlikda tuziladi. Bu ishlarga asosan jismoniy madaniyat o`qituvchilari rahbarlik qiladi. Seksiya jurnali tashkil qilinib, undagi barcha talablar bajarilib borildi.

Turistik to`garaklar o`z maktab atrofi, tuman miqyosida turli sayohatlar uyushtiradi. Tajriba va malaka orttirilgach, to`garaklar o`z seksiyasini tashkil qilish mumkin.

Seksiyaning ish formasi to`garaklardagidek bo`ladi. Lekin, bunga mashg`ulotlarning mazmuni, formasi, talablari shug`ullanuv-chilar uchun kengroq, to`laroqdir. Seksiya dam olish kunlari, ta`til paytlari bir kunlik va ko`p kunlik turistik poxodlar tashkil qiladi.

UmumtaMim maktablardagi turistik to`garak va seksiyalar ko`ngrlli turizmning asosi hisoblanadi

Bolalar uylarida barcha sport, fan to`garaklari kabi turizm bo`yicha ham to`garak yoki seksiya tashkil qiiinadi.

### **YOzgi sog`lomlashtirish oromgohlari**

YOzgi dam olish oro.ragohlaridagi mashg`ulotlarni turistik poxod va sayohatlarsiz tasavvur qilib bo`lmaydi. YOzgi dam olishning asosini sport mashg`ulotlari, turistik sayohatlar. slyotlar va boshqa tadbiriar tashkil qiladi. SHu sababli sog`lomlashtirish lagerlarida bir kunlik va ko`p kunlik turistik sayohatlar qilish rejalashtiriJadi. Sog`lomlashtirish oromgohlaridagi sog`lig`ining zaifligi tufayli poxodlardan ozod qilingan o`quvchilar esa kichik sayohatlar bilan chegaralanadilar. Barcha dam oluvchilarga o`lkashunoslik, tog` va piyoda yurish turizmi, turizmning texnik turlari va qoidalari to`g`risida tushuncha beriladi. Sayohat qatnashchilariga yoshiar va bajargan ishlariga qarab «YOsh turistik»

nishonlari, hatto razryad normalarini bajarganliklari uchun nishonlar beriladi.

### **Turizm ishlarining dastur rejalari**

Maktablarda, bolalar muassasalarida tashkil qilingan turizm seksiyalarining dastur rejaiari har bir jamoa imkoniyatiga qarab tuziladi. Maktab o`quvchilarining O`zbekiston sharoitidagi turistik poxodiarni tashkil qilishning namunaviy dasturi va rejalari quyidagicha tuzish mumkin:

## **Jamoalardagi turizm seksiya ishlarining dasturi**

Ommaviy turizm jismoniy tarbiyaning muhim vositalaridan bin. Jismoniy tarbiya sistemasida turizmning o`rni. O`zbekistonda turizmni tashkil qilish. Kasaba uyushmasining turizmning rivojlan-tirishdagi o`rni. O`zbekistonda havaskorlik turistik sayohatlarini tashkil qilish qoidalari. Yo`llanma bo`yicha sayohatlar. Turizmning rurlari va lining xususiyatlari. «YOsh turist», «Turist» nishonlari va turizmning klassifikasion normalari.

Jamoalarda turizm seksiyalarini tashkil qilish va uning mazmuni. Havaskorlik ommaviy turizmning asosidir. Ommaviy turizmni rivojlantirishda turizm seksiyalarining roli. Seksiyalarning vazitalari, uni tashkil qilish va mazmuni. Tashkiliy byuro, uning funksiyalari. Seksiyani tashkil qilishda jamoat tashkilotlarining roli. Tashkiliy yig`ilishlar. Seksiyaning byurosi, vazifalarni taqsimlash. Komissiyalar, seksiyalar, ularning funksiyalari.

Seksiya ishlarining mazmuni: dam olish kuni turistik poxodlari, sayohatlari, ekskursiyalarni tashkil qilishda, ko`p kunlik sayohatlar. slyotlar. turistik musobaqalar uyushtirish, seksiya a`zolarining malakasini oshirish, turizmni targ`ib qilish, faollarni tayyorlash. mahalliy jamoat tashkilotlarining tadbirlarida qatnashish.

Seksiyaning tarbiyaviy ishlari, uning forma mazmunlari. Turizmning tarbiyaviy ta`siri haqida tushuncha. Faollarning roli va ularning tarbiyadagi namunalari.

1. Seksiyaning ish rejalari (yillik, kvartal-chorak, oylik), ularning taxminiv forma va mazmuni. Moliyaviy taminot va uning asoslari. Pullarni sarflash smetasi (plani), mablag`lardan unimli foydalanish. Seksiyaning` moddiy bazasini tayyorlash. Turistik-sog`lomlashtirish lagerlarini tashkil qilish. Turistlar klubi, turistlar seksiyalari va boshqa jamoalar bilan aloqada bo`lish. Homiylik ishlari. Ishlarni hisobga olib borish. Slyotlarni tashkil qilish va seksiya ishlarining rejasini tuzish.

2. O`lkaning turistik imkoniyatlari. Oikaning tabiiy-geografik hamda iqtisodiy xarakteristikasi: ob-havo, relefi. o`simlik va hayvonot dunyosi, foydali qazilmalar, ishlab chiqarish korxonalari, qishloq xo`jaligi va tranport aloqalarining rivojlanishi. Ekskursiya obektlari: tarixiy arxitektura va boshqa yodgorlik joylari, muzeylar, ilg`or tashkilotlar. Dam olish kuni poxodning marshiuti haqida tavsiyalar. Turizm bo`yicha yo`lboshlovchi, ma`lumotnoma va boshqa adabiyotlar.

3. Turistlaming ijtimoiy-foydali ishlari. Tabiatni muhofaza qilish.

OMkashunoslik sohasidagi vazifalarni bajarish, aholi o`rtasida otaliqdagi ishlarni bajarish, targ`ibot va boshqalami ijro etish. Tabiatni muhofaza qilish to`g`risidagi qonun. Zararkunandalar bilan kurashish. Ekologik muvozanatlar.

4. Dam olish kuni turistik poxodlarni tashkil qilish va uni o`tkazish. Poxod oldidan ko`rgazmalar olish. konsultatsiya qilish. Guruhni tuzish va ularning aniq vazifalarini belgilash. Marshrutni ishlab chiqish, uning yo`nalishi. sxemas`mi chizish va grafigini tuzish, moliyaviy xarajatiar smetasi. Guruh va shaxsiy jihozlar. Oziq-ovqatlar. Poxod qatnashchilariga yuklarni taqsimlash. Ryukzakni taxtlash. Yo`l hujjatlar`mi rasmiylashtirish. Poxod qatnashchilarining yig`ilish joyini belgilash.

Marshrutdagi yurish tartiblari, boshlovchi va saf oxirida yuruvchining vazifalari. Kunlik rejim. Dam olishlarni tashkil qilish: joyni tanlash: lagemi tashkil qilish plani: palatkalarni o`rnatish; ishlarni taqsimlash. Gulxan yoqish va uning ishlatilishi, gulxanda ovqat pishirish. Kiyimlarni quritish. Dam olishni tugallash va atroflarni to`layig`ishtirish, tozalash.

Tabiiy to`siqlardan o`tish tartiblari. Dam olish kuni poxodlarida xavfsizlikni ta`minlash. Oddiy tugunlar va ularni ishlatish tartibi. Dam olish kuni poxodi rahbarning vazifalari.

5. Turistik topograflar. Turistlar uchun topografiyaning ahamiyati. Dam olish kuni poxodlarida ishlatiladigan xaritalar. Joylarning plani, sxemasi. Masshtablar (sanoq va chiziq). Asosiy shartli belgilar. Xaritalarni o`qish va sxemalarni tuzish. Kompas. Mahalliy magnit og`ishlari.

Joylarda xarita, kompas va mahalliy predmetlar orqali chamalash. Mahalliy sharoitlardagi predmetlarga qarab utqni belgilash, soatlar, tungi yorugMar. osmon yoritqichlari bilan ufqnii belgilash. Azimut bo`ylab yurish.

