

2021 йил - Ёшларни қўллаб-қувватлаш ва аҳоли саломатлигини мустаҳкамлаш йили

BUYUK KELAJAKNI BIRGA QURAMIZ

YANGIOBOD OVOZI

YANGIOBOD TUMANI HOKIMLIGINING IJTIMOY-SIYOSIY, MA'RIFIY GAZETASI

№1 (27) 29-yanvar, 2021 yil, juma

Ijtimoiy-siyosiy, ma'rifiy gazeta

Bahosi erkin narxda

Gazeta 2019 yil yanvardan chiqa boshladi

ЯНГИОБОД ТУМАНИГА ЯНГИ ҲОКИМ ТАЙИНЛАНДИ

Халқ депутатлари Янгиобод тумани Кенгашининг навбатдан ташқари сессияси ўтказилди.

Сессияда Ўзбекистон Республикаси Президенти давлат маслаҳатчисининг биринчи ўринбосари Қаҳрамон Қуранбоев, вилоят ҳокими Эргаш Салиев, Халқ депутатлари туман Кенгаши депутат-



лари, туман ҳокими ўринбосарлари ва мутасадди ходимлари, секторлар, ташкилот ва корхоналар раҳбарлари, оммавий ахборот воситалари вакиллари иштирок этди.

Сессия кун тартибидаги масала бўйича вилоят ҳокими Эргаш Салиев сўзга чиқиб, Янгиобод тумани ҳокими лавозимида ишлаб келаётган Матиев Икром Синдоровични Фориш тумани ҳокими лавозимида ўтганлиги муносабати билан, Янгиобод тумани ҳокими лавозимида Қаршибоев Иброҳим Болтаевич номзодини тавсия этди.

Ушбу таклиф Халқ депутатлари Янгиобод тумани Кенгаши депутатлари томонидан маъқулланди.

Янги лавозимга тайинлангунга қадар Қаршибоев Иброҳим Болтаевич Зафаробод тумани ҳокими лавозимида ишлаб келаётган эди.

ТУМАН ҲОКИМИ АҲОЛИ ХОНАДОНЛАРИГА ТАШРИФ БУЮРДИ

Аҳолининг ташвиши билан яшаш, ҳар бир маҳалла ва қишлоқларга чиқиб уларнинг дарди-га қулоқ тутиш ва шу орқали халқни рози қилиш - бугунги кунда ҳар бир раҳбарнинг кун тартибидаги бош мақсадга айланди.

Бугун Янгиобод тумани ҳокими Иброҳим Қаршибоев Совет қишлоқ фуқаролар йиғинида истиқомат қилувчи аҳолининг муаммолари ва турмуш шароитлари билан танишиш мақсадида кўмак ва эътиборга муҳтож аҳоли хонадонларига ташриф буюрди.

Ташрифлар давомида туман раҳбари хонадонларнинг оила аъзолари билан мулоқотлар ўтказиб, уларнинг яшаш шароитлари ва эҳтиёжлари билан танишишди, мавжуд камчилик ва муаммоларни бартараф этиш юзасидан тегишли маъсулларга аниқ вазифаларни белгилаб берди.

Шунингдек, ижтимоий кўмак муҳтож, оиласида ногирони бор бўлган хонадонларга озик-



овкат маҳсулотлари, ногиронлик аравачалари ҳамда дори-дармонлар тарқатилди. Оилавий даромади паст бўлган, оғир ижтимоий аҳволга тушиб қолган хонадон эгаларига эса, уйда ўтириб даромад топиш имкониятини яратиш мақсадида тикув машиналари тарқатилди.

Албатта, халқни рози қилиш, уларнинг турмуш шароитларини яхшилаш - фуқароларимизнинг тинч ва фаровон ҳаёт кечиришларини таъминлашга хизмат қилади.

Янгиобод тумани
ҲОКИМЛИГИ
Ахборот хизмати

ВАТАН ҲИМОЯЧИЛАРИ КУНИ КЕНГ НИШОНЛАНДИ



Янгиобод туманидаги Хотира хиёбонида Ватан ҳимоячилари куни ҳамда Қуrollи кучларимиз ташкил этилганининг 29 йиллиги муносабати билан "Ким Ватанга содиқ бўлса, мендирман ўша" шиори остида тадбир ташкил этилди.

Тадбирда сўзга чиққанлар Қуrollи Кучларимизнинг шонли йигирма тўққиз йили давомида мамлакатимиз хавфсизлиги ва барқарорлиги, сарҳадларимиз дахлсизлигини, халқимизнинг тинч ва осойишта ҳаётини ҳимоя қилишга қодир бўлган, замонавий, ҳар томонлама яхши қуrollанган, ҳеч кимдан кам бўлмаган миллий армиямизни шакллантириш бўйича амалга оширилган ишларга тўхталиб ўтилар.

Тадбир давомида ДХХ чегара қўшинлари командири ўринбосари М.Дадахонов ҳамда

меҳнат фахрийси, туман Кенгаши депутати О.Бегматовлар ҳам сўз олиб, юртимиз тинчлиги йўлида хизмат қилаётган барчани байрам билан табриклаб, бугунги кунда Қуrollи кучларимиз салоҳияти ҳамда юртимизда ёшларни ҳар томонлама етук ва Ватанга содиқ фарзандлар этиб камол топтириш борасида яратилган шароитлар ҳақида гапирдилар.

Шунингдек, тумандаги 7 та чегара постидаги ёш ҳарбий хизматчиларига туман ҳокими, ҳарбий-маъмурий сектори раҳбарининг 7 та компьютер жамланмаси учун махсус сертификат ҳам топширилди.

Тадбир сўнггида туман ҳокимлиги ҳамда ДХХ чегара қўшинлари томонидан "Мотамсарона" монументи пойига гулчамбар қўйилди.

Давлатимиз раҳбарининг 2020 йил 25 декабрдаги "Ёшлар форуми"даги нутқи ҳамда Олий Мажлисга йўллаган мурожаатномасида ёшлар масаласи, уларнинг муаммоларини ҳал этиш, ташаббусларини қўллаб-қувватлаш борасида бир қатор вазифалар илгари сурилган эди.

Мазкур вазифалардан келиб чиқиб, юртимизда ёшларнинг таклиф ва истаklarини ўрганиш юзасидан барча даражадаги раҳбарлар иштирокида ёшлар билан ишлашнинг "Маҳаллабай" тизими яратилди. Шаҳар ва туманларда ёшлар билан учрашувлар ва очик мулоқотлар ташкил этилиб, ўғил-қизларнинг муаммолари, таклиф ва истаklarини бевосита ўрганиш йўлга қўйилди.

Янгиобод туманида ёшлар билан бўлиб ўтган учрашувда ҳам уларнинг таълим, тадбиркорлик, ижтимоий-иқтисодий ва бошқа соҳалардаги муаммо ва таклифлари тегишли мутасадди раҳбарлар томонидан тинглан-ди.

