



O'ZBEKISTON RESPUBLIKASI
MAKTABGACHA TA'LIM VAZIRLIGI



O'ZBEKISTON RESPUBLIKASI
SOG'LIQNI SAQLASH VAZIRLIGI



TOSHKENT PEDIATRIYA
TIBBIYOT INSTITUTI



RESPUBLIKA TIBBIY TA'LIMNI
RIVOJLANTIRISH MARKAZI



BIRLASHGAN MILLATLAR TASHKILOTINING
BOLALAR JAM'ARMASI

O'zbekiston respublikasi maktabgacha ta'lim tashkilotlari faoliyatini Covid-19 pandemiyasi sharoitida qayta tiklash bo'yicha

maktabgacha ta'lim tashkilotlarining xodimlari uchun

QO'LLANMA



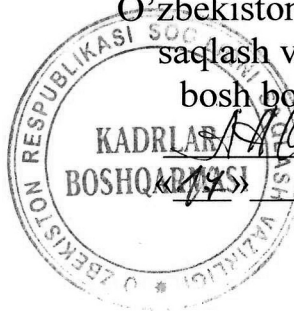
TOSHKENT 2020

O'zbekiston Respublikasi Maktabgacha ta'lim vazirligi
O'zbekiston Respublikasi Sog'liqni saqlash vazirligi
Tibbiy ta'limni rivojlantirish markazi
Toshkent pediatriya tibbiyot instituti
UNICEF

«TASDIQLAYMAN»

O'zbekiston Respublikasi Sog'liqni
saqlash vazirligi fan va ta'lim
bosh boshqarmasi boshlig'i

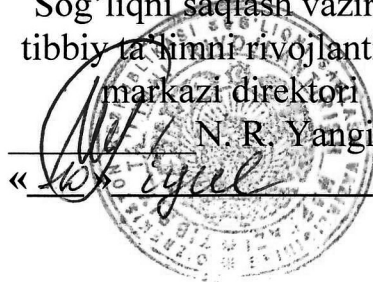
KADRLAR VA TAYINLASH BOSHQARMASI U.S. Ismailov
«17» iyul 2020



«KELISHILDI»

O'zbekiston Respublikasi
Sog'liqni saqlash vazirligi
tibbiy ta'limni rivojlantirish
markazi direktori

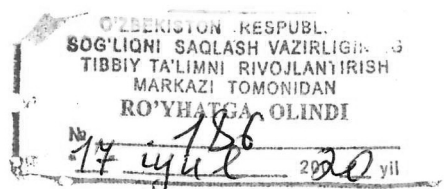
N. R. Yangiyeva
«17» iyul 2020



O'ZBEKISTON RESPUBLIKASI MAKTABGACHA TA'LIM TASHKILOTLARI
FAOLIYATINI COVID-19 PANDEMIYASI SHAROITIDA QAYTA TIKLASH BO'YICHA
(MAKTABGACHA TA'LIM TASHKILOTLARINING XODIMILARI UCHUN)

QO'LLANMA

I QISM



Toshkent – 2020

O'llanmani ishlab chiquvchi tashkilotlar:

Ushbu qo'llanmani O'zbekiston Respublikasi Maktabgacha ta'lim vazirligi va Sog'liqni saqlash vazirligi hamda Birlashgan Millatlar Tashkilotining Xalqaro bolalar jamg'armasi (UNICEF) birgalikda ishlab chiqdilar.

Qo'llanma COVID-19 pandemiyasi sharoitida O'zbekiston Respublikasi maktabgacha ta'lim tashkilotlari faoliyatini qayta tiklash bo'yicha maktabgacha ta'lim tashkilotlarining xodimlarini tayyorlash uchun mo'ljallangan..

Mualliflar:

Muxiddinova U.T. – tibbiyot fanlari nomzodi, O'zbekiston Respublikasi Maktabgacha ta'lim vazirligining Bolalar salomatligini ta'minlash, xavfsiz, sog'lom ovqatlanishni tashkil etish va ixtisoslashtirilgan maktabgacha ta'lim tashkilotlari faoliyatini muvofiqlashtirish boshqarmasi boshlig'i.

Nasirova G.U. – tibbiyot fanlari nomzodi, O'zbekiston Respublikasi Maktabgacha ta'lim vazirligining Bolalar salomatligini ta'minlash, xavfsiz, sog'lom ovqatlanishni tashkil etish va ixtisoslashtirilgan maktabgacha ta'lim tashkilotlari faoliyatini muvofiqlashtirish boshqarmasi bosh mutaxassisi.

Kurbanov B.J. – tibbiyot fanlari nomzodi, O'zbekiston Respublikasi Sog'liqni saqlash vazirligi huzuridagi Sanitariya-epidemiologik osoyishtalik agentligi direktori o'rinbosari.

Ubaydullayeva S.A. – tibbiyot fanlari nomzodi, Toshkent pediatriya tibbiyot instituti Ta'lim sifatini nazorat qilish bo'limi boshlig'i va "Ambulator-pediatriya" kafedrası dotsenti.

Mahmudova D.I. - tibbiyot fanlari nomzodi, UNICEF konsultanti

Kim O. – tibbiyot fanlari nomzodi, UNICEFning sog'liqni saqlash masalalari bo'yicha maslahatchisi

Taqrizchilar:

Olimov K.T. – tibbiyot fanlari doktori, professor, O'zbekiston Respublikasi Maktabgacha ta'lim vazirining birinchi o'rinbosari.

Ikromov R.N. – O'zbekiston Respublikasi Sog'liqni saqlash vazirligi huzuridagi Sanitariya-epidemiologik osoyishtalik agentligining Epidemiologik monitoring va profilaktika choralari boshqarmasi boshlig'i.

MUNDARIJA

KIRISH	4
MAQSAD VA VAZIFALAR	5
COVID-19 BO'YICHA QISQACHA MA'LUMOT	6
MTT FAOLIYATINI QAYTA TIKLASH BO'YICHA YUZASIDAN QAROR QABUL QILISHDA ASOSIY TAMOIYILLAR	10
I. MTT XAVFSIZ FAOLIYAT YURITISHINI TA'MINLASH BO'YICHA CHORALAR.....	11
MTTda sog'lom turmush tarzi amaliyoti va gigiyena ko'nikmalarini o'rgatish	11
MTTda jismoniy masofani saqlash uchun sharoit yaratish va bolalarga ko'nikmalarini o'rgatish.....	13
COVID-19 pandemiyasi davrida MTTda tibbiy xizmatlar ko'rsatilishi	14
MTT xonalarining sanitariya-gigiyena talablariga muvofiqligini ta'minlash.....	15
II. XODIMLARNI O'QITISH VA PSIXOLOGIK QO'LLAB-QUVVATLASH BO'YICHA CHORALAR	15
O'qitish va qo'llab-quvvatlashning asosiy maqsadlari.....	16
Xodimlar o'qitilishi kerak bo'lgan masalalar	16
Xodimlarning sog'lig'i va ish qobiliyatini yaxshilashga oid maslahatlar	17
Foydalanilgan adabiyotlar	18
1-Ilova	19
2-Ilova	20

QISQARTIRISHLAR RO'YXATI

JSST	Jahon sog'liqni saqlash tashkiloti
MTT	Maktabgacha ta'lim tashkiloti
Yevro JSST	Jahon sog'liqni saqlash tashkilotining Yevropa mintaqaviy byurosi
MTV	Maktabgacha ta'lim vazirligi
SSV	Sog'liqni saqlash vazirligi
(SEOvaJSX)	Sanitariya-epidemiologik osoyishtalik va jamoat salomatligi xizmati
UNICEF	Birlashgan Millatlar Tashkilotining Bolalar jamg'armasi

KIRISH

COVID-19 pandemiyasi butun dunyodagi bolalarning ta'lim olishi, himoyasi va farovonligi yo'lida favqulodda vaziyatni keltirib chiqardi. Ta'lim jarayonining uzilishi mamlakat iqtisodiyoti va umuman jamiyat uchun uzoq muddatli oqibatlarga olib keladi.

Hozirgi kunda O'zbekiston Respublikasiga koronavirusning yangi turi kirib kelishi va tarqalishining oldini olish yuzasidan chora-tadbirlar dasturini tayyorlash bo'yicha Respublika maxsus komissiyasining qarori bilan karantin cheklovlarini yumshatish dasturi amalga oshirilmoqda. Ko'plab tashkilotlar, shu jumladan maktabgacha ta'lim tashkilotlar (MTT) faoliyati bosqichma-bosqich qayta yo'lga qo'yilmoqda.

COVID-19 pandemiyasi bilan bog'liq vaziyat MTTda bolalarning xavfsizligini ta'minlash bo'yicha chora-tadbirlarni qayta ko'rib chiqish va ishlab chiqish uchun sabab bo'ldi. Bunday chora-tadbirlar shuningdek, kelajakda bolalar orasida virusli infeksiyalarni samarali ravishda profilaktika qilish nuqtai nazaridan ham ahamiyatlidir.

MTT faoliyatini qayta tiklash, bolalarning uzluksiz ta'limining yagona tizimining muhim bosqichi hisoblanadi.