6. Turistlar gigienasi. Poxodlarda nazorat. O`z-o`zini nazorat qilish va birinchi meditsina (shifokorgacha) yordami. Turistlarning shaxsiy gigienasi. Muntazam medisina ko`rigining ahamiyati. Poxodda o`z-o`zini nazorat qilish. qishki sharoitlarda nazorat qilishning xususiyatlari. Terlash, quyosh va issiqlikdan saqlanish hamda sovuq urishning oldini olish.

Poxodlarda birinchi meditsina yordami ko`rsatish: ko`ygan, teri ustlari zarariangani, qon ketish, bo`g`inlarning zararlanishi, chiqishi, sinishi. quyosh nuri va sovuq urishi, zaharlangan paytlar. Bog`lashlar. Sun`iy nafas oldirish. Kasallanganlarni jo`natish. Dam olish kuni poxodlarni dori qutisidagi dorilar tarkibi.

7. Turistlarni jismoniy tayyorlash. Jismoniy tayyorgarlikning ahamiyati va uni mukammallashtirish yo'llari. Ertalabgi gimnastika, dam olish kuni paxodlarida jismoniy tayyorgarlik, organizmni chiniqtirish. Tavsiya qilinadigan jismoniy mashqlar. Sport turlari bo'yicha mashg'ulot o'tkazish

Mustaqil O'zbekiston Respublikasida sayyohlik ishlarini rivojlantirish omillari, imkoniyatlari va yo'nalishlari (2 soat)

Reja:

1. O'zbekiston respublikasida sayyohlik ishlari.
2. Turizmni rivojlantirish omillari, imkoniyatlari.
3. Ekskursiya va sayohatning zamonaviy yo'nalishlari.

Mustaqil respublikamizda sayohat va ekskursiyani rivojlantirish omillarini takomillashtirish, imkoniyatlari va yo'nalishlarini belgilash. Mamlakatimizda zamonaviy turizm sanoatini vujudga keltirish va rivojlantirish uchun shart-sharoitlarning mavjudligi. «Buyuk ipak yo'li»ni qayta tiklash – mamlakatimizda turizmni rivojlantirishning omildir.

### **Sayyohlik orqali o'lkani o'rganish tadbirlari**

Sayyohlik yo'li bilan o'lkani o'rganish to'garaklarida bolalar ma'lum bir hududni har tomonlama o'rganishni maqsad qilib qo'yadilar. Buning uchun o'rganish ob'ekti sifatida o'lka, tuman, shaharning ijtimoiy-iqtisodiy xususiyatlari, uning ekologiya, tarixiy-madaniy va tabiiy sharoitlari olinishi mumkin. O'lkashunoslar o'z qidiruv ishlari davomida geologiya, geografiya, tarix, etnografiya, biologiya, fizika va boshqa fanlar bilan bog'lanadilar, qo'shimcha materiallardan foydalanadilar.

Maktab o'lkashunosligi o'quv-tarbiyaviy jarayonning hayot bilan aloqasini mustahkamlashda muhim ahamiyatga ega. Bu jarayonda o'quvchi bolalar va o'smirlar axloqiy, estetik va jismoniy tarbiya oladilar. Piyoda yurish turizmi deganda sayohatchilarning belgilangan marshrut bo'yicha (bir kunlik yoki ko'p kunlik) bevosita piyoda yurishi tushuniladi. Bunday paytlarda turistik qoida va shartlar asosida keraklik jihozlar, oziq-ovqatlarni sayohatchilar o'zlari bilan birga olib yurishadi.

«Piyoda sayyohlik» — eng ommaviy va qulay sayyohlik turidir. Reja asosida yoki o'z faoliyati asosida piyoda sayyohlik yo'nalishi bo'yicha har kuni millionlab insonlar jonajon Vatanimiz buylab piyoda sayohatga chiqadilar<sup>1</sup>.

---

<sup>1</sup> Қосимова Р.А. Туризм ва уни ўқитиш методикаси. "Алоқачи" нашриёти. Тошкент, 2008. 126-б.

O`z faoliyati asosidagi sayyohlik yurishlari faol, sog`lom dam olish hisoblanib, atrof-muhitni o`rganishda muhim ahamiyatga ega, shu bilan birga, bu usul yoshlarning har tomonlama tarbiyalanishi va Vatanimizning munosib farzandlari bo`lib kamolga etishiga imkon beradi.

«Piyoda sayyohlik» to`garagining bosh maqsadi — bolalar va o`smirlarning o`z ona-Vatani, tabiat sirlarini o`rganishga bo`lgan chanqoqliklarini qondirish va ularga tug`ilib o`sgan yurti tuproklari qanchalar go`zal, aziz va otabobolari merosi ekanligidan g`ururlanish, Vatanni asrab-avaylash, hurmat qilishni tushuntirish orqali o`quvchilarni vatanparvarlik ruhida tarbiyalashdan iboratdir.

Piyoda yurishga mo`ljallangan sayohat dasturi bir yoki bir necha yilga mo`ljallangan bo`lishi mumkin. To`garakchilarning aniq maqsadi — dastlabki yili to`garak mashg`ulotlarida kategoriyasiz, yozgi sinov piyoda sayoxat yurishlarini o`tash va ikkinchi yili to`garak mashg`ulotlarida kategoriyali sayyohlikni o`tashdir. To`garak ishida o`quvchilarni rag`batlantirish maqsadida «YOsh piyoda sayohatchi», «O`zbekiston sayohatchisi» ko`krak nishonlari va piyoda-sayyoxlik bo`yicha yoshlar sport darajalari bilan takdirlanishi maqsadga muvofiq bo`ladi.

To`garakning eng muhim maqsadi bolalarni jismoniy sog`lom va baquvvat kilib tarbiyalashdan iborat.

To`garak a`zolari. Birinchi yil to`garak mashg`ulotlari uchun 11 —13 yoshlardagi bolalar, ya`ni V—VII sinf o`kuvchilari, ikkinchi yil to`garak mashg`ulotlari uchun 14—15 yoshlardagi bolalar jalb kidinadi.

To`garak tarkibida bolalar soni 15 tadan kam bo`lmasligi kerak.

To`garak guruhi tuzib olingach, mashg`ulotlarga faolroq bolalarni jalb qilish yo`li bilan to`garak a`zolarini tanlab, saralash mumkin.

To`garak mashg`lotlarida, albatta, fakat jismonan yaxshi ri-vojlangan, sayyoxlik mashg`ulotlariga tibbiy moneligi bo`lmagan o`g`il-qizlar qatnashadi.

SHuning uchun, piyoda sayyohlik sayohati bilan shug`ullanishni xohlovchilarni yozishni boshlaganda, tibbiy xodimlar, vrachlar bilan maslaxatlashish zarur, yoki bolalarning sayyoxlikka qatnashishi to`g`risida ota-onalar roziligi, maslahati va har bir to`garak qatnashchilaridan, albatta to`garak mashg`ulotlariga qatnashishi mumkinligi to`g`risida tibbiy ko`rik xulosasini talab qilish zarur. Bundan tashqari, to`garak qatnashchisining to`garakning barcha mashg`ulotlari va sayyohlik yurishlarining barcha xillarida qatnashishi mumkinligi haqida ota-onalarining yozma ruxsati, roziligi bo`lishi zarur.

To`garakka o`quvchilarni qabul qilish chogida uyda, maktabda namunali o`zlashtirish va tinglash (kulok solish) borasida boshqa bolalardan kam bo`lmagan bolalarning iltimosini rad kilish. ya`ni tugarakka kabul qilmaslik katiyan man etiladi.



Ma'lumki, mehnat va sayyohlik bolalar uchun shunday ish jarayo-niki, bunda o'quvchining salbiy xulq-atvori yo'qolib, ijobiy xulq-atvorlar shakllanadi va rivojlanadi.