Учрашувда Олий Мажлис Қонунчилик палатаси депутати А.Асланов, ДХХ Зомин туманлараро бўлинмаси бошлиғи, Ёшлар ишлари агентлиги Жиззах вилоят бошқармаси бошлиғи Д.Худайшукоров, туман ҳокимининг ўринбосарлари, секторлар, банк ходимлари ва тегишли бошқарма ва идоралар раҳбарлари ҳамда ёшлар иштирок этишди.

Очиқ мулоқот тарзида ташкил этилган учрашувда туман ҳокимининг биринчи ўринбосари Д.Мамадазимов сўз олиб, ёшлар муаммоларини ҳал этиш ҳамда уларнинг ташаббуслари-

ЁШЛАР МУАММОЛАРИ ДОИМИЙ ЭЪТИБОРДА



ни қўллаб-қувватлаш борасида юртимизда, хусусан, Янгиобод туманида амалга оширилаётган янгиликлар ва олдинда турган истиқболли режалар хусусида тўхталди.

Шунингдек, учрашувга ташриф буюрган маъсул идоралар раҳбарлари эртанинг эгаларини ҳар томонлама қўллаб-қувватлаш борасида ўз фикр мулоҳазаларини билдириб, ёшларни фаол бўлишга чақирдилар.

Очиқ ва самимий руҳда кечган учрашувда ёшлар турли масалалар, янги ғоя ва ташаббуслар, ўзларини қийнаб келаётган муаммолар юзасидан раҳбарларга тўғридан-тўғри мурожаат қилдилар.

Учрашув давомида 38 нафар ёшлар томонидан турли мазмундаги мурожаат ва таклифлар тинглан-ди.

Хусусан, 19 нафар ёшлар томонидан ўз тадбиркорликларини йўлга қўйиш мақсадида кредит маблағлари ажратиш, 3 нафари бандлик масаласида, 1 нафари тадбиркорлик фаолиятини бошлашлари учун ер май-

дони ажратиш, 2 нафари Бандликка кўмаклашиш марказлари маблағлари ҳисобидан субсидиялар ажратиш бўйича амалий ёрдам сўраб мурожаат қилдилар. Яна бир неча ёшлар эса тумандаги мавжуд имкониятлардан келиб чиқиб ижтимоий-иқтисодий масалалар юзасидан ўз таклиф ва ташаббусларини билдирдилар.

Ёшлар томонидан билдирилган масалалар раҳбарлар томонидан муҳокама этилди ва уларнинг баъзиларига шу ернинг ўзида ечим топилган бўлса, айримларининг ижобий ечими юзасидан тегишли чора-тадбирлар белгилаб олинди.

Тадбир доирасида Президентимиз томонидан илгари сурилган бешта муҳим ташаббус юзасидан китоблар ярмаркаси, ёшларнинг спорт соҳасида қўлга киритган натижалари, бўш иш ўринлари ярмаркаси ҳамда маданият ва санъат кўргазмалари намойиш этилди.

Дилмурод РАЖАБОВ.

ЎЗБЕКИСТОНДА АҲОЛИНИ СИНОВ ТАРИҚАСИДА РЎЙХАТГА ОЛИШ 2021-ЙИЛДА БЎЛИБ ЎТАДИ

Аҳолини рўйхатга олиш 2021 йил 1-25 ноябрда синов тариқасида Андижон вилояти, Хўжаобод тумани, Тошкент вилояти Юқори Чирчиқ тумани, Хива шаҳри ҳамда Тошкент шаҳри Яшнобод туманларида бўлиб ўтади.

Аҳолини рўйхатга олишга тайёргарлик кўриш ва уни ўтказиш тартиби тўғрисидаги Низом 11 ноябр куни ҳукумат томонидан тасдиқланган.

Хужжатга кўра, аҳолини тўлиқ рўйхатга олиш 2021 йилдан 2023 йилга кўчирилган.

1-25 ноябр кунлари эса у қуйидаги тартибда ўтказилади:

1-5 ноябрда аҳоли интернет тармоғи орқали рўйхатга олинади;

6-10 ноябрда интернет орқали рўйхатга олинган респондентлар ва уларнинг уй манзиллари рўйхати шакллантирилади;

11-22 ноябрда аҳолини рўйхатга олиш варағи шакллари асосида уйма-уй юриб аҳоли рўйхатга олинади;

23-25 ноябрда ҳар бир участкадаги уй-жой манзилларининг 10 фоизи танланма равишда назорат кузатуви асосида ўрганилади.

Б.МУҚИМОВ,

Янгиобод тумани Статистика бўлими

МАЖБУРИЙ ТЕХНИК КЎРИҚДАН ЎТКАЗИШ ТАРТИБИ ЎЗГАРДИ

Вазирлар Маҳкамасининг 136-сон қарори билан транспорт воситаларини мажбурий техник кўриқдан ўтказиш тартибининг такомиллаштирилиши муносабати билан ҳукуматнинг айрим қарорларига тузатишлар киритилди.

Жисмоний шахсларга тегишли енгил автомобилларни тадбиркорлик субъектлари - юридик шахслар томонидан мажбурий техник кўриқдан ўтказиш санаси 2021 йил 1 январга қўчирилди. . Шу тариқа, кўрсатилган санагача ушбу функцияни ИИБ Давлат йўл ҳаракати хавфсизлиги хизмати органлари бажарадилар.

Бирок, тадбиркорлик субъектлари жараёндан тўлиқ чиқариб ташланмади. Улар аввалгидек йўловчилар ташиш учун мўлжалланган ва (ҳайдовчи ўрнидан ташқари) ўтириш учун саккизтадан кўп бўлмаган ўриндиқларга эга М1 тоифадаги транспорт воситаларининг техник ҳолатини текширишлари мумкин. Эслатиб ўтамиз, 2018

йил 1 январдан бунга рухсат берилган. Бу борада ўзгартиришлар киритилмади.

Мажбурий техник кўриқдан ўтиш муддати тугаган транспорт воситалари ҳайдовчилари транспорт воситаларини мажбурий техник кўриқдан ўтказмасда, Маъмурий жавобгарлик тўғрисидаги кодекснинг 125-моддаси 2-қисмига асосан жаримага тортилади.

Шуни алоҳида таъкидлаш керакки, ҳозирги кунда республикамизнинг барча ҳудудларида транспорт воситаларини мажбурий техник кўриқдан ўтказиш жараёнлари амалга оширилмоқда. Шу сабабли, мажбурий техник кўриқдан ўтиш муддати ўтган транспорт воситалари ҳайдовчилари ўз транспорт воситаларини белгиланган тартибда техник кўриқдан ўтказишлари мумкинлигини эслатиб ўтамиз.

Б.САПАРОВ,

Янгиобод тумани ИИБ

ЎХХГ катта инспектори,

катта лейтенант

МАКТАБ ЖАМОАЛАРИ ЯШИЛ МАЙДОНДА

Таълим ва фан ходимлари касаба уюшмаси Янгиобод туман бўлинмаси кенгашининг қорхона, ташкилот ва таълим муассасалардаги касаба уюшмаси ташкилотлардаги аъзоларини жисмоний ривожланишини такомиллаштириш, мини-футболга қизиқишини ошириш, жисмоний тарбия ва спорт машғулотларига доимий жалб қилиш ва улар ўртасида соғлом турмуш тарзини шакллантириш мақсадида Таълим ва фан ходимлари касаба уюшмаси Янгиобод туман бўлинмаси кенгаши томонидан туман ҳокимлиги, туман Халқ таълими бўлими, Болалар ва ўсмирлар спорт мактаби билан ҳамкорликда "Мини футбол" спорт мусобақаси бўлиб ўтди.