Shu munosabat bilan, MTT faoliyatini qayta tiklash bolalar uchun xavfsiz, qo'llab-quvvatlovchi va rag'batlantiruvchi muhitni ta'minlaydigan tarzda rejalashtirish kerak. Shu bilan birga, tarbiyalanuvchilar orasidagi xavfsiz masofa ularning ijtimoiy aloqalari, amaliy mashg'ulotlari va har tomonlama rivojlanishiga hissa qo'shadigan o'yinlariga to'sqinlik qilmasligi kerak.

Buning uchun o'quv rejasini moslashtirish, jismoniy masofani saqlash nuqtai nazaridan, o'yin va o'quv mashg'ulotlarni o'tkazish uchun sharoit ta'minlash talab etiladi. Shu bilan birga, ayni paytda, bolalarning maqbul darajada rivojlanishi uchun shart-sharoitlarni yaratib berish tamoyillariga muvofiq bo'lishi zarur.

Ushbu qo'llanmada asosiy e'tibor umumiy tamoyillarga, shuningdek, MTT faoliyatini qayta tiklashda inobatga olinishi lozim bo'lgan, amaliy choralarga qaratiladi.

MAQSAD VA VAZIFALAR

Ushbu qo'llanmaning **maqsadi** COVID-19 pandemiyasi davrida MTT faoliyatini tashkil etishda xavfsiz va qulay muhitni ta'minlashning asosiy tamoyillari va amaliy choralarini yoritib berishdir.

Mazkur qo'llanma quyidagi **vazifalarni** bajarishga yordam berishi kerak:

- MTT xodimlari bolalarning salomatligi va gigiyenasiga katta e'tibor berish orqali, to'liq rivojlanishni qo'llab-quvvatlash tamoyillariga rioya etgan holda, bolalarga qulay va xavfsiz muhitni ta'minlashlari zarur;
- MTT xodimlari bolalarga ilk yoshlarda ta'lim berish va parvarish qilish dasturlarini amalga oshirishda sog'liqni saqlash va xavfsizlikni ta'minlaydigan aniq chora-tadbirlar va tartibotlar majmuini amalga oshirishlari kerak;
- MTT xodimlari o'quv jarayonini tashkillashtirishni COVID-19 pandemiyasi bilan bog'liq yangi talablarga moslashtirishlari kerak va tarbiyalanuvchilarga, ta'lim jarayonida o'yin uslubidan foydalangan holda, o'z sog'liqlarini saqlash bo'yicha foydali ko'nikmalarni o'rgatish imkoniyatiga ega bo'lishlari lozim.

COVID-19 BO'YICHA QISQACHA MA'LUMOT

1. COVID-19 nima?

COVID-19 – bu 2019 yili aniqlangan koronavirusni keltirib chiqargan yuqumli kasallikdir. Bugungi kunda ushbu pandemiya dunyoning ko'plab mamalakatlariga talofat yetkazmoqda.

2. COVID-19ning qanday belgilari mavjud?

COVID-19ning eng keng tarqalgan belgilari jumlasiga quyidagilar kiradi:

- tana haroratining ko'tarilishi,
- quruq yo'tal,
- horg'inlik.

Nisbatan kamroq uchraydigan va ba'zi bemorlarda kuzatilishi mumkin bo'lgan boshqa belgilar:

- o'zini quvvatsiz xis qilish,
- burun bitishi,
- bosh og'rishi,
- burun oqishi,
- tomoq og'rishi,
- mushaklardagi og'riqlar,
- nafas olishda qiynalish/xansirash,
- ich ketishi (diareya),
- ta'm yoki hid bilmay qolish,
- teridagi toshmalar,
- qo'l va oyoq barmoqlaridagi teri rangining o'zgarishi.

Mazkur belgilar odatda kuchli bo'lmaydi va asta-sekin paydo bo'ladi. Ba'zi insonlarda kasallik juda ham yengil belgilar bilan kechishi mumkin.

3. Agar menda COVID-19 belgilari mavjud bo'lsa, nima qilishim kerak va tibbiy yordam uchun qachon murojaat qilishim lozim?

Tana harorati ko'tarilgan va/yoki yo'talish va horg'inlik holatlari kuzatilayotgan har qanday yoshdagi insonlar zudlik bilan shifokorga murojaat qilishlari lozim.

4. COVID-19 qanday tarqaladi?

Insonlar COVID-19ni boshqa odamlardan yuqtirib olishlari mumkin. Kasallik COVID-19ga duchor bo'lgan inson yo'talganida, aksirganida yoki gapirganida yonidagi insonlarga havo-tomchi yo'li bilan yuqadi. Virusli tomchilar stollar, eshik tutqichlari va zina tutqichlari kabi predmetlar va yuzalarida bo'lishi mumkin. Odamlar bunday predmetlar va yuzalarni ushlaganlaridan so'ng ko'zlari, burun yoki og'izlariga qo'l tekkizishlari orqali ushbu virusni yuqtirib olishlari mumkin.

5. COVID-19 ning hech qanday belgilari bo'lmagan insondan uni yuqtirib olish mumkinmi?

COVID-19 asosan mazkur kasallik belgilariga ega bo'lgan insonlardan tarqaladi. Ammo, ba'zi ma'lumotlarga ko'ra, kasallikning hech qanday belgilariga ega bo'lmagan insonlar ham virusni boshqalarga yuqtirishlari mumkin ekan. Hozircha bu qay darajada tez-tez sodir bo'lishi ma'lum emas.

6. COVID-19ga chalingan inson bilan yaqindan muloqotda bo'lgan bo'lsam, nima qilishim lozim?

Agar siz COVID-19ni yuqtirib olgan inson bilan yaqindan muloqotda bo'lgan bo'lsangiz, siz ham bu kasallikni yuqtirib olgan bo'lishingiz mumkin. Bunday holatlarda uyda qolgan afzal. Boshqa insonlarga bu kasallikni yuqtirmaslik uchun imkon qadar tez yakkalanishingiz (o'zini izolyasiya qilish) katta ahamiyatga ega.

Agar siz bu kasallikni yuqtirib olganman deb o'ylasangiz va/yoki sizda mazkur kasallikning belgilari paydo bo'lgan bo'lsa, zudlik bilan shifokorga murojaat qilishingiz lozim.

7. Bolalar va o'smirlar COVID-19ni yuqtirib olishlari mumkinmi?

Tadqiqotlarda aniqlanishicha, bolalar va o'smirlarning ushbu kasallikni yuqtirib olish va uni boshqalarga yuqtirish ehtimoli huddi kattalardagi ehtimol bilan tengdir. Shuning uchun ular huddi kattalar kabi xavfsizlik qoidalari (qo'llarni yuvish, niqob taqish, odamlar gavjum bo'ladigan joylarga bormaslik, ijtimoiy masofani saqlash)ga rioya qilishlari lozim.

8. COVID-19ga qarshi vaksina, dori-darmon yoki uning davosi bormi?

COVID-19ga qarshi maxsus muolaja mavjud emas. Ushbu kasallikning oldini olishi yoki uni davolashi mumkin bo'lgan vositalar ham mavjud emas. JSST har qanday dori vositalari, shu jumladan antibiotiklar yordamida o'zboshimchalik bilan davolanishni tavsiya qilmaydi.

9. COVID-19 yuqtirib olinsa, uning belgilari yuzaga chiqishi uchun qancha vaqt kerak bo'ladi?

Inson COVID-19ni yuqtirgan vaqtdan boshlab, odatda 5-6 kun ichida uning belgilari paydo bo'ladi, ammo bu muddat, 1 kundan 14 kungacha ham farqlanishi mumkin.

10.O'z himoyamni ta'minlash va kasallik tarqalishining oldini olish uchun nima qilishim mumkin?

O'zbekiston Respublikasi Sog'liqni saqlash vazirligining rasmiy kanallari orqali COVID-19 tarqalishi bo'yicha so'nggi ma'lumotlardan xabardor bo'lib boring.

ZARUR EHTIYOT CHORALARI:

- **QO'LLARINGIZNI TARKIBIDA SPIRT BO'LGAN MAXSUS** (spirt konsentratsiyasi 70%dan kam bo'lmagan) **VOSITALAR YORDAMIDA MUNTAZAM RAVISHDA**, yaxshilab artib turing yoki qo'llaringizni sovunlab, toza suvda kamida 20 soniya davomida yuving.

Nega? Qo'llarni sovunlab, oqar suvda yuvish yoki tarkibida spirt bo'lgan, maxsus vositalardan foydalanish qo'llaringizda bo'lishi mumkin bo'lgan viruslarni o'ldiradi.

- **NIQOB TAQIB YURING.** Niqoblarni har 2–3 soatda almashtirib turing.

Nega? Jismoniy masofa saqlash mumkin bo'lmagan joylarda, masalan, jamoat transportida, do'konlarda yoki odamlar gavjum bo'lgan boshqa binolar ichida virusni yuqtirib olish ehtimoli oshadi.