Bolalarning tayyorgarlik darajasi har doim hisobga olib bo-rilishi kerak. Agar birinchi yili to'garakka yozilgan bolalar (V—VII sinf o'quvchilari) bundan avval «YOsh sayohatchi» dasturi bo'yicha bilimlarga ega bo'lgan bo'lsa, bu holatlarda «Piyoda sayyohlik» to'garagining belgilangan nazariy mashg'ulotlar soatini qisqartirib. amaliy mashg'ulotlar soatini ko'paytirish zarur.

Mashg'ulotlarning mazmuni va uslubi.

To'garakning dastlabki mashg'ulotlari uchun tuziladigan reja va dasturda bolalarga sayyohlikning alifbosi o'rgatiladi, ya'ni sayohatga tayyorlanish va o'tkazishni tashkillashtirish bo'yicha dastlabki ma'lumotlar o'z o'lkasi haqidagi asosiy ma'lumotlar, joyni aniqlash hakida dastlabki tushunchalar, topografiya asoslari bilimlari, sayohatchi gigienasi (tozaligi), kasallik va favquloddagi jarohatlarda dastlabki tibbiy yordam ko'rsatish hakidagp dastlabki ma'lumotlarni berish ko'zda tutiladi.

Ular o'zlarining tajribalari asosida yaxshi, qiziqarli va foy-dali sayohat faqat bilag'on va mehnatsevar, yaxshi axlokli sayohatchilar tufayli amalga oshirilishi mumkinliginp tushinishlari kerak. SHuning uchun ham rahbarning asosiy diqqat-e'tibori har bir o'quv-nazariy sayohatni tuzishda jamoani amaliy ishlar bilan shug'ullantirishga ko'proq qaratilmog'i zarur.

Sayohatga tayyorgarlik o'z ichiga sayyohlik yo'nalishini o'rganish va ishlab chiqish, majburiyatlarni taqsimlash, tashkiliy va xo'jalik tayyorgarlik ishlarini oladi. Sayyohlik yo'nalishi shunday tuzilishi kerakki, yo'nalish davomida guruh o'z ona-Vatan muhofazasi, istiklol qahramonlari, mehnat qahramonlari, madaniyat va ma'rifat o'choqlari, ona-Vatannipg maftunkor tog', kir, adir va tekisliklari, daryo va ko'llari, suv omborlarini borib ko'rishga muyassar bo'la olsin.

Sayohat vaqtida guruh a'zolari imkon boricha foydali qazilmalar, ularni qayta ishlash sanoatlari, suv nnsshootlarini borib ko'rishga muvaffaq bo'lishlari zarurdir. Sayyohlik yo'nalishi to'garak a'zolarini ona-Vatan tabiatining eng go'zal va muhofazaga molik joylarini tanishtirishga mo'ljallangan bo'lmog'i darkor. Masalan: davlat qo'riqxonalari, ovchilik maskanlari, biostansiyalar, biolaboratoriyalar, o'rmon xo'jaliklari va boshqalarni ob'ekt qilib olish mumkin. Sayohat yurishlari natijasida bolalar va o'smirlar tabiatni, ona-Vatanni, Vatan tarixi va madaniyatini muhofaza qilish bilimlari bilan qurollanadi. Rahbar har bir sayohat va sayyohlik yo'nalishlari bo'yicha tarixiy manbalar, an'analar, afsonaviy qahramonlar, rivoyatlar haqida, dalillar asosida qiziq hikoyalar aytib berishi kerak. To'garak a'zolari esa, sayohat olib borilgan tarixiy yodgorlik joylar haqida

adabiyotlar bilan, kartografiya manbalari bilan tanishib chiqadilar, shu asosda kichik ma`ruzalar qiladilar va xabarlar beradilar.

Sayohat ishtirokchilari o`rtasida majburiyatlar «Sayohatni hamma tayyorlaydi! Sayohatda hamma ishlaydi!» shiori asosida taqsimlanadi va har bir sayohat a`zosi uchun taqsimlangan ish har bir sayohatchi kuchiga mos va qiziqarli bo`lishi kerak.

Kategoriya-siz yozgi sinov yurishlari 50—75 km bo`lib, bunga bir yil davomida tayyorgarlik ko`riladi. Bu sayohat davrida to`garak a`zolari o`lkashunoslik ishlarini bajaradi, o`z o`lkasining har xil maskanlariga sayohatlar uyushtiradilar, yo`l xotiralari haqida kundalik to`ldiradilar, tarixiy yodgorliklar va tabiat boyliklari, go`zalligi haqida fotosuratlar oladilar. Piyoda sayyohlik sinovi bolalar tomonidan sayyoxlik texnikasi va yurish qo`nimgohlari ko`nikma va malakalarining asosiy elementlarini o`zlashtirishda yakunlovchi bosqich hisoblanadi. By erda quyidagi sayyoxlik texnikasi elementlariga maxsus etibor berish kerak, ya`ni:

Sayyoxlik chodirini oldiy sharoitda qanday tiklash (qurish) tezligi, har xil sharoitda gulxan yoqish, daryo va jarlikdan xoda bo`ylab o`tish, xarita, kompas, yulduzlarga qarab joyni aniqlash (topish, mo`ljallash), botqoq va botqoqlashgan joylardan o`tish, qalin va mayda daraxtzor (o`rmonzorlar)dan o`tish, tik va shag`alli qoyaliklarga chiqish va tushish, gorizont tomonlarini joy belgilari va quyoshga qarab aniqlash, sayoxat davomida to`garak a`zolari tomonidan sayyoxlik yo`nalishi bo`yicha harakatning tashkiliy tizimi va sayyohlik qo`nimi qoidalari: sayohatchining xaltasiga shaxsiy predmetlarni joylashtirish, idishlarni yuvish, shaxsiy gigiena, yoqilg`i tayyorlash va boshqalar yaxshi o`zlashtirilgan bo`lishi lozim.

Navbatdagi dasturda, II boskich, ya`ni piyoda sayyoxlik bo`yicha keyingi malakalarni oshirish, dastlab olingan bilimlarni kengaytirish va chuqurlashtirish. keyingi tajribalarning paydo bo`lishi, ko`nikma va bilimning mukammallashishi, har bir savodli va madaniyatli sanyohatchini tarbiyalsh ko`zda tutiladi.

O`quv jarayoni spiral asosida boradi. Eski mavzuga qaytib, bolalar mamlakatimizdagi sayyohlik rivojlanishi tarixi bilan chuqur tanishadilar, O`zbekistondagi zamonaviy sayyoxlik tashkilotlari, ularning rivojlanishi bo`yicha Prezident va Vazirlar Mahkamasi farmon va qarorlari bilan tanishadilar. Nodavlat sayyoxlik tashkilotlari qonun-qoidalari haqidagi bilimlari chuqurlashtiriladi, topografiya, joyni aniklash, mo`ljalga olish, piyoda sayyoxlikning texnikasi va taktikasi, bilimlari, sayohatchi shaxsiy sayyoxlik xo`ja-

ligi va gigienasi, yurish sharoitlarida dastlabki tibbiy yordam ko'rsatish bilimlari chuqurlashtiriladi.

Bu erda bolalarga faqatgina sayyohlikning u yoki bu ko'nikma va malakalariga ega bo'lishni o'rgatishgina emas, balki ularning yo'ldagi har qanday xavf-xatarni, qiyinchilikni engib o'tish, ishning katta qismini o'z zimmasiga ola bilish, har kanday sharoitda o'rtogiga yordamga kelishga tayyor turishni tarbiyalash asosida ma'naviy tayyorgarligini oshirish ko'zda tutiladi.

Ikkinchi bosqich mashg'ulotlari dasturida piyoda sayyoxlik taktikasi va texnikasiga, sayyoxlik xo'jaligiga katta e'tibor beriladi. O'lkashunoslik bo'yicha mavzular o'rgatilayotganda bolalarga tabiatning xilma-xilligini, o'lkaning iqtisodi va madamiyati haqida gapirish kerak, viloyating barcha tarixiy obidalari, muqaddas joylari haqidagi bilimlar bilan bolalar dunyoqarashini kengaytirib, bilimlarini oshirish kerak.