Янгиобод туман ҳокимининг ўринбосари - А.Нишонов, туман ХТБ мудири И.Рахимов, Болалар ва ўсмирлар спорт мактаби директори А.Хайитов ҳамда туман ХТБ мудири ўринбосари Э.Мухторов тадбир аввалида жамоа иштирокчиларига омад тилади.

Мусобақада жамоаларнинг 5 нафардан футболчилари ишти-

рок этишди. Ўйинни болалар ва ўсмирлар спорт мактабидан тайинланган ҳакамлар ҳайъати бошқариб боришди. Мurosасиз ва қизғин беллашувларга бой тарзда ўтган мусобақа якунига кўра, 1-ўринни 12-умумий ўрта таълим мактаби жамоаси, 2-ўринни 8-умумий ўрта таълим мактаби жамоаси, 3-ўринни 3-умумий ўрта таълим мактаби жамоаси эгаллашди.

Мусобақа сўнггида жамоалар ва унинг аъзолари Таълим ва фан ходимлари касаба уюшмаси Янгиобод туман бўлинмаси кенгашининг қимматбаҳо эсдалик совғалари, диплом ва фахрий ёрлиқлари ҳамда жамоаларнинг иқтидорли иштирокчилари "Энг яхши дарвозабон", "Энг яхши ҳимоячи", "Энг яхши ярим ҳимоячи", "Энг яхши футболчи" каби номинациялари бўйича ҳам турнир ташкилотчилари томонидан тақдирланишди.

А.РАСУЛБЕРДИЕВ,
Таълим ва фан ходимлари касаба уюшмаси
Янгиобод туман бўлинмаси кенгаши раиси.

Жиззах шаҳридаги «Ўмид» лицейи спорт залида "Ватан ҳимоячилари куни"га бағишлаб Вилоят халқ таълими бошқармаси тизимидаги шаҳар, туман халқ таълими бўлимлари ўртасида мини футбол спорт тури бўйича виллоят биринчилиги бўлиб ўтди.

СОВРИНДОР БЎЛИШДИ

Ушбу мусобақа "Ёшлик" жисмоний тарбия ва спорт жамияти томонидан ўтказилди.

Мусобақада 13 та жамоада 130 нафар спортчи ходимлар иштирок этишди ва 1-ўринни Дўстлик тумани Халқ таълими бўлими ходимлари 2-ўринни Фаллаорол тумани Халқ таълими бўлими ходимлари 3-ўринни эса, Янгиобод тумани Халқ таълими бўлими ходимлари эгалладилар.

Мусобақа ғолиблари Жиззах виллоят Халқ таълими бошқармаси ва "Ёшлик" Жисмоний тарбия ва спорт жамияти минтақавий бўлими томонидан эсдалик совғалари билан тақдирландилар.

Одатда фуқаро муаммога ечим излаб мурожаат қилади, чора излайди.Лекин айрим маъсуллар борки, уларга ёрдам бериш ўрнига ҳатто ўз вақтида жавоб хати ёзишни ҳам пайсалга соладилар, лоқайдликка йўл қўядилар.

Янгиобод тумани тиббиёт бирлашмасида туман прокуратораси томонидан фуқароларнинг мурожаатларини кўриб чиқиш ҳолатлари ўрганиб чиқилганда "Жисмоний ва юридик шахсларнинг мурожаатлари

ҲАРБИЙ ҚИСМГА САЁҲАТ



Янгиобод тумани халқ таълими бўлимига қарашли 8-умумий ўрта таълим мактаби ўқувчи - ёшлари иштирокида ташкил этилган "Ватанпарварлик ойлиги" муносабати билан туманда жойлашган 9225-ҳарбий қисм 5-чегара постига саёҳат ташкил этилди.

Таширф давомида ўқувчилар ҳарбийлар ҳаёти билан яқиндан танишдилар. Шунингдек, ҳарбий техника воситалари, жанговор қурол-яроғ тузилиши, таркиби, фойдаланиш вақти ва имкониятлари ҳақида маълумотларга эга бўлдилар.

Бу тадбир орқали ўқувчиларга мамлакатимизда Қуролли Кучлар соҳасида амалга ошири-

лаётган ислохотларнинг мазмун-моҳияти тушунтирилиб, ҳарбий хизматга ҳурмат ва эътибор янада кучайтирилди.

Ёшлар Ватан ҳимояси шаарафли ва муқаддас бурч эканлиги, она юрт олдидаги фарзандлик бурчини юксак маъсулият эканлигини ҳис қилдилар, Қуролли Кучларимизга бўлган қизиқишини ошириш, ҳарбий хизматга нисбатан меҳр ўйотиш каби тушунчалар мана шундай тадбирлар давомида янада мустаҳкамланади.

Бекзод БАБАНОВ,
8-умумий ўрта таълим мактабининг маънавий-маърифий ишлар бўйича директор ўринбосари.

ҚОНУН ИЖРОСИ НЕГА БАЖАРИЛМАЯТТИ ?

тўғрисида"ги Қонун ҳамда Вазирлар Маҳкамасининг Қарори билан тасдиқланган "Давлат органларида, давлат муассасаларида ва давлат иштирокидаги ташкилотларда жисмоний ва юридик шахсларнинг мурожаатлари билан ишлаш тартиби тўғрисида"ги намунавий Низом талабларига риоя этилмагани аниқланди.

Жумладан, туманнинг «Баландчақир» МФЙ, Мустақиллик шох кўчасида яшовчи Х.Турдиқуловнинг соғлиғини тиклаш учун амалий ёрдам беришни сўраб, Ўзбекистон Республикаси Президентига "Ишонч телефони" орқали 07.09.2020 йилда қилган мурожаати муддатни узайтириш чоралари кўрилмасдан, орадан 23 кун ўтганидан сўнг жавоб хати юборилган.

Шунингдек, "Хавотог" ҚФЙ да яшовчи фуқаро Ш.Шодиевнинг қайнотаси А.Шодиевни гуруҳ ногиронлигига чиқаришда амалий ёрдам беришни сўраб, Ўзбекистон Республикаси Президентига "Ишонч телефони" орқали қилган мурожаати 15 кунлик муддатда кўриб чиқилмаган ва муддатни узайтириш чоралари кўрилмасдан орадан 17 кун ўтиб, яъни, 04.03.2020 йилда жавоб хати берилган.

Шу каби, фуқаролар С.Норматовнинг 11.07.2020 йилдаги

мурожаати юзасидан орадан 17 кун ўтганидан сўнг, яъни 28.07.2020 йилда, А.Султоновнинг 28.08.2020 йилдаги мурожаати юзасидан 18 кун ўтиб, жавоб хати юборилган.