- **BOSHQA INSONLAR BILAN ORANGIZDAGI MASOFANING KAMIDA 2 METR BO'LISHINI TA'MINLANG.**

Nega? Kimdir yo'talganida, aksirganida yoki gapirayotganida so'lagining mayda zarrachalarini atrofga sochadi va bu zarrachalar tarkibida virus bo'lishi mumkin. Agar siz bunday insonga juda yaqin turgan bo'lsangiz, tarkibida COVID-19 virusi bo'lgan mayda zarrachalar bilan nafas olib yuborishingiz mumkin.

- **ODAMLAR GAVJUM BO'LGAN JOYLARNI CHETLAB O'TING.**

Nega? Tiqilinchda COVID-19 infeksiyasiga ega bo'lgan inson bilan muloqotga kirishingiz ehtimoli yuqoriroq va kamida 2 metrlik jismoniy masofani saqlash qiyinroq bo'ladi.

■ **KO'ZLARINGIZ, BURNINGIZ VA OG'ZINGIZGA TEGINMANG.**

Nega? Qo'llaringiz bilan turli yuzalarga, jumladan viruslar mavjud bo'lgan yuzalarga tegishingiz mumkin. Agar siz qo'llaringiz bilan ko'zlaringiz, burningiz va og'zingizga teginsangiz, virus tanangizga kirib olishi mumkin.

■ O'zingiz va atrofingizdagilar yo'talayotganda yoki aksirayotganda **OG'IZ VA BURUNNI TIRSAKDAN BUKILGAN QO'L YOKI BIR MARTALIK QOG'OZ DASTRO'MOL BILAN TO'SILGANIGA ISHONCH HOSIL QILING.**

Nega? Og'iz va burundan chiqadigan tomchilar virusni tarqatadi. Ushbu qoidalarga rioya etish orqali siz o'zingizni va atrofingizdagilarni gripp va COVID-19 kabi yuqumli kasalliklardan himoya qilgan bo'lasiz.

■ Sizda yo'tal, bosh og'rig'i, tana haroratining ko'tarilishi kabi COVID-19ning jiddiy bulmagan alomatlari kuzatilsa ham **UYDA QOLING.** Zudlik bilan tibbiy yordam uchun murojaat qiling yoki telefon orqali shifokor bilan maslahatlashing.

Nega? Boshqa insonlar bilan muloqotdan tiyilish orqali siz ularni COVID-19 virusi va boshqa viruslar yuqishi ehtimolidan himoya qilasiz.

■ Agar sizda tana haroratingizning oshishi, yo'tal, nafas qisishi kabilar kuzatilsa, **TIBBIY YORDAMGA MUROJAAT QILING VA SHIFOKORINGIZ BERGAN TAVSIYALARGA RIOYA ETING.** Dastlab, shifokorga qo'ng'iroq qilib olsangiz yaxshiroq bo'ladi.

Nega? Oldindan qo'ng'iroq qilib olish, davolovchi shifokoringizga sizni tezda kerakli tibbiyot muassasasiga yo'llash imkonini beradi. Bu sizni sog'ligingizni himoya qilish bilan birga, viruslar va boshqa infeksiyalar tarqalishining oldini olishga yordam beradi.

MTT FAOLIYATINI QAYTA TIKLASH YUZASIDAN QAROR QABUL QILISHDA ASOSIY TAMOYILLAR

Ushbu tamoyillar, bir tomondan, maktabgacha yoshdagi bolalarning ta'lim olishini samarali qo'llab-quvvatlash va farovonligini ta'minlash, boshqa tomondan esa sog'liq, gigiyena va jamiyatning umumiy xavfsizligi o'rtasidagi to'g'ri muvozanatni ta'minlash zaruriyatiga asoslanadi.

Pandemiya davrida MTTni ochish to'g'risidagi qaror mamlakatda va ushbu hududda epidemiologik vaziyatni tabaqalashtirilgan baholash asosida qabul qilinadi.

MTT faoliyatini qayta tiklash quyidagi shartlar bilan ruxsat etiladi:

- MTT faoliyati mazkur Qo'llanmada va SanQvaM 0355-18 "O'zbekiston Respublikasida MTMni joylashuvi, tuzilishi va faoliyatini tashkillashtirishga oid sanitariya qoida va me'yorlari"da, "COVID-19 pandemiyasi davrida maktabgacha ta'lim tashkilotlarining ish faoliyatiga qo'yiladigan vaqtinchalik sanitariya-gigiyenik talablar"da ko'rsatilgan sanitariya-epidemiologik shartlarga rioya etgan holda, qayta yo'lga qo'yilishi mumkin.
- MTT faoliyatini qayta tiklashga, mazkur tashkilotda bolalarning xavfsiz holda bo'lishlari uchun tegishli shart-sharoitlar ta'minlangani to'g'risida MTT rahbariyati tomonidan imzolangan kafolat xati hamda Sanitariya-epidemiologik osoyishtalik va jamoat salomatligi xizmatining (SEOvaJSX) hududiy makazalari qarori bilan, ruxsat etiladi.

MTT faoliyatini qayta tiklash uchun asosiy talablar

MTT faoliyati quyidagi me'yoriy hujjatlarga muvofiq, sanitariya-epidemiologik va gigiyena talablariga rioya etilgan taqdirda, qayta tiklanadi:

1. SanQvaM 0373-20 "COVID-19 pandemiyasi davrida maktabgacha ta'lim tashkilotlarining ish faoliyatiga qo'yiladigan vaqtinchalik sanitariya-gigiyenik talablar".
2. SanQvaM 0355-18 "O'zbekiston Respublikasida MTTni joylashuvi, tuzilishi va faoliyatini tashkillashtirishga oid sanitariya qoida va me'yorlari".

Faoliyat qayta tiklashguncha, MTT barcha xodimlari Sanitariya-epidemiologik osoyishtalik va jamoat salomatligi xizmati (SEOvaJSX) markazlarining mutaxassislari ishtirokida COVID-19 pandemiyasi davrida sanitariya-gigiyena qoidalari hamda epidemiyaga qarshi choralar va xavfsizlik standartlari bo'yicha o'qitilishlari kerak.

Faoliyat, bolalarning MTT sharoitida xavfsiz holda bo'lishlariga oid barcha talablarning bajarilganligi to'g'risida Sanitariya-epidemiologik osoyishtalik va jamoat salomatligi xizmatining (SEOvaJSX) hududiy markazlari tomonidan qaror qabul qilinganidan so'ng, qayta tiklanadi.

MTT rahbariyati, hududiy maktabgacha ta'lim bo'linmalari (MTB) xodimlari, yashash joyi bo'yicha davolash-profilaktika muassasalari (DPM) mutaxassislari bolaning qonuniy vakillari orasida COVID-19 pandemiyasi va boshqa yuqumli kasalliklar tarqalgan paytda uyda qolishning afzalliklari, shuningdek, jiddiy zarurat bo'lmagan taqdirda, bolalarning MTTga qatnashdan tiyilishlari to'g'risida tushuntirish ishlarini olib borishlari lozim.

Katta yoshdagi xodimlar va / yoki yurak-qon tomir va nafas olish tizimlari kasalliklariga, surunkali kasalliklarga ega xodimlarning shunday holatlari bilan bog'liq xavflarni baholash uchun, o'z shifokorlari bilan maslahatlashish imkoniyatlari yo'lga qo'yilishi lozim.

I. MTT XAVFSIZ FAOLIYAT YURITISHINI TA'MINLASH BO'YICHA CHORALAR

MTTda sog'lom turmush tarzi amaliyoti va gigiyena ko'nikmalarini o'rgatish

COVID-19ga qarshi profilaktika choralari MTT oldiga yangi talablarni qo'ydi – maktabgacha yoshdagi bolalarni o'zlari va atrofidagilarning shaxsiy makonini himoya qilishga o'rgatish.

Tegishli gigiyena amaliyotini maktabgacha yoshdagi bolalarning o'quv dasturiga va kundalik tartibiga kiritish barqaror gigiyena ko'nikmalarini shakllantirishga imkon beradi.

Bolalarga COVID-19ga qarshi asosiy profilaktika choralari nimalardan iborat ekanini o'rgatish kerak:

- **Qo'llaringizni muntazam ravishda, kamida 20 soniya davomida, sovun bilan yuving** (1-surat). Qo'l yuvish vaqti kamida 20 soniya bo'lishi uchun, bolalar bilan qandaydir bir qo'shiqni yod oling.

QO'LLARNI TO'G'RI YUVAMIZ



1-surat. Qo'l yuvish qoidasi

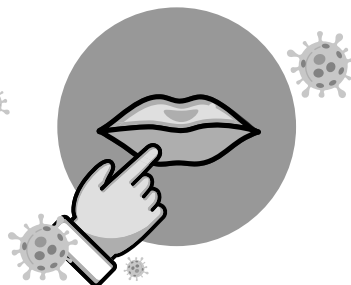
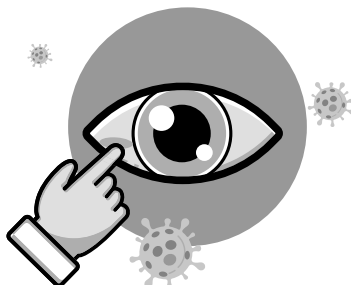
- Bolalar kundalik hayotining bir qismi sifatida, qo'l gigiyenasini tez-tez amalga oshirib turish jadvalini tuzing. Bolalarni har ovqatlanishdan oldin va keyin, hojatxonaga borgandan, o'ynab bo'lgandan, sayr qilib kelganlaridan so'ng, albatta qo'llarini sovun bilan yuvishga odatlantiring.