Amaliy mashg'ulotlar va o'quv-mashq yurishlari shunday tuzilishi kerakki, bunda bolalar o'zlari barcha ishlarni mustaqil bajara olishlari kerak. Qo'nimgoxda qarshilikka uchragan hollarda, ular bu holatlarga tez ko'nikishi, hamjixat bo'lib, faoliyat ko'rsatishlari va qarshilikni engishlari zarur. O'z do'sti orqasiga berkinishi, chidamsizlik qilishi, ishdan bosh tortishi qat'iyan man etiladi.

Dasturning alohida mavzulari qatorida (birinchi navbatda o'lkashunoslik bo'limida)gi mashg'ulotlarni bolalarning mustaqil tayyorlangan ma'ruzasi shaklida (referati shaklida) o'tkazish foydalidir. Rahbar bu borada, albatga, ma'ruzachiga ma'ruza matnini tayyorlashda yordam berishi kerak, undan so'ng ma'ruza to'garakda o'qib eshittirilgach, rahbar ma'ruzachi fikrini to'ldirishi lozim. Eng yaxshi natijalarni olish uchun mashg'ulotlarning; alohida mavzulari bo'yicha o'lkashunos, tibbiy xodim, topograf na boshqa mutaxassislarni jalb qilish zarur bo'ladi.

«Piyoda sayyohlik» texnika xavfsizligi masalalari kursning ikkinchi bosqichida dasturning har bir bo'limida ko'rib chiqiladi — mavzular sayohatda u yoki bu xavfsizlik bilan bog'lab o'tiladi. Masalalar bilan bog'lab qisqacha suhbatlar o'tkazilishi shart, bunday suhbatlar aynan yurish vaqtlarida, mashklarda, amaliy mashg'ulotlarda, anik, materiallar ustida, yosh sayoxatchining to'g'ri va noto'g'ri harakatlari chog'ida olib boriladi.

Savodli va madaniyatli sayyoxatchilarni tarbiyalash sayohatlarni muhokama qilishda, aniqlashda juda katta ahamiyatga ega. Har o'quv-mashq, yurishlaridan so'ng navbatdagi to'garak mashg'uloti oldidan yoki to'g'ridan-to'g'ri yurishlardagi kechqurungi gulxan oldida cayohat yakunini muhokama qilish muhim amaliy ahamiyatga egadir. YUurishlar yakunini obdon muhokama etish bolalarni o'ylashga, o'ziga va o'rtoqlariga tanqidiy qarashiga, yurish vaktidagi axborotlar oqimi xususida fikr-muloxaza yuritishga majbur etadi. Raxbar uchun

sayohatni muhokama etish tarbiyalanuvchilarni o`rganishning yana bir vositasi bo`lib, ularning xulq-atvorini, fikrlarini, qarashlarini o`rganishga imkon beradi.

Sayohatga yakun yasashni har bir qatnashchining o`z erishgan yutuqlari, ba`zi hodisalar, o`rtoklari to`g`risidagi og`zaki yoki yozma nutq shakllarida o`tkazish mumkin.

Sayyoxlik to`garagi ishining rejimi (tartibi) yil davomida va uning har xil davrlarida bir xil emas: qoida bo`yicha to`garak haftaning aniq bir kunida ma`lum soatga qo`yiladi. Sayohat o`rtacha oyda bir marta tashkil etiladi. Amaliy mashg`ulotlar mahalliy joylarda mashk, sifatida, bir-ikki kunlik o`quv sayohati musobaqa shaklida olib boriladi. Uzoq muddat davom etuvchi sayyoxlik ta`til kunlarida olib boriladi. Bundan tashqari, mashg`ulotlar guruh bo`yicha (shtab, xo`jalik guruhi, redkollegiya, sayohat to`g`risida hisobot va shu kabi ishlar) va yakka tartibda (ma`ruzachilar, yo`l boshlovchilar, xazinachilar, (fotograf va boshqalar bilan ishlash) olib boriladi.

Dastur mavzusiga ko`ra har xil bo`limlar bo`yicha alohida mashg`ulotlar, nazariy suhbatlarning ketma-ketligi o`quv kalendar rejasini tuzishda hisobga olinadi. Rejadagi mavzu bo`limlarini qat`iy ketma-ketlikda o`rganish shart emas. Bundan tashqari, har bir mashg`ulotning ikkinchi yarmida to`garakchilarning o`zlari jonli amaliy mashg`ulotlarni ttkazishi rejalashtiriladi (mashg`ulot, mashq, oldinda turgan yurish tayyorgarligi bo`yicha tashkiliy ishlar).

Amaliy mashg`ulotlar doimo dasturning har bir bo`limi bo`yicha o`tilgan nazariya bilan uzviy bog`langanligiga erishish kerak, bunda bolalarnipg amaliy harakatlar chog`ida orttirgai tajribalarini rahbar qo`shimcha hikoyalar bilan to`ldiradi va mustahkamlaydi.

To`garakda har bir qatnashchining sport sayyoxligi va o`lkashu-nosligi yutuqlarini hisobga olishni yo`lga qo`yish lozim, har bir tugarak a`zosi uchun «Sayyohlik pasporti»ni joriy etish foydalidir. Bu pasportga sayyohlik yo`nalishi, davomiyligi, qo`ningohlar va tunash kunlari, masofa, yosh sayyohlar yurish vaqtida bajaradigan majburiyatlar turlari, bundan tashkari, musobaqalardagi, mashklardagi, o`lkashunoslik viktorinalaridagi va tanlovlardagi natijalari yoziladi. Bundan tashkari, rahbar barcha o`tkazilgan sayyoxlik hujjatlari va to`tarak faoliyati natijasida hosil bo`lgan barcha hujjatlarning saqlanishi to`g`risida qayg`urishi kerak.

To`garakda «Sayyohlik guruhi yilnomasi» albomi tashkil qilinsa yoki bino devoriga, to`garak a`zolari yig`iladigan joyda maxsus «Sayyoh guruhi burchagi»ni jihozlasa juda yaxshi bo`ladi.

Rahbarlar muntazam ravishda to`garak jamoasini tarbiyalash uchun eng yaxshi sayyohlik guruhi nomi, emblemasi (tamg`asi) ko`rik tanlovini o`tkazadi.

Bularning barchasi ahil, birlashgan jamoaning shakllanishiga olib keladi.

«Piyoda sayyoxlik» tugragi uchun olib boriladigan mashgulotlar buyicha quyidagicha dasturni tavsiya etish mumkin:

1. YOzgi sinov-piyoda sayyohlik yakuni. YOzgi sayyohlik yakuni xakida suxbat-fikr almashuv va taassurotlar. Sayyoxlik yakuni rejalari muxokamasi, ishlarning taksimlanishi.

Amaliy mashg`ulotlar. Xisobot tayyorlash: sayoxat xujjatlari va bayonlarini tartibga solish, mansablar buyicha xisobot, yunalish buyicha xisobot, ekspedisiya (topshirigi) vazifalari va boshka ulkashunoslik kuzatuvlari buyicha xisobot, tasviriy suratlar. kolleksiya, topografik xarita, rasmlar, matnlar, film (diafilm-lar) qo`shiklar tanlovi, ogzaki hikoya, kurgazmalar (albomlar) tayyorlash buyicha xisobot, sayoxat qatnashchilarini razryad va kukrak nishoni bilan takdirlashni rasmiylashtirish.

Sayoxat qatnashchilarining ota-onalari ishtirokida yakuniy kechasi, umummaktab bayramlarida sayoxatchilarning chikishlari, yozgi mavsum yakuni buyicha tuman (shaxar, viloyat) slyotlarida faol sayoxatchilarning ishtiroki.