Энг ачинарлиси, туманнинг "Шодлик" МФЙ, Шодлик кўчасида яшовчи Ж.Қодирбердиевнинг Ўзбекистон Республикаси Президентининг "Ишонч телефони"га олдин қилган мурожаати ижобий ҳал этилганлиги сабабли кўрмасдан қолдиришни сўраб қилган мурожаати юзаси-

дан орадан 34 кун ўтганидан сўнг жавоб хати юборилиб, қонун талаблари қўпол равишда бузилган.

«Жисмоний ва юридик шахсларнинг мурожаатлари тўғрисида"ги Қонуннинг 23-моддасида, давлат органи, ташкилот ёки уларнинг мансабдор шахсига келиб тушган мурожаат ўша куннинг ўзида, иш вақти тугаганидан кейин келиб тушган тақдирда эса, кейинги иш куни рўйхатдан ўтказилиши кераклиги, мурожаатни рўйхатдан ўтказишни рад қилишга йўл қўйилмаслиги белгилаб қўйилган бўлсада, Қонуннинг ушбу талабларига ҳам риоя қилинмаганлиги аниқланди.

Хусусан, 2019 йил мобайнида туман тиббиёт бирлашмасига Ўзбекистон Республикаси Президентининг "Ишонч телефони", Президент "Веб-сайти" ҳамда Президент "Халқ қабулхонаси"дан жами 32 та мурожаатдан 7 таси қилинмаган.

Шунингдек, туман тиббиёт бирлашмасининг 72-542-10-20 рақамли "Ишонч телефони" орқали умуман мурожаатлар қабул қилинмаган ҳамда бунинг учун китоб ҳам юритилмаган.

Булардан ташқари, юқорида номи қайд этилган Қонуннинг 9-моддасида, жисмоний ва юридик шахсларнинг вакилларини қабул қилиш белгиланган кун ва соатларда, қабул қилиш жад-

валига мувофиқ ўтказилиши, қабул қилиш жадвали ва уни ўтказиш вақти, жойи ҳамда қабулга олдиндан ёзилиш тўғрисидаги ахборот, шунингдек маъмурий бинода ҳамма кириши мумкин бўлган жойлардаги стендларга ёки бошқа техник воситаларга жойлаштириш орқали манфаатдор шахслар эътиборига етказилиши белгиланган бўлсада, туман тиббиёт бирлашмаси омонидан ушбу талаблар бажарилмасдан, маъмурий бинога жисмоний ва юридик шахсларнинг вакилларини қабул қилиш жадваллари ўрнатилмаган, жисмоний ва юридик шахсларнинг вакилларини қабул қилиш учун алоҳида хона ажратилмаган.

Раҳбарият томонидан фуқаролар билан оммавий (сайёр) қабуллар ўтказиш бўйича режа графиклар ишлаб чиқилмаган. 2019-2020 йилларда ўтказилган сайёр (оммавий) қабулларни тасдиқловчи бирор-бир ҳужжатлар мавжуд эмас. Шундай бўлсада, ҳисоботларда 2019 йилда 7 маротаба, 2020 йилда эса 2 маротаба раҳбарият томонидан оммавий қабуллар ўтказилганлиги тўғрисида юқори ташкилотларга сохта маълумотлар тақдим этилган.

Мурожаатлар асосида қонун бузилиши ҳолатларини ва йўл қўйилган камчиликларни бартараф этиш юзасидан зарур чоратадбирлар ишлаб чиқилмаган.

Текшириш натижасига кўра, ўзига юклатилган вазифаларни лозим даражада бажармасдан маъсулиятсизликка йўл қўйиб келганлиги учун туман тиббиёт бирлашмаси бошлиғи А.Турдиев ва даволаш ишлари бўйича ўринбосари Ў.Нормаматовларга нисбатан интизомий жавобгарлик тўғрисида иш қўзғатилди. Аниқланган қонун бузилиши ҳолатларини бартараф этиш юзасидан туман тиббиёт бирлашмаси бошлиғига тақдимнома киритилди.

Д.БАЙНАЗАРОВ,
Янгиобод тумани прокурори, адлия маслаҳатчиси

Ўзбекистон Республикаси Президенти Шавкат Мирзиёевнинг Олий Мажлисга навбатдаги Мурожаатномасида бир қатор ижтимоий, иқтисодий, маданий-маърифий ҳамда суд-ҳуқуқ тизимида ўтган давр мобайнида амалга оширилган ишлар, эришилган ютуқлар ва камчиликлар таҳлил қилиниб, келгуси 2021 йилда бажарилиши лозим бўлган вазифалар, шунингдек олиб борилиши лозим бўлган янги ислохотлар муҳокама қилинди.

"2020 йил аҳолини ижтимоий ҳимоя қилиш борасида туб бурилиш йили бўлди, десак, муболаға бўлмайди. Суд-ҳуқуқ соҳаси, жумладан, жиноий жазоларни либераллаштириш борасидаги ислохотларимиз ҳам изчил давом эттирилди. Натижада бу йил судланган шахсларнинг 74 фоизига нисбатан озодликдан маҳрум қилиш билан

ИСЛОХОТЛАР ЭЪТИРОФ ЭТИЛДИ

боғлиқ бўлмаган жазолар тайинланди. Жазо муддатини ўтаётган ва тузалиш йўлига қатъий кирган 616 нафар фуқаро афв этилди. Судлар мустақиллиги таъминланиши натижасида жорий йилнинг ўзида 719 нафар фуқарога нисбатан оқлов ҳукми чиқарилди" - дейди давлат раҳбари ўз Мурожаатномасида.

Янги йилдан бошлаб жорий этиладиган "Бир суд-бир инстанция" тамойили суд қарорларининг адолатли, қонуний ва барқарорлигини таъминлашда бош мезон бўлиши лозим. Ҳозирги кунгача вилоят судлари чиқарган қарор устидан берилган шикоятлар шу судларнинг ўзида кўриб чиқилар эди. Биргина 2019 йилда вилоят судлари қабул қилган 13 мингта

шундай қарор Олий суд томонидан ўзгартирилган ва бекор қилинган. Келгуси йилдан бошлаб бир-бирини такрорлайдиган суд босқичлари қисқартирилади. Одил судловга хос бўлмаган ишларни назорат тартибида кўриш амалиёти бекор қилинади.

Навбатдаги муҳим масала - янги йилдан бошлаб фуқаролик, иқтисодий ва жиноят ишлари бўйича вилоят даражасидаги 3 та судлар битта суд сифатида бирлаштирилади. Бу янгилик аҳоли ва тадбиркорларга катта қулайликларни яратади. Шунингдек, келгуси йилдан суд муҳокамасига қадар судда ишларни дастлабки эшитиш амалиёти янги тартиб сифатида жорий этилади. Бунда ишни тўхтатиш ёки

тугатишга асос етарли бўлса, суд ишни аввалгидай тергов ёки прокурорга қайтармасдан, ўзининг якуний қарорини қабул қилади.

Яна бир муҳим янгилик - инвесторлар ҳуқуқларини муносиб ҳимоя қилиш мақсадида Олий судда инвестициявий низолар ва рақобатга оид ишларни кўриш бўйича махсус судлов таркиби ташкил этилди.