- Bolalarga takrorlab turing: yo'talganda va aksirganda, burun va og'izni salfetka, ro'molcha yoki tirsakni bukkan holda berkitish kerak (2-surat) va salfetkani darhol qopqoqli chiqindi idishiga tashlash zarur. Undan so'ng qo'llarni spirtli antiseptik vosita bilan tozalash yoki sovun va suv bilan yuvish lozim. Bolalarga nafas olish yo'llari kasalliklarini keltirib chiqaruvchi viruslar qo'l berib ko'rishish va qo'llar bilan ko'z, burun va og'izga teginish orqali yuqishi mumkinligini tushuntiring. Ularni o'z yuzlariga tegmaslikga o'rgating (bu butun umur uchun foydali ko'nikmadir).

TO'G'RI AKSIRISH VA YO'TALASH



QO'LLAR BILAN TENGMANG!



2-surat. Nafas olish yo'llari gigiyenasi qoidalari

- Bolalarga bir-biriga tegmay turib salomlashishni o'rgating (salomlashishni ifoda etib, qo'llaringizni silkiting, boshingizni qimirlating yoki ta'zim qiling).
- Bolalar bilan qo'llarni antiseptik vositalar yordamida tozalash va salfetkalardan foydalanishni mashq qiling.
- Bolalarga nima uchun termometriya, qo'llarni tez-tez yuvish va ishlov berish, MTT xodimlarining niqoblarda yurishi, xonalarni shamollatib turish lozimligi kabi ma'lum choralar, ularga o'zlarining sog'lig'ini, shuningdek tarbiyalovchilarining, ota-onalarining va boshqa oila a'zolarining sog'lig'ini saqlashga yordam berishini tushuntiring.

- O'yin uslubida bolalarga kasallikning belgilarini (aksirish, yo'tal, isitma) namoyish eting va nima qilish kerakligini, bemorga qanday qilib yordam va tasalli berish hamda qayg'udosh bo'lish mumkinligini tushuntiring.
- Bolalarga nima uchun MTT xodimlarining barchasi niqoblardan foydalanishi va niqob rejimiga rioya qilishi lozimligini tushuntiring. Nima uchun bolalarga yuzga taqiladigan niqobdan foydalanish tavsiya etilmasligini ham tushuntiring.
- Ota-onalar nima uchun MTT hududiga kira olmasligini tushuntiring.

MTTda jismoniy masofani saqlash uchun sharoit yaratish va bolalarga ko'nikmalarini o'rgatish

Maktabgacha yoshdagi bolalar tabiatan jismoniy faol bo'ladilar. Bolalar o'rtasida, bolalar, tarbiyachilar va boshqa xodimlar o'rtasida to'g'ridan-to'g'ri jismoniy muloqotni cheklash oson ish emas. Jismoniy masofani saqlash bo'yicha ko'riladigan choralar oqilona chegaralar doirasida bo'lishini ta'minlash zarur. Ushbu choralar bolalarning rivojlanishi uchun zarur bo'lgan ta'lim olish, o'yinlar o'ynash va muloqotga kirishishlariga to'sqinlik qilmasligi kerak.

Shuni ta'kidlash kerakki, bolalar nafaqat ta'lim olishga, balki g'amxo'rlik ko'rsatilishiga ham muhtojdirlar. Kichiktoyga kiyim almashtirishda, uni ovqatlantirishda yoki yig'laganda ovutishda yordam berish nuqtai nazaridan, jismoniy masofani saqlash maqsadga muvofiq bo'lmasligi va, umuman olganda, iloji ham bo'lmasligi mumkin.

Tarbiyachilar va MTT rahbarlari xodimlar va bolalar o'rtasidagi oqilona masofani qanday saqlash kerakligini hal qilishda ziyarak bo'lishlari zarur.

Guruhdagi bolalar sonining ko'payishi bilan koronavirusga chalinish xavfi ortadi.

Majburiy choralar quyidagilardan iborat:

- *bolalarni MTTga kutib/qabul qilib olishda va uylariga kuzatishda jismoniy masofani saqlash choralari ko'rish;*
- *jismoniy muloqotga kirishmaydigan salomlashish usullaridan foydalanish;*
- *stollar, stullar va to'shaklar orasida masofa bo'lishini ta'minlash – kamida 1 m;*
- *bolalarni kichik guruhlarga ajratish orqali, mashg'ulot va o'yinlarni navbatma-navbat o'tkazish;*
- *o'shni guruhlardagi bolalar bilan aralashishni cheklash;*
- *ochiq havoda ko'proq tadbirlarni o'tkazish;*
- *MTTda ommaviy tadbirlarni vaqtincha cheklash;*
- *xodimlar o'rtasidagi aloqani cheklash maqsadida, umumiy ovqatlanish yeridan ovqatni qabul qilib olish jadvalini tuzish.*

COVID-19 pandemiyasi davrida MTTda tibbiy xizmatlar ko'rsatilishi

MTT rahbariyati ota-onalarni epidemiya davrida bolalarning uyda qolishi afzalliklari to'g'risida xabardor qilishi lozim, chunki bu kasallanish xavfi bilan bog'liqdir. Ota-onalar bolani MTTga qatnashi yuzasidan qabul qilgan qarorlari uchun o'zlari javobgar ekanliklarini rasman tasdiqlaydilar.

MTT tibbiyot xodimi quyidagilarga javobgar:

- tarbiyalanuvchilar/xodimlar uchun **ertalabki saralashni o'tkazish** va agar kasallik belgilari mavjud bo'lsa (37°C dan yuqori tana harorati va/yoki O'RIning boshqa alomatlari bo'lsa – o'zini quvvatsiz xis qilish, yo'tal, tomoq og'rig'i va boshqalar), bola / xodim MTTga kiritilmaydi;
- tarbiyalanuvchilar/xodimlarning **qo'llariga gigiyenik ishlov berish jadvalini nazorat qilish** (qo'llarni sovun bilan yuvish yoki har soatda spirtli antiseptik vosita bilan ishlov berish), har ovqatdan oldin, hojatxonaga borgandan, o'ynab bo'lgandan, sayr qilib kelganlaridan so'ng, albatta qo'llarini sovun bilan yuvish;
- kun davomida **bolalarning holatini kuzatish**, tana haroratini kamida 2 marta o'lchash;
- **agar xodimda / tarbiyalanuvchida kasallik belgilari paydo bo'lsa**, ularni darhol yakkalash xonasiga (izolyator) joylashtirish. Agar yakkalash xonasi bo'lmasa, tarbiyalanuvchi / xodim tibbiyot hamshirasi xonasiga yoki yakkalash uchun mo'ljallangan boshqa xonaga joylashtiriladi;
- kasallik belgilari bo'lgan **taqdirda tarbiyalanuvchining ota-onasini chaqirish** hamda hududiy SEOvaJSXga xabar berish;
- bolaning nafas olishi qiyinlashsa/nafasi qisilsa, ko'krak qafasida og'riq bo'lsa, kuchli qorin og'rig'i kuzatilsa va seruyqu bo'lsa, **zudlik bilan tez tibbiy yordamni chaqirish zarur**;
- **kasallik belgilari namoyon bo'lgan xodimlarni ishdan chetlatish** va hududiy SEOvaJSXga xabar berish;
- **xodimlar ish kiyimlarini kiyib olishlarini va niqoblarni har 2 soatda o'zgartirish jadvaliga muvofiq**, butun ish kuni davomida niqob rejimiga rioya etishlarini nazorat qilish. Bunda, foydalanilgan dokali niqoblar dezinfektsiyalash eritmasiga ivitiladi, so'ngra yuvib, dazmollanadi, bir martali niqoblar esa 30 daqiqa davomida 1% dezinfektsiyalash eritmasiga bo'ktiriladi, so'ngra yo'q qilinadi;
- **tarbiyalanuvchilar kiyimlari va poyafzallarining almashtirilishini nazorat qilish**;
- MTT barcha xonalarini, suv, sovun, yuvuvchi va dezinfektsiyalash vositalaridan foydalangan holda, **har kuni 4 marta nam tozalashni nazorat qilish (2-Illova)**:
 - suv, sovun va yuvuvchi vositalaridan foydalangan holda, 3 marta nam tozalash ishlari;
 - barcha xonalarni har ish kunining yakunida dezinfektsiya vositalaridan foydalangan holda, 1 marta tozalash;
- tez-tez ifloslanadigan yuzalarni **4 marta dezinfektsiya qilish ishlarini tashkil etish**.