2. Sayohat tarixi. O`zbekistonda sayyoxlik tarixi, O`zbekiston davlatida zamonaviy sayyoxlik tashkilotlari (shakllangan) va uz faoliyati bilan chikqan (shakllanmagan) sayyoxlik tushunchasi. Transport va sport sayyoxligi tushunchasi. O`lkashunoslik nima? Insonlarni insonparvarlik, mexr-okibatli bo`lish ruxida tarbiyalashda. ma-daniy va ma`naviy dam olishda sayyoxlikning axamiyati. Bilim-larni singdirishda sayyoxlikning axamiyati. Vatan ximoyachilarini tarbiyalashda sayyoxlikning roli. Oldinda turgan mexnat faoliyati-ga insonlarni tayyorlashda va kasb-xunar tanlashda sayyoxlikning roli haqida materiallar tayyorlanadi.

Davlatda sayyoxlikni rivojlantirish tugrisidagi karorlar, jumladan O`zbekiston sayyoxligining yutuklari. Sayyoxlik va jaxongashtalik xakida nimalarni ukish kerak. Tanikli sayyoh olimlarning asarlarini misol qilish mumkin.

Sayyoxlik turlari, sayyoxlik tadbirlarining shakli. Maktab yoshlarining O`zbekiston buylab ulkashunoslik ekspedisiyasini o`tkazish. «Mening Vatanim — O`zbekiston». «Qo`shni davlat xalklari — do`stlarimiz». «Do`stlik alokalari sayyoxligi». Sayyoxlik sleti, musobaqalar va tanlovlar o`tkazish kerak.

Sayyoxlik yurishlarini tashkillashtirish qoidalari: sayyoxlik guruxi tarkibi, sayyoxlik guruxi a`zolarining majburiyatlari va xukuklari, malakali yo`nalish xay`atida yo`llanma xujjatlar tarkibini rasmiylashtirish.

YUrishlarda sayyohlarning o`zini tutishi qoidalari (xulq-atvori). Maxalliy axoli bilan sayyoxlarning uzaro munosabatlari, falokatga uchraganlarga yordam kursatish. Muhofaza xizmati nazorati (MXN) tizimi xakida tushuncha.

Sayohatda xavfsizlikni ta'minlash, nazorat joyi orqali guruh xarakati tartibiga rioya qilish, tabiatni, tarixiy va madaniy yodgorliklarni muxofaza qilish, yo`nalish sayoxatida guruxlarni ijtimoiy foydali faoliyati tashkil etish ham maqsadga muvofiqdir.

3. O`lkashunoslik sayohatiga tayyorgarlik. O`z o`lkasi haqida bilimlarni chukurlashtirish: o`lkaning geografik o`rni va sayyoxlik imkoniyatlari; relefi, daryolari, ko`llari, tuproklari, foydali kazilmalari, iklimi, ulkaning usimlik va xayvonot dunyosi; sanoati, qishloq xo`jaligi, transporti, yangi kurilgan obod joylar. Axolisi va madaniyati, ulkaning tanikli insonlari; ulka tarixi, jangovar va mehnat shuxrati joylari. Tarixiy va madaniy yodgorliklar, muzeylar, o`lka tabiatining qizikarli, jozibador go`shalari. Rejadagi sayyoxlik sinovlarining tuman, viloyat miqyosidagi eng kizikarli ob`ekti to`g`risida hikoya qilish.

Gurux tomonidan olingan ekspedision ulkashunoslik topshi-riklarini bajarish uslubi. Sayyoxlik yurishlari xakidagi xiso-botlarniig asl mazmuni.

4. Topografik tayyorgarlik va yurishlarda joyni aniklash (muljallash). Dastlabki mashg`ulotlar, materiallarning taxlili.

Mavzu xususiyati va joy turi.. Xaritada relefni tasvirlash usullari. Gorizontol kechuv, yotkizik., belgi, bergshtrix nima? Relefning asosiy shakllari va uning topografik xaritalarda tasvirlanishi. Tik qoyalarni aniklash.

Reja (plan) va xarita. Xaritanish ivpn pa xususiyash. Gshkyara fik sxema, kryuk, yunalish lentaep, umumiy tushuntirish xaritasi. Sayyoxlik guruxi topografining majburiyatlari. Bolalarnipg puna-lisllarga kushimcha va aniklik kiritilgai xarita bilan ishlashi.

«Mo`ljallash» terminini aniklash. Ochiq va berk joylardagi sayoxatlarda muljallash shartlari (joy noanik. bulganda), xaritaning bor yoki yukligida joyda kam yoki kun mo`ljallash. Qish va yoz paytlarida har xil sharoitlarda muljallash shart-sharoitlari, yo`l-yo`riklari. Yunalishda ayg`oqchilik koidalari va turlari. Yo`l boshlovchilar va ayg`oqchilarning majburiyatlari.

Erning tortish xususiyati. Hakikiy magnit maydoni. magnit meridiani, magnitli og`ish burchagi, magnit anomaliya. Azimut bo`yicha harakat anikligi nimaga bog`liq? Sayyoxlik musobakalarini muljallash turlari. Ochik,, markirli, azimutal yo`nalish va belgilar, afsona buyicha mo`ljallash, tik nuktani aniqlash.

5. Tibbiy tayyorgarlik. Dastlabki bosqich mashg`ulotlarn bo`yicha sayoxatchi shaxsiy gigienasini takrorlash. sayohatda suv rejimi, suvni zararsizlantirish. Qon so`ruvchilarga karshi kimyoviy himoya vositalaridan foydalanish koidalari. sayyohning shaxsiy tibbiy xaltasi. Birinchi tez tibbiy yordam: kuyish, muzlash, bosh og`rig`i, oshqozon, shamollash kasalliklarida,

kesish, sudralib yuruvchilar va xasharotlar chakqan paytda kasalliklar va jaroxatlarning oldini olish. Qonni tuxtatish usullari. Kon quyugligi nima? Ko`p qon ketishning oldini olish, jabrlanuvchini tibbiy manzilga etkazish. Sayohatga tayyorgarlik va uni o`tkazishda guruh hamshirasining majburiyatlari, sayoxat sanitar jurnalini tutish, kundalik tozalik nazorati, shaxsiy gigienaga va idishlar tozaligiga rioya qilish. Nazoratsiz zamburug`lar, mevalar, o`tlarni iste`mol qilishning xavfli okibatlarini.

6. Sayyoxlik xo`jaligi. Sayyoxlik sarf-xarajatlari. Xarajatlar turi na uni qoplash yo`llari. Sayyoxlik safariga davlat tomonidai engillik berilishi, kimlarga bepul sayoxatda qatnashishga ruxsat beriladi. Gurux. xazinachisining majburiyatlari, sayyoxlik guruhining sayohat davridagi sarf-xarajatlar hisoboti tuziladi.

Ozik-ovkat buyicha xo`jalik mudirining majburiyatlari. Olovda ovkat tayyorlashda gigienik talablar va xavfsizlik choralari.

Tuxtash va tunash qo`ningoxlari. Tunash uchun joy tanlash. Suv zaxirasi, o`tin chetdan ajratilganligi, tabiiy ob-xavo sharoiti yomonlashganda xavfsizlik choralari (dare suvining ko`tarilishi, shamolda daraxtlarning sinishi, tuman tushishi va h.k.). Tunash joylariga nisbatan estetik va gigienik talablar.

Tunash joylarini tekshirish va rejalashtirish, majburiy tunash, yilning sovuk paytida sayyoxlik, tunash kuningohlari, jumladan, nokulay ob-xavo sharoitida, ichimlik suv yuq bo`lganda, tog`da (qorda), tayga va tundra o`rmonlarida, yuksak tog` yaylov zonalarida tunash.

CHodirni tikish uchun joy tanlash. Har xil sharoitlarda chodir tikishniig yullari. Parolon plyonkalaridan foydalanish. CHodirda chivinlarni yukotish yo`llari. Sayyoxlik urin-joylari asboblari (temir karavot, yogoch karavot, yigma karavot) va urin-tushaklari. CHodirda sayyohning xulk, atvori, uzini tutish qoidalari.