Энди инвесторлар, ўз хошишига кўра, низони ҳал қилиш учун тўғридан-тўғри Олий судга мурожаат қилиши мумкин.

Суд тизимида рақамлаштириш янада кенгайтирилиб, фуқароларимизга суд биносига келиб юрмасдан, "онлайн" тартибда мурожаат қилиш имконияти яратилади. Шунингдек, фу-

қаролар ўз аризаларини кўриб чиқиш жараёнини масофадан туриб кузатиб бориши мумкин бўлади.

Маълумот учун, мурожаатномада илгари сурилган масалалар Ўзбекистон Республикаси Президентининг 2020 йил 24 июлдаги "Судлар фаолиятини янада такомиллаштириш ва одил судлов самарадорлигини оширишга доир қўшимча чора-тадбирлар тўғрисида"ги ПФ-6034-сонли Фармони ҳамда 2020 йил 3 сентябрдаги "Суд ҳокимияти органлари фаолиятини рақамлаштириш чора-тадбирлари тўғрисида"ги ПК-4818-сонли Қарори билан амалга оширилиши белгиланган эди.

И.КАРАБАЕВ
Жиноят ишлари бўйича
Янгиобод туман судининг
раиси.

Олий таълим муассасаларининг бакалаврият таълим йўналишларига кириш учун ўтказиладиган тест синовларининг бир йилда бир марта ўтказилиши баъзи ноқулайликлар туғдирмаслиги, абитуриентларнинг вақтдан унумли фойдаланиш имкониятларини оз бўлсада чегаралаб қўйиши каби масалаларни ижобий ҳал қилиш учун миллий тест тизимини жорий қилиш зарурати туғилди.

Айнан бу йўналишда етарли тажриба ҳам мавжуд эди, яъни чет тилини билиш ва эгаллаш даражасини баҳоловчи миллий сертификат олиш учун ўтказиладиган тест синовлари 2018 йилдаёқ жорий этилган эди. Бунда абитуриентлар йилнинг ҳоҳлаган ойида мана шу тест синовларида иштирок этиб, етарли балл тўпласа, унга намунадаги сертификат берилиши ва олий таълим муассасасига киришда чет тилидан тест синовларида иштирок этмасдан, чет тили фанидан белгиланган энг юқори балнинг қўшиб берилиши тизими аввалдан яратилганлигини таъкидлашимиз керак.

Юқоридаги тажриба шуни кўрсатдики, бу тизим абитуриентлар учун катта қулайлик ва имконият яратади. Шунинг учун, 2020 йилнинг бошидаёқ Давлат тест маркази томонидан бошқа умумтаълим фанларидан ҳам миллий тест тизимини яратиш, амалиётга жорий этиш ишлари бошлаб юборилган эди.

Шу ўринда савол туғилади: умумтаълим фанларини билиш даражасини баҳолашнинг миллий тест тизимини жорий этиш бизга керакми? Албатта. Чунки миллат келажаги ёш авлод қўлида бўлиб турган бир пайтда уларнинг эртанги қуни, таълим-тарбиясига эътибор ҳар қачонгиданда долзарб. Бу борада эртаминг эгаларининг фанларни ўзлаштириш даражасини билиш, салоҳиятини баҳолаш, қизиқишини аниқлаш муҳим аҳамият касб этади.

Билим ва кўникмаларни баҳолаш ўқувчиларнинг ўқишга онгли равишда муносабатда бўлиш, онгли интизом, қийинчиликларни енгиш, ўзида метин иродани ўстириш, атрофдагиларига нисбатан талабчан бўлишнинг ўрнатилади.

Ўз билимининг бошқалар томонидан ҳаққоний ва тўғри баҳолашига ишонч ҳосил қилган ўқувчида таълим олишга бўлган қизиқиш янада ортади.

Ўзбекистон Республикаси Вазрлар Маҳкамасининг 2020 йил 12 октябрдаги "Умумтаълим фанларини билиш даражасини баҳолашнинг миллий тест тизи-

мин жорий этиш тўғрисида"ги 646-он қарори билан 2020 йил 1 декабрдан бошлаб, босқичма-босқич бакалаврият таълим йўналишларига мос фанлар мажмуасидаги умумтаълим фанларидан билиш даражасини баҳолашнинг миллий тест тизими этилиши ҳамда, 2021/2022 ўқув йили қабулидан бошлаб, тегишли умумтаълим фанини (чет тили бундан мустасно) билиш даражаси тўғрисида давлат намунасидаги сертификатга эга бўлган абитуриентга сертификатдаги

давлат намунасидаги сертификатни бериш учун тузиладиган тест саволлари давлат таълим стандартларига мос равишда ҳамда таълим ўқув дастурига мувофиқ Ўзбекистон Республикаси Халқ таълими вазирлиги ва Вазирлар Маҳкамаси ҳузуридаги Таълим сифатини назорат қилиш инспекцияси томонидан ишлаб чиқилади.

Умумтаълим фанларини билиш даражасини аниқлаш ва давлат намунасидаги сертификатни бериш Ўзбекистон Рес-

олиш Давлат тест марказининг www.my.dtm.uz веб-сайти орқали амалга оширилмоқда.

Рўйхатдан ўтиш учун талабгорлар www.my.dtm.uz веб-сайтига мурожаат қиладилар. Рўйхатдан ўтиш учун талабгорларга шахсини тасдиқловчи ҳужжат: фуқаролик паспорти (фуқаролиги бўлмаган шахснинг яшаш гувоҳномаси) ёки ID картаси, агарда туғилганлик тўғрисидаги гувоҳнома ёки фуқаролиги бўлмаган шахснинг яшаш гувоҳномаси билан мурожаат

горнинг тест синовидида белгиланган ўтириш ўрни Давлат тест маркази томонидан қуръа ташлаш йўли билан аниқланади ва далолатнома расмийлаштирилади.

Тест синовни бланкаларда ёки компьютер (онлайн платформа) да ўтказилиши мумкин. Тест синовни Давлат тест маркази томонидан тасдиқланган имтиҳон комиссияси аъзолари ва кузатувчилар иштирокида ўтказилади. Имтиҳон комиссияси ёзма ёки оғзаки тест синовлари белгиланганда шакллантирилади. Имтиҳон комиссияси таркиби Давлат тест маркази директорининг буйруғи билан тасдиқланади, унга Давлат тест маркази ходимлари ва тажрибали педагоглар, малакали мутахассислар киритилади.

Тест синовни тегишли дастурий таъминот асосида компьютерда ўтказилганда билимни баҳолашнинг барча бўлимлари қамраб олинган ҳолда, бир босқичда амалга оширилади. Тест синовлари махсус жиҳозланган, видеокузатув билан таъминланган ҳолда Давлат тест маркази вакилининг назорати остида онлайн ўтказилиши мумкин.

Талабгор шахсини тасдиқловчи ҳужжат асосида видео қайд этиш қурилмалари орқали текширишдан ўтгач, тест синовига қўйилади.

Тест синовлари натижалари улар яқунланган кундан бошлаб йигирма иш кунидан кечикмай, Давлат тест марказининг расмий веб-сайтида эълон қилинади.