MTT xonalarining sanitariya-gigiyena talablariga muvofiqligini ta'minlash

COVID-19 pandemiyasi davrida MTT barcha xonalarining sanitariya-gigiyenik xavfsizligini ta'minlash uchun kuchaytirilgan choralar talab etiladi:

- MTT toza suv va yuvuvchi vositalari zaxirasi bilan ta'minlanadi;
- MTTga kirish joyida zararsizlantiruvchi gilamchalar to'shab qo'yiladi va ularga kuniga, kamida 2 marta dezinfektsiya eritmasi quyib, namlab turiladi;

- MTT ochilishidan oldin MTTning barcha xonalari va hududida umumiy tozalash va zararsizlantirish ishlari amalga oshiriladi;
- o'yinchoqlar, didaktik materiallar va boshqa jihozlar ro'yxati, kunlik samarali sanitar ishlov berish va zararsizlantirish imkoniyatlarini hisobga olgan holda, qayta ko'rib chiqiladi (faqat oson yuviladiganlari qoldiriladi). O'yinchoqlar, didaktik materiallar va boshqa jihozlarni boshqa guruhlardagilari bilan aralashib ketishiga yo'l qo'yilmaydi.
- MTTning barcha xonalarida, suv, sovun, yuvish va dezinfektsiyalash vositalaridan foydalangan holda, har kuni 4 marta nam tozalash ishlari tashkil etiladi (2-Illova):
 - suv, sovun va yuvish vositalaridan foydalangan holda, 3 marta nam tozalash ishlari;
 - barcha xonalarni har ish kunining yakunida dezinfektsiya vositalaridan foydalangan holda, 1 marta tozalash;
- tez-tez ifloslanadigan sathlarni (eshik va deraza tutqichlari, romlar, zina tutqichlari va panjaralari, stol va chiroq o'chirib-yoqqichlar) 4 marta dezinfektsiya qilish ishlari tashkil etiladi;
- dezinfektsiyalash vositalarining 1% eritmasi yordamida nam tozalash kechquringi va kunduzgi uyqudan keyin yotoqxonalarda, guruhda yoki umumiy ovqatlanish xonasida – har ovqatdan keyin, amalga oshiriladi;
- har ikki soatda xonalar shamollatib turiladi, ob-havo sharoiti qoniqarli bo'lgan taqdirda, tarbiyalanuvchilarni ochiq derazali xonada bo'lishlari ta'minlanadi. Noqulay ob-havo sharoitida xonalarni to'liq shamollatish, bolalar yo'qligida amalga oshiriladi;
- ish kuni yakunida MTT shiypon va o'yin maydonchalarini har kuni tozalash va dezinfektsiya qilish ishlari amalga oshiriladi;
- ovqatlanish uchun ishlatiladigan idishlar har kuni dezinfektsiyalash vositasiga qo'shilgan eritma yordamida yuviladi.

II. XODIMLARNI O'QITISH VA PSIXOLOGIK QO'LLAB-QUVVATLASH BO'YICHA CHORALAR

COVID-19 pandemiyasi sharoitida MTT faoliyatini qayta yo'lga qo'yish ancha murakkab ish. Pandemiya MTT rahbariyati, tarbiyachilar va boshqa xodimlarning, farzandlari MTTga qatnaydigan oilalar bilan o'zaro munosabatlarida bir qator muammolarni keltirib chiqardi.

Faoliyatni qayta tiklashning dastlabki davri ayniqsa qiyin kechadi, bunda uzoq vaqt tanaffusdan keyin MTTga qaytgan bolalar ham, yangi ish sharoitlari va usullarini o'zlashtirishga to'g'ri kelayotgan xodimlar ham, ruhiy zo'riqish holatida bo'ladilar.

MTM faoliyatini qayta tiklashdan oldingi ustuvor vazifa – ***xodimlarni COVID-19 pandemiyasi paytida sanitariya-gigiyena qoidalari hamda epidemiyaga qarshi choralar va xavfsizlik standartlariga o'rgatishdir.***

O'qitish va qo'llab-quvvatlashning asosiy maqsadlari:

- MTTda bolalarni ta'lim olishi va parvarish qilinishi jarayonida xavfsizlik va sog'liqni saqlashni ta'minlash bo'yicha aniq chora-tadbirlarni amalga oshirish qobiliyati;

- *ta'lim berishda o'yin yondashuvini tadbqiq etish hamda bolalarning salomatligi va gigiyenasiga katta e'tibor berish orqali, ularning to'liq rivojlanishini qo'llab-quvvatlash va farovonligini ta'minlash tamoyillariga rioya etish;*
- *xavfsizlik talablarini hisobga olgan holda, o'quv dasturlarini amalga oshirish qobiliyati;*
- *COVID-19 pandemiyasi davrida xodimlarning sog'lig'i va ish faoliyatini qo'llab-quvvatlash qobiliyati.*

Kimlar o'qitilishi kerak

MTT faoliyati qayta tiklanishiga qadar, **barcha xodimlar o'qitilishi kerak:** rahbariyat, ma'muriyatning boshqa xodimlari, tarbiyachilar va o'quv jarayoniga jalb etilgan barcha mutaxassislar, tibbiyot xodimlari, tarbiyachilar yordamchilari, texnik xodimlar va oshxona ishchilari.

MTT rahbari xodimlarni doimiy ravishda kasbiy qo'llab-quvvatlash bilan bir qatorda, ularning psixologik salomatligini qo'llab-quvvatlashi va ruhiy-ijtimoiy ehtiyojlarini inobatga olgan holda harakat qilishi lozim.

MTT, ularning xodimlari o'qitilmaguncha, o'z faoliyatlarini qayta yo'lga qo'ymay turishlari kerak. MTT faoliyati qayta ochilgandan so'ng, xodimlar, shubhasiz, tajriba almashish va yanada ko'proq ma'lumot/tavsiyalar olish yo'lida qo'shimcha imkoniyatlarga ehtiyoj sezadilar; bunday imkoniyatlar ularga dasturlarni samarali ravishda moslashtirishga yordam beradi.

Xodimlar o'qitilishi kerak bo'lgan masalalar:

- **Har kuni sog'lom turmush tarzi va gigiyena qoidalariga amal qilish** (bolalarga yangi gigiyena tadbirlari va foydali ko'nikmalarni o'rgatish; gigiyena va xavfsizlik masalalari yuzasidan xodimlarning o'zini o'qitish va qo'llab-quvvatlash);
- **COVID-19 pandemiyasi davrida bolalar va MTT xodimlari uchun profilaktika choralari va ularga tibbiy xizmat ko'rsatish** (ertalabki saralash; bemor bolalar va xodimlarni aniqlash va yakkalesh tartib-qoidalarini bilish; kasallikning asosiy belgilarini bilish, bola bemor bo'lib qolsa, ota-onalarga ma'lumot berish va hokazo);
- **MTT xonalarining sanitariya-gigiyenik xavfsizligini ta'minlash choralari** (xonalarni, sirtlarni tozalash va dezinfeksiya qilish, dezinfeksiya uchun eritmalar tayyorlash, umumiy ovqatlanish joyining ishlashiga qo'yiladigan talablar).

MTT xodimlaridan xavfsizlik choralari ta'minlash va nafaqat bolalarning sog'lig'ini, balki o'zlarning sog'lig'ini ham nazorat qilish talab etiladi. Yoshi yoki surunkali kasalligi tufayli yuqori xavf ostida bo'lgan xodimlarga alohida e'tibor berilishi lozim.

Xodimlarning sog'lig'i va ish qobiliyatini yaxshilashga oid maslahatlar

Xodimlar o'z imkoniyatlarining chegaralarini bilishlari va stressli vaziyatlarda o'zlariga yordam bera olishga qodir bo'lishlari juda muhimdir. Quyida xodimlarning sog'lig'i va ishga layoqatini saqlash uchun foydali bo'lishi mumkin bo'lgan tavsiyalar keltiriladi:

1. NAFAS OLISH MASHQINI BAJARING:

- *hech kim sizni bezovta qilmaydigan qulay joyni toping;*
- *nafas olishga diqqatni jamlang, chalg'imaslikka harakat qiling, telefonni biron joyga olib qo'ying;*

- *burun bilan nafas oling, beshgacha sanang;*
- *keyin besh soniya davomida nafasni og'iz orqali asta sekin chiqaring;*
- *3 va 4-bosqichlarni kamida bir daqiqa davomida takrorlang.*

2. BOSHQA ODAMLAR BILAN SUHBATLASHING. Odamlar o'rtasidagi bog'liqlik bizning barqarorligimizning asosiy tarkibiy qismidir. Jismoniy masofaga rioya qilish bugungi kunning asosiy sharti bo'lsa-da, siz o'z telefoningiz yoki kompyuteringiz yordamida oilangiz va yaqinlaringiz bilan aloqada bo'lishni davom ettira olasiz. Muntazam ravishda qo'ng'iroqlashish vaqtini kelishib oling, bir-biringiz bilan nafaqat o'zingizning holatingiz haqida, balki siz uchun umumiy bo'lgan boshqa mavzular haqida ham so'zlashing. Birgalikda kulishing, chunki shu tufayli siz bir-biringizga bunday qiyin damlarda nihoyatda zarur bo'lgan quvonchni olib kelasiz.