Gulxan yokish uchun joy tanlash. Kaerda gulxan yokish mumkin emas? Gulxan xillari va foydalanish maqsadi. Gulxan jixozlari, inventar, kerakli narsalar va taom tayyorlash, gulxan ustiga qozon osish. YOlg`on gulxan hakida. Gulxan uchun yokilgi, yokilgini tayyorlash. Gulxanni o`chirish. Sayyohlik primuslaridan foydalanish. Gaz ballonlaridan foydalanish. Gulxan ustiga qozon osish usullari. O`tinlarni taxlash va yogin-sochindan muhofaza qilish, xo`l o`tinlarni kuritish, utin yorish uchun joy. Arra va bolta bilan kanday ishlash zarur. Gulxai xavfsizligi choralari. SHamol, yogin, tuman paytlarida gulxan yoqish, gulxan uchun «kislород» etishmasligi, olovni boshqarish yo`llari. Gulxan atrofida sayyoxlar xulk-atvori, uzini tutishi, kiyim quritish, oyok. kiyimini kuritish. Jixoz-lar va narsalarni kuritish uchun maxsus gulxanlar yoqish. Kuritish jarayoni, kuritish

qoidalarini. Bolta, qo'lqop va boshqa parsalar uchun joy, chelak va issiq ovkatlar uchun joy. Taomlarni tortish (tarkatish). Ovkatlanish tartibi.

Asosiy sayyoxlik-xo'jalik ishlari bo'yicha malakalarni tekshirish uchun musobaqalar o'tkazish tavsiya etiladi.

7. Piyoda sayyoxlik taktikasi va texnikasi. Piyoda sayyohning taktikasi va texnikasi. Harakat qoidalarini buzilishi, avariylar sabablari va ularni bartaraf etish: ob'ektiv va sub'ektiv omillar roli. Tog'da va tekislikda yozgi piyoda sayyohlik va kishki chang'ida yurishlarda og'irlik me'yorlari va turlari: vaznli, tezlik, uzgaruvchan og'irlik va uning yunalish buyicha o'zgarib borishi. Sayoxatda intizomning ahamiyati. Sayyoh gurux asbob-anjomlarining ta'minoti, ularning tayyorgarligi ahamiyati. O'zbekiston xududida sayoxatni tashkil etish na o'tkazishning asosiy qoidalarini takrorlash. Sayyoxlik yurishlarini tashkil etish va utkazish koidalariga nima uchun rioya kilinadi? Rejali va o'z-o'zidan tashkil qilingan (re-jasiz) sayyohlik tushunchalari.

Tog'dagi harakat. Har xil sharoitda tik o'tloqzor qoyalarga chiqish va tushish. «Peshana», «Serpantin bilan» harakat yo'llarini tanlash, yul belgilari, markirovka va sinchkovlik, kadam, temp, oralik, masofa, xarakat tartibi, extiyot choralari.

Mayda shag'al va tosh «dengizlari» bo'ylab harakat. Mayda shag'al tavsifi. Sinchkovlik, belgilar (markirovka) va yulni tanlash. «Peshana» va «Serpantin bilan» yukoriga va pastga harakat. Qoyali toshlarga chikish va tushish. Kddam, temp, masofa oraligi, harakat tartibi, extiyot choralari (alpenshtok va ip-bog'lamlardan foydalanish). Tosh ko'chishda sayyoh xatti-harakati va xavfsizlik qoidalarini.

8. Piyoda sayyohlikka tayyorgarlik. To'garak ishlari bo'yicha uquv rejasini ko'rib chiqishga tayyorlashda ukuv-mashk, sayoxatlari (joylarda amaliy mashgulotlar) buyicha barcha tugarak tartibi, shu bilan alohida gurux katnashchilari va individual mashklarni to'garak rahbari dasturda kursatilgan barcha mavzular buyicha o'tiladigan materiallarni amaliy mashgulot bilan boglashni tashkillashtiradi.

Sayyoxdikka xujalik va texnik tomondan tayyorgarlik.

Sayoxat-ulkashunoslik ukuv yunalishlari ularning ulkashunoslik va sport mazmuniga kura oldinda turgan yozgi sayoxat sinovi yunalishi mazmuniga tugri kelishi kerak. Belgilangan bu bulimda ukuv vaktining bir qismi yozgi sinov sayoxatini tayyorlashga sarflanishi kerak.

Ukuv-mashk, mashgulotlarining vazifasi shundan iboratki, bunda tugarak a'zolari nazariy bilimlarini amaliyot mashklarida mustaxkamlaydilar. Bu ayniksa dastur materiallarini fakatgina tushunib, eslab qolishdan iborat bo'libgina kolmay, balki amaliy xarakatlar buyicha mustaxkam malakalar xosil kilishdir.



9. Piyoda sayyohlik yakuni. Sayoxatni guruxda taxlil etish. Asbob-anjomlarni tozalash, ta'mirlash va topshirish. O'z majburiyatlarini bajarganligi xakida va bajargan ishlar xaqida xisobot. O'quv-mashq sayohati yo'nalish pasporti, fotooynoma chikarilishi, gurux. burchagini jixozlash, tugarak «Yilnoma» albomida yangi saxifalar tuldirish. Maktabning umumiy jurnaliga sayoxat xaqida yozish (yoshlar uyi). Maktab radiosida sayoxat xakida eshittirish berish. Razryad va kukrak nishonlari xujjatlarini rasmiylashtirish. Sayoxat yakuni buyicha «Sayyoxdik kechasi»ni o'tkazish hamda «Sayoxat gulxani» mashg'ulotini o'tkazish. Ota-onalarning bu kechalarda ishtirok etishini ta'minlash. Umumiy maktab kechalarida sayohat hakida hikoyalar aytish. Sayohatda o'tkazilgan o'lkashunoslik ishlari bo'yicha hisobot materiallarini, matn, eksponat, chizma, rasm, fototasvir, slayd va boshqa shakllarda tuzish hamda topshirish talab etiladi.

Tugarak a'zolari to'garakda agap shaxsiy hisob kartalarini ochgan bo'lsa (sayohatchi pasporti), undagi yangi ma'lumotlarni sardor ko'chirib, yozib olishi kerak. Bu kelgusi sayohat uchun asqotishi mumkin. Bu sayohat pasportida: sayohat yo'nalishi, uning masofasi, vaqt davomiyligi, guruhda sayohatchi nima vazifalarni bajarganligi va sayohat davomida qanday tajribaga zga bo'lganligi haqidagi ma'lumotlar aks etadi.

Piyoda amalga oshirilgan sayyohlik yurishi bolalar va o'smirlarda ularning fiziologik va psixologik jihatlarini hisobga oladigan bo'lsak, juda katta tarbiyaviy hamda jismoniy ahamiyatga ega hisoblanadi. Chunki bu yoshdagi bolalar harakatchan va qiziquvchan bo'ladilar. Ular ko'p narsalarni ko'rib, bilib olishga harakat qiladilar. Ekskursiya va sayohat aynan shu o'z ko'zi bilan ko'rib taassurot olish oqibatida o'chmas xotiraga aylanishini hisobga olsak, piyoda sayohatning natijalari qanchalik yuksak ekanligiga ishonch keltiramiz. Bolalar va o'smirlar ko'rgan-bilganlari asosida hayotga boshqacha bir nazar bilan qarash malakasini ham paydo qiladilar. Tabiat, jamiyat ular tasavvurini yanada kengaytiradi, fikrlarini tiniqlashtiradi.

### **Tog' sayohatini tashkil qilish usullari**

Tog' turizmi. Turizmning bu turi turistik qoidalarga asosan qiyinchilik kategoriyalari asosida tashkil qilinadi. O'zbekistonning hamma viloyatlarida ma'lum darajada turistik birinchi kategoriyali qiyinchilikdagi tog'lar mavj'ud. Zarafshon, turkiston tizma tog'larida, Farg'ona, Toshkent viloyatlari atroflaridagi tog'iarda turizmning ikkinchi va uchinchi kategoriyali qiyinchilikka to'g'ri keladigan tog'lar hamda dovonlar bor. Demak, Farg'ona, Zarafshon. Chirchiq vodiysida joylashgan kishilar uchun tog' turizmini keng rivojlantirsa bo'ladi.