Математика ҳамда она тили ва адабиёт (рус тили ва адабиёт, қарақалпақ тили ва адабиёт) фанларидан миллий тест тизимида иштирок этиш истагида бўлган талабгорларни рўйхатга олиш 2020 йил 1 декабрдан 31 декабрга қадар муддатда амалга оширилди. Мазкур фанлардан тест синовлари апрель ойида ўтказилиши режалаштирилмоқда. Кимё ва биология фанлари бўйича 1 февралдан бошлаб рўйхатга олишни бошлаш режалаштирилган.

Таълим тизимида ислохотларни амалга ошириш жараёнида ўқувчиларнинг билим ва кўникмаларини энг самарали метод ва воситалар ёрдамида назорат қилиш ҳамда баҳолаш муҳим аҳамиятга эга. Баҳолаш тизими орқали ўқувчиларнинг фанларни ўзлаштиришида бўшлиқлар ҳосил бўлишининг олди олинади.

И.ХАТАМОВ,
Давлат тест марказининг
Жиззах вилояти бўлими
бошлиғи.

ТАЛАБДА БЎЛМОҚЧИМИСИЗ? ЯНГИЛИКЛАРДАН ХАБАРДОР БЎЛИНГ!

Маълумки, Олий таълим муассасаларига ўқишга қабул қилиш учун ҳар йили ёз ойларида кириш тест синовлари ўтказилиб келинади.

Ҳар бир соҳада бўлгани каби айнан олий таълим муассасаларига қабул қилиш тартиблари ҳам такомиллаштириб борилмоқда. Буни 2018 йилдан сўнг, айнан мана шу йўналишда бир нечта қарор ва фармонларнинг қабул қилинишида ҳам кўриш мумкин. Ривожланган давлатлар тажрибаларини ўрганиб, уларнинг мақбул жиҳатларини олиш ва ўзимизга тадбиқ қилиб бориш ишлари кенг йўлга қўйилди. Айнисига, 2019/2020 ўқув йилида абитуриентлар учун олий таълим муассасаларига кириш учун 3 тагача таълим йўналишида, 2020/2021 ўқув йилидан бошлаб эса, 5 тагача танловда иштирок этиш имкониятларининг яратилганлиги барча абитуриентлар, ота-оналар учун аини муддао бўлди десак адашмаймиз.

ўзлаштириш фоизига мос равишда олий таълим муассасаси бакалавриятга ўқишга қабул қилиш бўйича тест синовларида ушбу фандан белгиланган максимал баллга нисбатан табақалаштирилган (пропорционал) балл бериш тартиби жорий этилиши белгиланди.

Умумтаълим фанларини билиш даражаси бўйича миллий тест тизими қуйидаги муддатларда жорий этилиши кўзда тутилган:

2020 йил 1 декабрда она тили ва адабиёт (ўзбек тили ва адабиёти, рус тили ва адабиёти, қорақалпоқ тили ва адабиёти) ҳамда математика фанлари бўйича;

2021 йил 1 февралда кимё ва биология фанлари бўйича;

2022 - 2024 йилларда физика, география ва тарих фанлари бўйича.

Умумтаълим фанларидан билиш даражасини баҳолашнинг миллий тест синовларини ташкил этиш ва умумтаълим фанлари бўйича сертификатлаш Ўзбекистон Республикаси Вазирлар Маҳкамаси ҳузуридаги Давлат тест маркази ёки қонунчиликда белгиланган тартибда ташкил этилган таълим сифатини баҳолаш бўйича ташкилот томонидан амалга оширилади.

Умумтаълим фанларини билиш даражасини аниқлаш ва

публикаси Вазирлар Маҳкамаси ҳузуридаги Давлат тест маркази томонидан тўлов асосида амалга оширилади, сертификат электрон шаклда берилади.

Сертификат бериш учун талабгордан ариза берилган кундаги базавий ҳисоблаш миқдорининг 1,5 баравари миқдорида тўлов ундирилади.

Сертификат тест синовни натижаси бўйича энг юқори баллнинг камида 60 фоизини тўлаган шахсларга 3 йил муддатга берилади.

Умумтаълим фанларини билиш даражаси Ўзбекистон Республикаси узлуксиз таълим тизимининг давлат таълим стандартларига мувофиқ шакллантириладиган педагогик ўлчов воситалари асосида тест синовлари ёрдамида баҳоланади

Абитуриентларга қулайлик яратиш мақсадида, Давлат тест марказининг расмий веб-сайти www.dtm.uz да тест синовлари ўтказиладиган фанлар бўйича тест топшириқлари формати (фан мазмуни таркиби, саволлар сони, топшириқлар тури, вақт меъёри), баҳолаш мезонлари, тест синовининг ўтказилиши муддатлари тўғрисида тўлиқ маълумотлар жойлаштирилган.

Умумтаълим фанларини билиш даражасини аниқлаш тест синовларида иштирок этиш истагидаги талабгорларни рўйхатга

қилинганда 3,5 x 4,5 см ўлчамли оқ фондаги рангли фотосуратнинг электрон шакли керак бўлади. Талабгор учун Давлат тест марказининг [www. my. dtm.uz](http://www.my.dtm.uz) веб-сайтида шахсий кабинет яратилади.

Талабгор тўловни амалга оширгандан сўнг у рўйхатдан ўтган ва Давлат тест маркази билан оммавий оферта шартномаси тузилган ҳисобланади. Қайд этилган ҳужжатлардан бирортаси мавжуд бўлмаса, тизим ҳужжатларни қабул қилишни рад этади. Талабгор ҳақидаги маълумотларнинг тўғрилигига талабгорнинг ўзи шахсан жавобгар ҳисобланади.

Давлат тест маркази томонидан талабгор тўғрисидаги шахсга доир маълумотлар махфийлиги таъминланади. Қонун ҳужжатларида белгиланган тартибда ҳуқуқни муҳофаза қилувчи органлар ва суд томонидан расмий мурожаат бўлган тақдирда, ариза берувчилар тўғрисидаги маълумотлар тақдим этилади.

Тест синовини ўтказиш жойи ва санаси Давлат тест маркази томонидан белгиланади. Тест синовини ўтказиш санаси у ўтказиладиган кундан камида етти кун олдин эълон қилинади. Талабгор тест синовни ўтказиладиган сана ва жой тўғрисидаги маълумотга ўзининг шахсий кабинети орқали эга бўлади. Талаб-

Киш..

Муздекина ҳаво юзларингизга урилиб, томчи аралаш майингина ёғаётган қор заррачалари кўнгилга хуш ёқади, табиатнинг беназир тасвирларидан руҳингиз тозариб, яхши кайфиятда манзилга элтувчи автомашина эшигини очасиз..

-Саломат, яхшимисан, Тўрабой, Абдуғани яхшими? Норгул қандай, ҳаммаларинг тинчмисилар?

Машинага жойлашар жойлашмасингиздан ёнингиздаги аёлнинг телефондаги хангомаси хаёлингизни бузади:

-Тўйдан қайтпман, Замира кўшнимни қайнисинглиси келин олди, ҳа, ўша қорачадан келган аёл бор эди-ку..ўша... Ҳа, бўлади, камбағалгина экан, нари бери тўй бўлдида, қаерда бўлди дейсанми?