3. TO'G'RI UXLANG. Uyqu gigiyenasi qoidalariga binoan, kishiga kuniga 7-8 soat uxlash tavsiya etiladi, xira yorug'lik va xona salqin bo'lishi kerak. Oxirgi ovqat yotishdan kamida ikki soat oldin tanovvul qilinishi lozim. Uyquga yotishdan bir soat avval dush qabul qilish lozim, kechasi ko'p suv ichmaslik kerak. Smartfoningiz bilan uxlamang. Buning o'rniga, tinchlantiradigan musiqa tinglang.

4. BOSHQALARDAN O'RGANING! Yuzaga kelgan muammolarni hal qilishning ijobiy misollarini payqashga va tadbiriq etishga harakat qiling. Bu sizga ruhingizni tetik saqlashga, ish samaradorligingizni oshirishga va ishlashda davom etishingizga yordam beradi.

5. HAMMA NARSADA IJOBIY TOMONLARNI AXTARING. Ha, ehtimol atrofimizdagi narsalarni o'zgartira olmasligimiz mumkin, lekin o'zimizda sodir bo'layotgan holatlarga ta'sir o'tkaza olamiz.

**Eng muhimi, esda tutingki, agar siz o'zingizga birinchi bo'lib yordam bersangiz,
boshqa odamlarga ham yaxshiroq yordam bera olasiz va bolalarni tarbiyalashda
samaraliroq bo'lasiz!**

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

1. SanQvaM 0355-18 "O'zbekiston Respublikasida MTTni joylashuvi, tuzilishi va faoliyatini tashkillashtirishga oid sanitariya qoida va me'yorlari".
2. SanQvaM 0373-20 "COVID-19 pandemiyasi davrida maktabgacha ta'lim tashkilotlarining ish faoliyatiga qo'yiladigan vaqtinchalik sanitariya-gigiyenik talablar"
3. Maktabgacha ta'lim muassasalari va bolalar bog'chalarining COVID-19 dan so'ng qayta ochilishi bo'yicha Qo'llanma.
<https://www.unicef.org/romania/media/2616/file;>
4. Maktablarni qayta ochish asoslari, 2020 yil, aprel.
<https://www.unicef.org/media/68366/file/Framework-for-reopening-schools-2020.pdf>
5. COVID-19 sharoitida maktablarda jamoat salomatligini ta'minlash choralari yuzasidan mulohazalar, 2020 yil, may.
<https://www.who.int/publications-detail/considerations-for-school-related-public-health-measures-in-the-context-of-covid-19>
6. Yangi COVID-19 koronavirusining avjlanishi sharoitida aholiga, uy sharoitida bemorlarni parvarish qilishda va tibbiy yordam ko'rsatishda, niqoblardan foydalanish bo'yicha tavsiyalar.
https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/330987/WHO-nCov-IPC_Masks-2020.1-rus.pdf
7. COVID-19 avjlanishi sharoitida bemorlarni uzoq muddatli parvarishlash muassasalarida infeksiya profilaktikasi va infeksiya nazorati.
https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/331508/WHO-2019-nCoV-IPC_long_term_care-2020.1-rus.pdf

COVID-19 pandemiyasi davrida MTT xodimlari uchun o'quv-mashg'ulot DASTURI

Mashg'ulot nomi	Davomiyligi
I. MTT xavfsiz faoliyat yuritishini ta'minlash bo'yicha choralar	
MTTda sog'lom turmush tarzi amaliyoti va gigiyena ko'nikmalarini shakllantirib borish (jismoniy muloqotga kirishmay salomlashish, qo'l yuvish qoidalari va hokazolarni o'rgatish)	10 daqiqa
MTTda jismoniy masofani saqlash uchun sharoit yaratish va bolalarga ko'nikmalarini o'rgatish (bolalarni qabul qilish jadvali, guruhlarini shakllantirish, bolalarni o'qitish paytida bir-birlaridan uzoqroqda bo'lishlari uchun sharoitlar yaratish)	10 daqiqa
COVID-19 pandemiyasi davrida MTTda tibbiy xizmatlar ko'rsatilishi (ertalabki saralash, bemor bolalarni / xodimlarni yakkalashni o'rgatish va tartibotlarga rioya etish)	10 daqiqa
MTT xonalarining sanitariya-gigiyena talablariga muvofiqligini ta'minlash (xonalarini, sirtlarni tozalash va dezinfektsiyalash, dezinfektsiyalovchi eritmalar tayyorlash, umumiy ovqatlanish joyi faoliyatiga nisbatan qo'yiladigan talablar)	10 daqiqa
II. Xodimlarni o'qitish va psixologik qo'llab-quvvatlash bo'yicha choralar	
O'qitish va qo'llab-quvvatlashning asosiy maqsadlari	10 daqiqa
Xodimlar o'qitilishi kerak bo'lgan masalalar	
Xodimlarning sog'lig'i va ish qobiliyatini yaxshilashga oid maslahatlar	

MAKTABGACHA TA'LIM TASHKILOTLARIDA DEZINFEKSION VOSITALARIDAN ISHCHI ERITMALARINI TAYYORLASH*

Bugungi kunda maktabgacha ta'lim tashkilotlarida, asosan, tayyorlanishi qulay bo'lib, uzoq muddat davomida o'z ta'sir kuchini yo'qotmaydigan dezinfeksiya vositalaridan foydalaniladi.

Maktabgacha ta'lim tashkilotlarida quyidagi vositalardan keng foydalaniladi:

1. tarkibida xlor saqllovchi natriy gipoxloriti va kal'siy gipoxloriti;
2. yangi avlod dezinfekcion vositalaridan «ABK-ekstra»;
3. dezinfekcion vositalarining tabletkalashtirilgan shakllari: «ABK-xloraktiv»; «Bio-xloraktiv»; «Super-xlor»; «Javel'» va boshqa vositalar.

Natriy gipoxloritli dezinfeksiyalash eritmasini tayyorlash

Natriy gipoxloritining yoki kal'siy gipoxloritining yangi partiyasi olinganda Sanitariya-epidemiologik osoyishtalik va jamoat salomatligi xizmatining (SEOvaJSX) hududiy markazi laboratoriyasida dezinfekcion vositasining ushbu partiyasi tarkibida aktiv moddaning foizini aniqlash lozim.

Tarkibida xlor saqllovchi natriy gipoxlorit yoki kal'siy gipoxloritidan tayyorlanadigan ishchi dezinfeksiya eritmaları, asosiy vositadagi faol xlor miqdorini hisobga olgan holda, quyidagi formula bo'yicha tayyorlanadi:

$$\frac{\text{dezinfeksiyalash eritmasining faolligi}}{\text{dezinfeksiyalash vositasining faolligi}} \times 1000 \text{ ml suv}.$$

Masalan, tarkibida 12 foiz faol xlor mavjud bo'lgan natriy gipoxloritidan 1 litr 1%-li ishchi eritmasini tayyorlash uchun kerakli natriy gipoxloriti miqdorini hisoblab chiqamiz.

$$(1\% \times 1000 \text{ ml}) / 12\% \approx 90 \text{ ml}.$$

1. 1%-li ishchi eritmani 12%-li natriy gipoxloritiga bo'lamiz va 1000 ml suvga ko'paytiramiz. Xisoblarga ko'ra, **1 litr 1%-li ishchi eritmasini tayyorlash uchun 90 ml natriy gipoxloriti zarur bo'ladi.** Maxsus sig'imga 90 ml gipoxlorit natriy konsentratidan solinib, unga 910 ml suv qo'shiladi. Shunda 1 litr 1%-li dezinfeksiya eritmasi hosil bo'ladi.

2. **10 litr 1%-li ishchi eritmani tayyorlash uchun** markirovkasi bor sig'imga 900 ml natriy gipoxlorit konsentratidan quyiladi va **10 litrga yetgunicha suv qo'shiladi (ya'ni 9100 ml suv).**

3. 12%-li natriy gipoxloritidan, formulaga muvofiq, **1 litr 3%-li ishchi eritmasini tayyorlash uchun 270 ml natriy gipoxlorit konsentratiga 730 ml suv qo'shiladi.** Natijada 1 litr 3%-li ishchi eritma hosil bo'ladi.

4. **10 litr 3%-li ishchi eritmani tayyorlash uchun** markirovkasi bor idishga 2700 ml natriy gipoxlorit konsentratini quyiladi va 10 litrga yetgunicha iliq suv bilan to'ldiriladi (ya'ni 7300 ml suv).

Eritmalar 1 ish kuni davomida saqlanadi.

Dezinfeksion eritmalar saqlanadigan idishlar usti maxkam berkitilgan xolda quyosh nurlari tushmaydigan joyda saqlanadi.