Tog` turizmi bo`yicha seksiyalar tashkil qilish, turli poxodlar uyushtirish uchun instruktorlar, rahbar kadrlar va havaskor turistlar avvalo, tog` turizmining qoidalarini batafsil o`rganishlari, mutaxassislardan tegishli maslahatlar olishlari shart. Tog` turizmida ishtirok etmagan rahbarlar yoki instruktorlarga jamoani birdaniga baland tog`larga olib chiqish man etiladi. Chunki tog`larda yurishning o`ziga yarasha qonun va qoidalari bor. Ularni izchil o`rganmasdan va tajribada sinamasdan turib poxodlarda yaxshi natijalarga erishish mumkin emas.

Piyoda va tog` turizmini aralash uyushtirishning o`ziga xos xususiyati shundaki, turistlar tog` zonalarida yurish tartibini to`la bilishlari, kerakli jihozlarni jang`arishlari lozim. Tezoqar daryo va ko`li atrofida tunash, yurish. yashash qoidalarini yaxshi o`zlashtirgan bo`lishlari kerak.

Respublika sharoitida turizmning velosiped, avtomobil, mototsikl, qayiqda sayohat qilish turlari ham mavjud.

Hozirgi paytda respublikaning eng chekka va uzoq tumanlariga asfalt yo`llar qilinib, ular viloyatlar va respublika markazlargacha tutashib ketgan. Shuningdek, tog`li zona rayonlarida ham yo`llar mashinalar uchun qulay ravishda moslashtirilgan. Ana shu sharoitlar velosiped, mototsikl, avtomashinalarda sayohat qilish imkonini beradi. Navoiy, Samarqand, Bekobod, Farg`ona, Toshkent va boshqa ko`pgina shaharlardagi veloturistlar ancha tajribaga egadir. Ular veloturist kartalari, marshrutlarini tayyorlaganlar. Bir necha bor Samarqand - Dushanbe, Bekobod-O`ratepa-Dushanbe, Navoiy-Samarqand-Termiz kabi marshrutlar bo`yicha sayohatlar o`tkazganlar. Samarqand, Navoiy, Toshkent motopoygachilari ham yuqoridagi marshrutlar bo`yicha ko`pgina" turistik sayohatlar uyushtirganlar. Toshkent, Yangi-Yul, Farg`ona turistlari engil avtomashinalarda faqat respublika shahar va tumanlariga emas, balki qardosh Qirg`iziston, Qozog`iston, Tojikiston, Turkmaniston, hatto Rossiya shaharlariga ham turli sayohatlar uyushtirmoqdalar.

O`zbekistonda sayohatlar rejali yoki bevosita havaskorlik yo`li bilan uyushtiriladi. Rejali sayohatlar davlat yo`li bilan, maxsus yo`llanmalar orqali o`tkaziladi. Bunday paytlarda respublika yoki xorijiy davlatlariga (Kavkaz, Boltiqbo`yi, Uzoq sharq va h.k.) , sayohatlar uyushtiriladi. Bunday sayohatlarda individual va guruh shaklida ham qatnashish mumkin yoki bir jamoa bo`lib uyushtirish mumkin. Bunday sayohatlarni o`tkazishda viloyat, respublika turizm kompaniyalari o`z zimmalariga oladilar.

Ko`pgina maktab, o`rta maxsus va oliy o`quv yurtlari, ishlab chiqarish korxonalarini, muassasalar, qishloq mehnatkashlari jamoa bo`lib, ko`ngilli ravishda havaskorlik poxodlari, sayohatlari, ekskursiyalarini mahalliy tashkilotlar va kasaba uyushmalarining rejasi hamda ruxsati bilan uyushtirishlari mumkin.

O`zbekistonning tog`li tumanlarida juda ko`p o`quvchilar dam olish oromgohlari, ishlab chiqarish korxonalarining, o`quv yurtlarining dam olish uylari,

sogʻlomlashtirish-sport maskanlari joylashgan. Fargʻona vodiysi, Toshkent viloyatidagi togʻlik joylarda oromgohlar koʻp miqdorni tashkil qiladi.

Keyingi yillarda **Samarqand viloyatidagi Ohalik, Omonqoʻton, Urgut, Oqsoy togʻlik joylarida 50 ga yaqin oromgohlar tashkil qilindi.** Bu joylarda yozgi dam olish, sport bilan shugʻullanish, turistik poxodlar uyushtirish, slyotlar oʻtkazish, gulxanlar yoqish, bayramlar tashkil qilish va turistik texnikaga doir musobaqalar oʻtkazish anʻanaga aylanib qolgan.

Toʻgarak ishining maqsadi va vazifalari. Toʻgarak ishining maqsadi togʻli joylarda I—II darajali (oddiy, murakkab) piyoda yurishlarni tashkil qilish va oʻtkazish uchun etarlicha bilim, malakalarga ega boʻlgan yosh togʻ sayohatchi-oʻlkashunoslarni tayyorlashdan iboratdir. Buning uchun quyidagi vazifalarni amalga oshirish moʻljallangan.

Toʻgarakka etarli jismoniy sogʻlom boʻlgan 12—18 yoshli V— XI sinf oʻquvchilari qabul qilinadi. Toʻgarak dasturi boʻyicha tayyorlov kursidan oʻtgan bolalar, maktablar, tumanlararo sayohatchi-oʻlkashunoslar musobaqalarini oʻtkazishda hayʼat tarkibida faol ishtirok etish uchun bilim va tajribalarga ega boʻladilar.

Toʻgarak mashgʻulotlari davrida «YOsh togʻ sayohatchilari» togʻ texnikalarini bilish malakalariga ega boʻlish; togʻda moʻljallash (ori-entirlash); umumiy sayyohlik va maxsus togʻ asbob-anjomlarini tanlash; dastlabki tibbiy yordamlarni koʻrsatish; hamma kerakli uslub na xavfeizlikni taʼminlash chorsh(ari, upi amaliyotda uz urnida kullashni bilib oladilar.

Tugarak dasturi ikki oʻquv yiliga moʻljallangan.

Birinchi oʻkuv yili dasturida toʻgarak katnashchilarining togʻ sayoxatiii 1 - II darajali piyoda yurish turlari buyicha «Umumiy sayohat» bilimiga kushimcha qilib, amaliyotda togʻ sayohatining oʻziga xos xususiyati bilan tanishtirish bilimlari beriladi.

Ikkinchi ukuv yili dasturida birinchi yilda olingan nazariy va amaliy sayoxat-ulkashunoslik bilimlari chukurlashtiriladi Xamda togʻ sayohatiga mansub mavzular oʻrganiladi.

Ikkinchi yil dasturi boʻyicha oʻtiladigan mashgʻulotlarda koʻproq nazariy va amaliy mashgʻulotlarga ahamiyat beriladi. Bu mashgʻulotlarda tugarak aʼzolari tugarak rahbarlari kuzatuv ostida navbat bilan stajer-tadqiqotchi, guruh rahbari vazifalarini bajaradilar.

Ikkinchi yil mashgulot davrining oxirida I—II darajali mu-rakkablikdagi togʻ sayohati sinovi oʻtkaziladi. Bu sinov amaliy mashkdan iborat boʻlib, unda nazariy bilimlar mustahkamlanadi va kunikma-malakalar hosil kilinadi. Bu sayoxatda sayoxatchi guruhlarga raxbarlik, xarakat va turmush darajasini tashkil kilish buyicha kunikma, malakalar rivojlantiriladi xamda mustaxkamlanadi. Zarur

bulganda dasturning aloxida jalb kiluvchi savollari yuzasidan tugarak qatnashchilari bilan ukuv-tarbiya ishlarini uning rahbari olib boradi.

Birinchi yili amaliy mashg`ulotlari davrida asosiy diqqat-e`tibor maxalliy joylarda «umumiy sayoxat» malakalarini egallashga karatiladi; muljallash usullari, maydon tanlash, qo`nimgoh qurish ishlari buyicha va h.k. bir paytda tog` texnikasini o`zlashtirish — qoyalar bo`ylab harakat, ko`tarilish va tushishlarda muxofaza, o`z-o`zini muhofaza qilish usullarini qo`llash kabi malakalar xam egallanadi.