Бир минут, ўн минут..

Чидасиз..

Машина ойнасига термулиб сал олдинги кайфиятингизни тиклагингиз келади

Ташқарида қиш..

Қорларга беланиб, тизилишиб турган дов-дарахтлар, қовоғини уюбгина турган осмон, аста секин оқариб бораётган ер...

Бу орада суҳбат янгидан бошланади

-Алооо, Каримжон, сенмисан, келин яхшими, болларинг қандай, Бахтиёрни қизи кўёви билан ярашдимми? Кўёв ўзи бўлмағур эдида...Тўхтаб тур, Насиба опанг телефон қияпти...-Ало-о, Насиба?

Ўн беш минут. Йигирма...

Ортиқ бардошингиз етмайди, бир маромда давом этаётган шанғиллашдан асабларингиз чирсиллаб кетади

-Бўлдида энди опа, ҳозир манзилингизга етасиз, қолганини уйингизда гаплашарсиз энди?

Бор овозда пинагини бузмай хангомасини қилиб келаётган аёл аввалига парво қилмайди.

-Нима бўлган одамларга? Қайси таксиди ўтирсанг шу аҳвол, боя келишимдаям битта-

-Менга халақит беряпсиз, мен сизни ўзингиз, оилангиз, қариндош уруғингиз ҳақидаги маълумотларни йўл бўйи эшитиб кетишга мажбурманми? Сал бўлсам бошқаларниям ҳурмат қилсангизчи, шу одобданми?

-Ўв, менга қаранг синглим, бу сизни шахсий машинангиз эмас, ёқмаса ўзингизни машинангизда юринг, хўпми? Мени иккита дипломим бор, билдингизми, тарбиянгизни менга қилманг!

Энди астойдил жаҳлингиз чиқади, иккита дипломи бўлатуриб оддийгина жамоатчилик қоидаларини менсимайдиган, ўқиб туриб ўқимаган кимсадан хафа бўлиб кетасиз.

-Ҳа, бундан кейин сиз ҳам шахсий машинангизда юришингиз керак экан, уйингизда вақт йўқ, йўлда, кўчада, бозорда телефон қулоғингиздан тушмасин, бошқаларни асаби ўзига керакмас!

-Э менга қара...

Яхшиям йўл тугаб, машинанинг эшиги очилади.

Муздек ҳаво..

Ўзингизга урилаётган, томчилар аралаш ёғаётган қор заррачалари ҳам энди эътиборингизни торттишга беҳуда уринадилар, бояги завқдан асар йўқ, ҳаёлингизда биргина фикр айланади "Бунчалар совуқлашиб, худбинлашиб бораёпти одамлар-а? Ўзларидан ўзгани кўрмай қўйишди..."

Нодира ДЎСТМАТОВА.

ХУРМАТЛИ ФУҚАРОЛАР!

@Viloyat_hokimiga_murojaat телеграм канали орқали Жиззах вилояти ҳокимига ўзингизни қийнаётган муаммолар юзасидан тўғридан-тўғри мурожаат қилишингиз мумкин. Ушбу профиль шахсан вилоят ҳокимининг назоратида.

Эслатма: Хурматли юртдошлар, мурожаатингизга қўшимча равишда тўлиқ исм шарифингиз, яшаш манзилингиз ва телефон рақамингизни қолдиришни унутманг!

ОНА ТУПРОҚ

Кунлар ўтиб, ой ҳам бир кун тўлар экан, Энг юқори манзил томон елар экан, Кўқдан туриб, юрт тинчини сўраб экан, Юлдузларнинг жилвасидан бўлиб огоҳ, Тунни сокин кузатасан, Она тупроқ.

Умр елар, ўткинчидир ҳар бир инсон, Паст-у баланд йўлларингизда бўлсин омон. Саодатли яшамоққа топсин имкон. Боболарим изи қолган таниш сўқмоқ, Кунни сокин кузатасан, Она тупроқ.

Сен мусофир кўксидида кичик тумор, Бунда бугун нонининг хуш таъми бор, Ота-она дуо қилар, тунлар бедор, Олислардан соғингани -ўша қишлоқ, Сеҳр бўлиб кузатасан, Она тупроқ.

Ўз юртини унутганлар хор-у хасдир, Босган йўли ниятига доим мосдир, Остонамиз гарди бизга муқаддасдир, Ҳар бир ўтган кунимиздан бўлиб огоҳ, Мехр бўлиб кузатасан, Она тупроқ.

Шарофат Юнусова,
10-мактабнинг она тили ва адабиёт
фани ўқитувчиси

Human development includes two types of systemic transformations:

- aimed at increasing the competitiveness of human resources, labor force and social sectors of the economy;
- improving the quality of the social environment and living conditions of people.

They cover medium and long-term goals, priorities and main directions of demographic policy, policy of modernization of health care and education, development of the pension sphere and social assistance, development of culture, formation of effective labor and housing markets.

HUMAN DEVELOPMENT



The creation of a comfortable and safe social environment is also associated with a significant decrease in the crime rate, an

increase in the efficiency of the system for protecting citizens from natural and man-made emergencies, including the adoption of the necessary technical regulations in this area, as well as the development of a civil liability insurance system in the field of the functioning of potentially dangerous facilities.

Luiza QUDRATOVA,
Yangiobod tumani 12-
umumiy o'rta ta'lim maktabi
1-toifali ingliz tili fani
o'qituvchisi

ТАБИЙ ФАҲЛАР ОЙЛИГИ

Умумтаълим мактабларида фанлар қай даражада ўқитилаётганлиги, шунингдек, ўқувчиларнинг фан йўналишларидаги Давлат таълим стандартларида белгиланган билим, кўникма ва малакаларнинг ўзлаштираётганликлари ҳолати таълим мазмунининг сифат даражаси билан белгиланади.

Таълим сифат самарадорлигини оширишнинг асосий йўналишларидан бири фан ойлукларини ўтказишдир. Фан ойлуклари иқтидорли ўқувчиларнинг қобилиятларини маълум бир мақсадга йўналтириш, истеъдодли, изланувчан, ижодкор ўқитувчиларни аниқлаш, уларнинг тажрибаларини ўрганиш ва умумлаштирилган ҳолда тарғиб қилиш, улардаги ижодий қобилиятларни ўстириш, таълим-тарбия жараёнида қўлланилаётган методларини такомиллаштириш мақсадида ўтказилади.

Фан ойлукларини ўтказишдан асосий мақсад қуйидагилардан иборат:

-Таълим муассасаларида ўқув тарбия жараёнининг сифатини, фан ўқитувчиларининг педагогик маҳоратини ошириш, уларнинг қобилияти ва истедод-

ларини рўёбга чиқариш;

-Умумтаълим мактабларида фанларни ўқитишда қўлланилаётган замонавий методларни, педагогик технологияларни аниқлаш ва таълим-тарбия жараёнидаги натижаларини тарғиб қилиш;

-Педагогларнинг ижодий фаоллигини ошириш, уларнинг иш тажрибаларини оммалаштириш;

-Синфдан ва мактабдан ташқари ишларнинг ўқув жараёни билан узвийлигини таъминлаш;

-Давлат таълим стандартлари талабларини бажаришда ўқитувчи ва ўқувчиларнинг ижодий ҳамкорлигини ташкил этиш;

-Фанларнинг ўзига хос хусусиятларини кенг оммага тарғиб қилиш;

-Фан ойлукларини ташкил этиш орқали фан методбирлашмалар фаолиятининг самарадорлигини ошириш;

-Фанлар бўйича ўқув-методик ишларни амалиётга татбиқ этилишини таъминлаш.