Tarkibida xlor saqlamaydigan, yangi avlod dezinfeksiya vositalaridan bo'lgan «ABK-ekstra» konsentratidan ishchi eritmalarini tayyorlash ushbu vositaning uslubiy qo'llanmasi asosida olib boriladi:

- 1. 1 litr 2%-li ishchi eritmasini tayyorlash:** 20 ml «ABK-ekstra» konsentratiga 980 ml suv qo'shiladi. Natijada 1 litr «ABK ekstra» vositasining 2%-li ishchi eritmasi hosil bo'ladi.
 - 2. 10 litr 2%-li ishchi eritmani tayyorlash uchun** markirovkasi bor sig'imga 200 ml «ABK-ekstra» konsentrati quyiladi va 10 litrga yetgunicha iliq suv qo'shiladi (ya'ni 9800 ml suv).
 - 3. 1 litr 3%-li ishchi eritmasini tayyorlash:** 30 ml «ABK-ekstra» konsentratiga 970 ml suv qo'shiladi. Natijada 1 litr 3%-li ishchi eritma hosil bo'ladi.
 - 4. 10 litr 3%-li ishchi eritmani tayyorlash uchun** markirovkasi bor sig'imga 300 ml «ABK-ekstra» konsentrati quyiladi va 10 litrga yetgunicha iliq suv qo'shiladi (ya'ni 9700 ml suv).
- ABK-ekstra»dan tayyorlangan ishchi eritmalaridan **14 kun davomida** foydalanish mumkin.

«ABK-ekstra» konsentratidan tayyorlangan ishchi eritmalarining qo'llanilishi			
Ob'ektlar	Ishchi eritma konsentratsiyasi, %	Zararsizlantirish vaqti, daq.	Zararsizlantirish usuli
Bino xonalaridagi yuzalar, qattiq jihozlar	3,0	30	Artish yoki sepish
O'yinchoqlar	3,0	30	Bo'ktirish
Ovqat qoldiqlari bo'lmagan idishlar	2,0	60	Bo'ktirish
Biologik suyuqliklar bilan ifloslanmagan oqliklar	2,0	60	Bo'ktirish
Biologik suyuqliklar bilan ifloslangan oqliklar	2,0	90	
Sanitariya-texnika jihozlari	3,0	30	O'rtada 15 daqiqa tanaffus bilan ikki marta artish, o'rtada 15 daqiqa tanaffus bilan ikki marta sepish.
Yig'ishtiruv anjomlari	3,0	45	Bo'ktirish
Dezinfeksiyalovchi gilamcha	3.0	yuzasining qurishiga qarab	Namlanadi

«ABK- xloraktiv» vositasidan dezinfeksion eritmalarini tayyorlash:

«ABK-xloraktiv» tabletka yoki granula shaklida ishlab chiqariladi.

1. **0,015%-li dezinfeksiya eritmasini tayyorlash.** 10 litr suvga «ABK-xloraktiv»ning 1 tabletka yoki 1 o'lchov qoshiq granulari qo'shiladi. 10 litr 0,015%-li dezinfeksiya eritmasi hosil bo'ladi.

2. **0,03%-li dezinfeksiya eritmasini tayyorlash.** 10 litr suvga «ABK-xloraktiv»ning 2 tabletka yoki 2 o'lchov qoshiq granulari qo'shiladi. 10 litr 0,03%-li dezinfeksiya eritmasi hosil bo'ladi.

3. **0,06%-li dezinfeksiya eritmasini tayyorlash.** 10 litr suvga «ABK-xloraktiv»ning 4 tabletka yoki 4 o'lchov qoshiq granulari qo'shiladi. 10 litr 0,06%-li dezinfeksiya eritmasi hosil bo'ladi.

4. **0,1%-li dezinfeksiya eritmasini tayyorlash.** 10 litr suvga «ABK-xloraktiv»ning 7 tabletka yoki 7 o'lchov qoshiq granulari qo'shiladi. 10 litr 0,1%-li dezinfeksiya eritmasi hosil bo'ladi.

5. **0,2%-li dezinfeksiya eritmasini tayyorlash.** 10 litr suvga «ABK-xloraktiv»ning 14 tabletka yoki 14 o'lchov qoshiq granulari qo'shiladi. 10 litr 0,2%-li dezinfeksiya eritmasi hosil bo'ladi.

«ABK-xloraktiv»dan tayyorlangan ishchi eritmalaridan 3 kun davomida foydalanish mumkin.

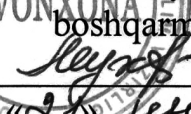
Boshqa turdagi yangi avlod dezinfeksion vositalari ishlab chiqaruvchining yo'riqnoma-lariga muvofiq ishlatiladi.

* Ushbu ruyxatga kiritilmagan dezinfeksiyalash vositalari ishlab chiqaruvchining ko'rsatmalariga muvofiq qo'llaniladi.

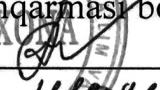
«ABK-xloraktiv» vositasidan tayyorlangan dezinfeksion eritmalarining qo'llanilishi			
Ob'ektlar	Ishchi eritma konsentra-siyasi, %	Zararsizlanti-rish vaqti, daq.	Zararsizlantirish usuli
Bino xonalaridagi yuzalar, qattiq jihozlar	0,03	30	Artish yoki sepish
O'yinchoqlar	0,06	15	Bo'ktirish
Ovqat qoldiqlari bo'lmagan idishlar	0,015	15	Bo'ktiriladi
Biologik suyuqliklar bilan ifloslanmagan oqliklar	0,015	15	Bo'ktirish
Biologik suyuqliklar bilan ifloslangan oqliklar	0,015	30	
Sanitariya-texnik jihozlar	0,1	30	O'rtada 15 daqiqa tanaffus bilan ikki marta artish, o'rtada 15 daqiqa tanaffus bilan ikki marta sepish
Yig'ishtiruv anjomlari	0,1	30	Bo'ktirish
Dezinfeksiyalovchi gilamcha	0,2	Gilamcha yuzasining qurishiga qarab	Namlanadi

O'zbekiston Respublikasi Maktabgacha ta'lim vazirligi
O'zbekiston Respublikasi Sog'liqni saqlash vazirligi
Tibbiy ta'limni rivojlantirish markazi
Toshkent pediatriya tibbiyot instituti
UNICEF

«TASDIQLAYMAN»

O'zbekiston Respublikasi
Maktabgacha ta'lim vazirligining
Bolalar salomatligini ta'minlash, xavfsiz,
sog'lom ovqatlanishni tashkil etish va
ixtisoslashtirilgan maktabgacha ta'lim
muassasalari faoliyatini muvofiqlashtirish
boshqarmasi boshlig'i

U. Muxiddinova
«22» dekabr 2020 y

«KELISHILDI»

O'zbekiston Respublikasi Maktabgacha
ta'lim vazirligining Ta'lim jarayoni
sifatini ta'minlash va innovatsion
pedagogik texnologiyalarini joriy etish
boshqarmasi boshlig'i.

V. Kim
«21» dekabr 2020 y

**COVID-19 PANDEMIYASI SHAROITIDA O'ZBEKISTON RESPUBLIKASINING
MAKTABGACHA TA'LIM TASHKILOTLARI FAOLIYATINI
QAYTA TIKLASH TO'G'RISIDA**

(MAKTABGACHA TA'LIM TASHKILOTLARINING XODIMLARI UCHUN)

QO'LLANMA

II QISM

COVID-19 PANDEMIYA DAVRIDA BOLALARNING FAROVONLIGINI VA RIVOJLANISHINI TA'MINLASH

Ishlab chiqaruvchi TASHKILOTLAR:

O'zbekiston Respublikasi Maktabgacha ta'lim vazirligi va Birlashgan Millatlar Tashkilotining Xalqaro bolalar jamg'armasi (UNICEF) ushbu qo'llanmani birgalikda ishlab chiqdilar.

Qo'llanma COVID-19 pandemiyasi sharoitida O'zbekiston Respublikasi maktabgacha ta'lim tashkilotlari faoliyatini qayta tiklash bo'yicha maktabgacha ta'lim tashkilotlarining xodimlarini tayyorlash uchun mo'ljallangan.

Mualliflar:

M.X.Tadjieva – Pedagogika fanlari nomzodi, Pedagog kadrlar sifatini oshirish va pedagogika kollejlari faoliyatini muvofiqlashtirish boshqarmasi boshlig'i.

G.G.Radjabova – Toshkent shahridagi 289-son ixtisoslashtirilgan maktabgacha ta'lim tashkiloti direktori.

M.A.Ismoilova – Tibbiyot fanlari nomzodi, UNICEFning milliy maslahatchisi.

B.A.Nazarova – Erta yoshdagi bolalarni rivojlantirish va ta'lim masalalar bo'yicha maslahatchi, UNICEFning O'zbekistondagi maslahatchisi.

S. V. Pak – Puchon universiteti, Maktabgacha ta'lim kafedrasida pedagogi; "Dreamboat" MTTning direktori, Toshkent.

Taqrizchi:

K.T. Olimov – tibbiyot fanlari doktori, professor, O'zbekiston Respublikasi Maktabgacha ta'lim vazirining birinchi o'rinbosari

COVID-19 pandemiyasi sharoitida "COVID-19 pandemiyasi davrida bolalarning farovonligi va rivojlanishini ta'minlash" O'zbekiston Respublikasi maktabgacha ta'lim tashkilotlari faoliyatini qayta tiklash bo'yicha ko'rsatmalar (maktabgacha ta'lim tashkilotlari xodimlari uchun) Maktabgacha ta'lim vazirligi huzuridagi o'quv uslubiy ishlarni muvofiqlashtirish kengashi yig'ilishida ko'rib chiqildi va tasdiqlandi. O'zbekiston Respublikasi (2020 yil 17 iyuldagi 1-sonli bayonnoma).