Ikkinchi ukuv yilida maxalliy joylarda amaliy mashgulotlarning og`irlik markazi tog` texnikasini o`zlashtirish, tog` relefi sharoitidagi xarakatlarda xavfsizlikni ta`minlashga karatiladi.

Dasturni amaliy ishlab chikish mavzulari gurux. va yakka tar-tibdagi mashgulotlar shaklida binoda, maxalliy joylarda, to`garakning mustaqil ishlarida olib boriladi.

Bunday mashg`ulotlar tog`ning har xil relefida ham olib boriladi yoki shu tog` relefini aks ettiruvchi tekislikdagi analog elementida: jar yokalari, karer, binolar devorida, katta xarsang toshlar, maxsus tayyorlangan sun`iy tog`li relefda o`tkaziladi. Tugarak raxbarlarining mashgulotlarni utkazishda kurgazmalilikka e`tibor berishi muhim axamiyatga ega (karta, ukuv filmlari, fotografiya, maxsus kiyimlar, ulkashunoslik adabiyot-lari).

«YOsh tog` sayohatchilari» to`garagiga mumkin qadar maktabning faol sayohatchi-o`lkashunoslarini qabul kilish kerak. Ular tibbiy ko`rikdan o`tgan va bir, ikki, uch kunlik sayoxat tajribalariga ega bulishlari lozim.

Nazariy mashg`ulotlar xaftasiga 2—3 soatdan ikki marotaba utkaziladi.

Amaliy mashg`ulotlar oy davomida 2 marotaba o`tkaziladi. Ular maxalliy joylarda utkaziladi, 8 soatgacha davom etishi mumkin. Qolgan vaktlarda ukuv dasturi buyicha amaliy mashg`ulotlar uchun maxalliy joylarda 2 va 3 kunlik turli darajali sayoxatlar utkaziladi.

Xar bir mahalliy joyga kilinadigan sayoxatda anik mavzular, usul va malakalar yuzasidan anik maqsadlar ko`zlanadi.

Amaliy mashgulotlarni utkazish uchun tugarak a`zolari maxsus kiyimlar va asbob-anjomlar bilan ta`minlanadi. Yil davomida bir, ikki, uch kunlik sayoxat yurishlari kup kunlik sayoxat sinovini utkazishiga tayyorgarlik buladi. Kup kunlik sayoxatda ishtirok etish uchun tugarak qatnashchilari rahbar nazorati ostida qo`shimcha tibbiy ko`rikdan o`tadilar, guruxda vazifalar taqsimlanadi.

Sayoxatni muvaffaqiyatli o`tkazish uchun rahbar safar oldidan guruxlarpi Nazorat Qutkaruv Xizmati (NQX) ro`yxatidan o`tkazish va viloyat relefi, sayoxat tashkilotlari bilan bog`lanishlari kerak, ular o`tadigan manzil buylab sayoxat

jadvali va marshrut (yo`nalish-yo`lnoma) tugarak qatnashchilari bilan muhokama kilinadi.

Birinchi ukuv yilidagi sayoxatning asosiy vazifasi mashgulot-lardan olingan umumiy malaka va bilimlarni mustaxkamlashdir xamda amaliy mashk — tog relefi elementlari bilan tanishish, togdagi xarakatlanish usullari, yullarini urganish, muxofaza va uz-uzini muxofaza kilish, o`lkashunoslik tajribalarini orttirishdir.

YUqorida ko`rsatilgan maqsadlar bilan birga, turli darajali dovonlardan o`tish, tog`dagi harakatlarning texnika va taktikasini o`zlashtirish, xavfsizlikni ta`minlash usuli va sayoxatning moddiy ta`minoti xakidagi tushunchalarga ega buladilar.

SHu tarzdagii sayoxat yurishlari uchun sport ukuv-mashgulotini hisobga olgan xolda yunalish tanlanishi kerak..

Yo`nalishlarda har kungi sayohat xulosa kilinadi va ertangi kun tadbirlari rejalashtiriladi. Bunday sayoxat yurishlari ukuv-tarbiya maksadlarini amalga oshirishda katta samara beradi. Tugarak a`zolarining kuzatuvchanligi rivojlanishi uchun vaziyatni tez va anik baholab, to`g`ri xulosa chikarishni bilish, kunikmalarni rivojlantirish uchun tugarak raxbari manzillarda tuxtash vaktidan to`g`ri foydalanishi, anik,savollar yuzasidan suxbat uyushtirishi lozim..

Tog` sayoxati yurishlari va so`nggida sayoxat taxlil kilinib, har qaysi katnashuvchiga, uning faoliyatiga va sayoxatga baxo beriladi.

Tugarak a`zolari ukuv mashgulotlarida faol ishtirok etishlari zarur: sayoxat xonalari burchaklarini jixozlash, dastlabki boshlovchi sayoxatchilar uchun maslaxatlar, musobakalarni tayyorlash va utkazish, sayoxat musobakalari va konkurs (tanlov)larda xay`atga xakamlik qilish shular jumlasidandir.

Tabiiy, tarixiy va madaniy yodgorliklarini o`rganish va muxofaza kilish. Tabiatni urganish va muxofaza kilish. Tabiatni o`rganish va muhofaza kilish to`g`risila O`zbekiston Konstitusiyasi moddalari (55-modda). Estetik bilimlarning ahamiyati. Tabiatni muhofaza kilish — umumxalq ishidir. Tabiatga muhabbat — Vatanga muhabbatdir. Tabiat — tarbiya vositasidir. Tabiatni muhofaza qilish va sayohat. Jonajon o`lka, uning tabiiy boyliklari bitmas-tuganmas bilim manbaidir kabi mavzularda taassurot kechalarini tashkil etish maqsadga muvofiqdir.

O`rta Osiyo respublikalarida aholining anchagina qismi tog` va tog` yonbag`irlarida yashaydi. Ular turli xo`jalik ishlari bilan band bo`ladilar. Bunday joylarda turistlar hukumatning chiqargan qarorlarini amalga oshirish yuzasidan tushuntirish ishlari olib borishlari, suhbat, konsertlar, jismoniy madaniyat va sport temalarida leksiya va ma`ruzalar uyushtirishlari, sport chiqishlari tashkil qilishlari

lozim. Jismoniy madaniyat, sport va turizmni xalqning kundalik turmushiga keng singdirish yo`llarini topish kerak.

Tevarak-atrofnı kuzatib borish, turli tarixiy manbalarnı o`rganish, xalq xo`jaligi qurılıshlarini ko`rish sayohatchilarning bilim doiralarini tobora kengaytiradi. Turistlar sayohat oldidan ilmiy tadqiqot institutlari, muzeylar, tashkilotlardan maxsus topshiriqlar olib, ularni puxta bajarishlari odat tusiga aylanib bormoqda. Ayniqsa, tabiatni muhofaza qilish, ko`chatlar o`tqazish, ko`kalamlashtirish, qishloq xo`jaligi mehnatkashlariga yordam berish ishlari yaxshi samaralar bermoqda.

O`zbekistonning Zarafshon va Farg`ona vodiylarida, Surxondaryo va Xorazm vohalaridagi juda ko`p maktablarda dam olish kuni uyushtiriladigan turistik paxodlar paxtakorlar, sabzavotkorlar, bog`bonlarga yordam berishga qaratilgan.

O`zbekiston maktablari va boshqa o`quv yurtlari talabalarining sayohatlari asosan bahorgi ta`tilda Samarqand, Buxoro, Xiva shaharlarining tarixiy yodgorliklari bilan tanishish, Toshkent, Navoiy, Qarshi, Yangi-Yul, Guliston shaharlarini sayr qilishga mo`ljallanib, ular poezdlar, avtobuslarda va samolyotlarda uyushtiriladi. Bunday joylarda turli sayohatlar uyushtirish o`lkashunoslik ishlarini jonlantirish hamda ijtimoiy foydali ishlarni keng va avj oldirish imkonini beradi.