Қ.КАМОЛОВ,
Янгиобод тумани халқ таълими бўлими табиий фанлар услубчиси.

САЛОМАТ БЎЛИНГ!

Соғлом турмуш тарзи - инсон саломатлигини яхшилаш ва муҳофаза қилишга қаратилган фаол ҳаракатдир

-Кун тартибини оқилона ташкил қилиш;

-Шахсий гигиена қоидаларига риоя қилиш;

-Рационал (тўғри) овқатланиш;

-Жисмоний фаоллик спорт билан мунтазам шуғулланиш;

-Атроф - муҳитни муҳофаза қилиш;

-Рухий саломатликни асраш; -Зарарли одатлардан воз кечиш (кашандалик, ичкиликбозлик, гиёҳвандлик, нотўғри овқатланиш ва кам ҳаракатлилик);

-Тиббий маданиятни ошириш. Кун тартиби - уйқудан туриш, эрталабки бадантарбия машғулотлари ва гигиеник тадбирлар, нонушта, рўзгордаги ишлар, ўқиш, тушлик, ҳордиқ чиқариш, бўш вақтлар, кечки овқат, кечки гигиеник тадбирлар, уйқуга ётиш, уйқу ва ҳоказолардан ташкил топади.

Кун тартибига амал қилмаслик ўқиш ва иш самарадорлигини пасайтиришига, руҳий зўриқиш ҳолатларига олиб келади..

Шахсий гигиена қоидаларига риоя қилмаслик гижжа, педикүлэз, оғиз бўшлиғи касалликлари, ошқозон - ичак юқумли касалликларга олиб келади.

ОВҚАТЛАНИШНИНГ ОЛТИН ҚОИДАЛАРИ:

-Доимий ва узок вақт бир хил турдаги овқат маҳсулотларини истеъмол қилишдан сақланинг;

-Ҳар доим ўз вақтида овқатланинг;

-Истеъмол қилинаётган овқат маҳсулотлари тоза, муддати ўтмаган ва етарли даражада техник қайта ишловдан ўтган бўлиши керак;

-Доимий равишда юқори калорияли ёғли овқат маҳсулотларини истеъмол қилишдан сақланиш керак;

-Истеъмол қилинаётган овқат маҳсулотининг ҳарорати меъёрида бўлиши лозим, ўта иссиқ ва совуқ ҳолда истеъмол қилиш организм учун зарар ҳисобланади.

Рационал (тўғри) овқатланишга риоя қилмаслик: Семиэлик, юрак қон - томир, ошқозон ичак, асаб ва буйрак тизим касалликларига сабаб бўлади.

ЖИСМОНИЙ ФАОЛЛИК ВА СПОРТ

Саломатликни мустаҳкам-

лайди;

Касалликлардан муҳофаза қилади;

Умрни узайтиради.

Атроф - муҳитнинг тозаллигини инсон саломатлигига таъсир қилувчи омил ҳисобланади.

Ифлосланган ҳаво юқори нафас йўллари касалликлари, сувнинг ифлосланиши эса ошқозон - ичак касалликларига сабаб бўлади.

РУҲИЙ САЛОМАТЛИКНИ АСРАШ

Рухий саломатликни асраш энг аввало хотиржамлик, атрофдаги ҳодисаларни тўғри баҳолаб билиш ва ўз устида мунтазам шуғулланиш демакдир. Рухий зўриқишга йўл қўймаслик лозим.

Рухий саломатликни асраш маслиҳат натижасида юрак қон - томир, асаб касалликлари келиб чиқади.

ЗАРАРЛИ ОДАТЛАР

Зарарли одатларга кашандалик, ичкиликбозлик, гиёҳвандлик, нотўғри овқатланиш ва кам ҳаракатлилик киради.

Зарарли одатлардан сақланмаслик нафас йўллари, ошқозон - ичак, асаб, юрак қон - томир, жинсий йўллари орқали ва гиёҳвандлик сабабли юқадиган ОИВ/ОИТС касалликларга олиб келади.

ТИББИЙ МАДАНИЯТ

Ўз вақтида тиббий қўриқдан ўтиш, вужудга келаётган касалликларни барвақт аниқлаш ҳамда уни олдини олиш имкониятини беради. Ҳар бир киши энг аввало ўзи, оиласи ва яқинларининг саломатлиги учун маъсул бўлиши лозим.

Соғлом турмуш тарзига оид кўникмалар камида икки уч ойда шаклланиб, беш олти ойда улар мустаҳкамланиб, бир йилдан кейин эса бундай турмуш тарзи сиз учун кундалик одатга айланади.

Халқимизда "Бойликнинг боши соғлиқ" деган мақол бор. Чунки, саломатликни ҳар қанча моддий бойлик ва малаба эвазига сотиб олиб бўлмайди.

Соғлом турмуш тарзига амал қилинг, саломатлигингиз мустаҳкамлиги ўз қўлингизда.

Зокиржон ОБИДОВ,

Янгиобод тумани Тиббий бирлашмаси Аҳолининг соғлом турмуш тарзини қўллаб - қувватлаш ва жисмоний фаоллигини ошириш бўлими ходими.

YANGIOBOD OVOZI

YANGIOBOD TUMAN HOKIMLIGI GAZETASI

MUASSIS:
YANGIOBOD TUMAN HOKIMLIGI

Бош муҳаррир:
Ж.БОБОЖОНОВ

Газета Жиззах вилояти матбуот ва ахборот бошқармасида 06-041 рақами билан рўйхатдан ўтган.

МАНЗИЛИМИЗ:
Янгиобод тумани, Янгиобод шаҳарчаси, Мустақиллик кўчаси 1-уй.

ТАҲРИР ҲАЙЪАТИ:
Иброҳим ҚАРШИБОВ
Дилшод МАМАДАЗИМОВ
Азизбек НИШОНОВ
Зулайхо НАЗАРКУЛОВА
Бекназар ТОШБОВ
Сабоҳат АБДУРАХМОНОВА
Валижон ҲАСАНОВ
Олимжон БЕГМАТОВ

Телефон:
+998 72 542-12-72

Навбатчи муҳаррир:
Н.ДЎСТМАТОВА

Газета таҳририят компьютер марказида териблиб, саҳифаланди. Қоғоз бичими А-3. Газета «RASTR PLYUS PRINT» MCHJ да офсет усулида 750 нусхада чоп этилди. Корхона манзили: Жиззах шаҳри, Сайилжойи кўчаси, 4-уй. Босишга рухсат этилди 28.01.2021 йил БУЮРТМА №