MUNDARIJA

KIRISH	28
"COVID-19 pandemiya davrida maktabgacha ta'lim tashkilotlari hodimlarini dastlabki o'qitish" TRENING DASTURI	30
MAQSADLAR VA VAZIFALAR	31
1-SESSIYA. Bolalar o'qitishni tashkil etish	32
2-SESSIYA. Ota-onalar bilan aloqa o'rnatish va ularni qo'llab-quvvatlash	36
3-SESSIYA. Pedagoglar va rahbarlarni doimiy qo'llab-quvvatlash	38
Foydalanilgan adabiyotlar	41
ILOVALAR	42
1-ILOVA. To'liq kunlik bolalar guruhida kundalik tartibni moslashtirish	42
2-ILOVA. Qo'llarni yuvish ko'nikmalarni rivojlantirish uchun plakat va qo'shiq misoli	50
3-ILOVA. Misollar: bolalarni gigiena o'qitish uchun plakatlar	51
4-ILOVA. Moslashtirilgan o'yinlarning misollari.....	52
1. Kontaktsizli salomlash	52
2. Gigiyena mahoratini rivojlantirishga qaratilgan o'yinlar	53
3. Ochiq havoda kichik guruhlar o'yinlari.....	54
4. Qo'rqish yoki stress ahvolda bo'lgan bola bilan tarbiachi qanday ishlash lozim	56
5. Pandemiya haqida bolalar uchun tarbiachi qanday ma'lumot beradi?.....	57

QISQARTIRISHLAR RO'YXATI

JSST	Jahon Sog'liqni saqlash tashkiloti
MTT	Maktabgacha ta'lim tashkiloti
MT	Maktabgacha ta'lim
DPM	Davolash va profilaktika muassasalari
O'zR MTV	O'zbekiston Respublikasi Maktabgacha ta'lim vazirligi
O'zR SSV	O'zbekiston Respublikasi Sog'liqni saqlash vazirligi
SEFSSX	Sanitariya-epidemiologik farovonlik va sog'liqni saqlash xizmatlari
UNICEF	Birlashgan Millatlar Tashkilotining Bolalar jamg'armasi

KIRISH

COVID-19 pandemiyasi butun dunyo bo'ylab bolalarning ta'lim, himoya va farovonligi uchun favqulodda vaziyatga sabab bo'ldi.

Bugungi kunda O'zbekistonda koronavirus tarqalishining oldini olish bo'yicha maxsus respublika komissiyasi qarori bilan karantin cheklovlarini yumshatish dasturi amalga oshirilmoqda, ushbu dastur sog'liqni saqlash, ijtimoiy sog'liqni saqlash tizimi¹ va maktabgacha ta'limdagi epidemiologik omillari xavflarni diqqat bilan baholashga asoslangan.

Ko'plab tashkilotlar, shu jumladan, maktabgacha ta'lim tashkilotlari (MTT) faoliyatini bosqichma-bosqich qayta tiklashni rejalashtirilmoqda.

UNCIEF O'zbekiston hukumatlari bilan maktabgacha ta'lim tashkilotlari faoliyatini qayta tiklash bo'yicha qarorlar qabul qilishda faol ish olib bormoqda. Maktabgacha ta'lim tashkilotlarining ishini to'liq yoki qisman tiklash to'g'risida qaror qabul qilish, maktabgacha yoshdagi bolalarning ta'limida, rivojlanishida va sog'lig'ida, shuningdek COVID-19 ning yangi epidemiyasini oldini olishda, potentsial xavflarni bolalar, pedagoglar, xodimlar va butun jamiyat uchun maksimal foyda olish uchun baholash kerak.

Ushbu qo'llanma maktabgacha ta'lim tashkilotlari (MTT) uchun ishlab chiqilgan, chunki ular tarbiyaviy ishlarni tashkil etish va o'qitish usullari jihatidan noyobdir. Maktabgacha ta'lim tashkilotlarining (MTT) faoliyatini qayta tiklash masalasi, birinchi navbatda, bolalarni qo'llab-quvvatlash, shuningdek, ota-onalarning ishlashga qaytish imkoniyatini ta'minlash nuqtai nazaridan ko'rib chiqilishi kerak. Qo'llanmada maktabgacha ta'lim tashkilotlarining (MTT) faoliyatini qayta tiklash asosiy printsiplari, shuningdek, uch yoshdan katta bolalar uchun maktabgacha ta'lim tashkilotlarini (MTT) faoliyatini qayta tiklashda hisobga olinadigan amaliy choralarga alohida e'tibor qaratilgan.²

Umumiy aholining xavfsizligi va salomatligi uchun, faoliyati qayta tiklanishi bilan bog'liq bo'lgan maktabgacha ta'lim tashkilotlarga (MTT) tashrif buyurganda infeksiyaning xavfli omillarini hisobga olgan holda, ma'muriy organlar oilalarning ehtiyojlarini, MTT tarbiyalanuvchilarning farovonligi va rivojlanishini (shu jumladan ularning ijtimoiy chetlashuvidan jiddiy ta'sir ko'rsatgan psixososiologik farovonligi) baholashlari kerak.

1 Considerations for school-related public health measures in the context of COVID-19, May 2020.
<https://www.who.int/publications-detail/considerations-for-school-related-public-health-measures-in-the-context-of-covid-19>

2 Ushbu qo'llanmada bayon etilgan printsiplar va choralar uch yoshdan katta bolalarga xizmat qiluvchi MTT larning faoliyatini qayta tiklash uchun ham qo'llanilsa, chora-tadbirlar jismoniy masofa va g'amxo'rlik shuningdek rivojlanishni qo'llab-quvvatlash o'rtasidagi muvozanatga erishish masalasini qamrab oladi.

Kimlarning o'qitilishi kerak bo'ladi

Maktabgacha ta'lim tashkilotlarining (MTT) barcha xodimlari: MTT direktori, pedagog, tibbiy va texnik xodimlar, COVID-19 pandemiya davrida o'quv jarayonini tashkil qilishning asosiy printsiplari bo'yicha o'qitilishi kerak.

Maktabgacha ta'lim tashkiloti (MTT) direktori xodimlarning doimiy kasbiy qo'llab-quvvatlashi bilan bir qatorda, ularning psixologik sog'ligini saqlashi va ularning psixosotsial ehtiyojlariga e'tibor berishi shart.

Shubhasiz, maktabgacha ta'lim tashkilotlarining (MTT) faoliyatini qayta tiklash bilan, xodimlar COVID-19 pandemiya davrida dasturlarni samarali moslashtirish va ta'lim sifatini ta'minlashga yordam beradigan qo'shimcha ma'lumotlar va ko'rsatmalar olish uchun tajriba va manbalar bilan o'rtoqlashish uchun ko'proq imkoniyatlarga muhtoj bo'ladi.

Bu masala keyingi treninglar, video darslar, videokonferensiyalar va boshqalarni tashkil etish orqali hal qilinadi.

"COVID-19 pandemiya davrida maktabgacha ta'lim tashkilotlari xodimlarini dastlabki o'qitish" TRENING DASTURI

"COVID-19 PANDEMIYA DAVRIDA BOLALARNING FAROVONLIGINI VA RIVOJLANISHINI TA'MINLASH"

Sessiyaning nomi	Davomiyligi
1. Bolalarni o'qitishini tashkillashtirish	30 daqiqa
1.1. Maktabgacha ta'lim tashkilotlari faoliyatini qayta tiklash bo'yicha boshqaruv tamoyillari.	10 daqiqa
1.2. O'quv dasturlarini moslashtirish: O'qishning o'yin tarzda shakllarini rivojlantirish va masofani saqlashga qaratilgan ijodiy pedagogik yondashuvlar. Toza havoda mashg'ulotlar va mashqlarni tashkillashtirish.	10 daqiqa
1.3. O'quv materiallaridan xavfsiz foydalanish: O'qitishda o'yinchoqlar va didaktik materiallaridan foydalanish. O'yinchoqlar va materiallarni ishlatish / yuvish va saqlash	10 daqiqa
2. Ota-onalarni qo'llab-quvvatlash va ular bilan aloqani ta'minlash	10 daqiqa
Maktabgacha ta'lim tashkilotlarda (MTT) va uyda o'tkaziladigan COVID-19 profilaktikasi choralari to'g'risida ota-onalarga ma'lumot berish. Bolalarni qabul qilish va uyga ketish tartibi, ota-onalar bilan muloqotni ta'minlash va muvofiqlashtirish.	10 daqiqa
3. Xodimlarni qo'llab-quvvatlash va o'qitish choralari	10 daqiqa
4. Maktabgacha ta'lim tashkilotlarining (MTT) faoliyatini qayta tiklash to'g'risida videolavha. UNICEF va MTV	10 daqiqa

MAQSADLAR VA VAZIFALAR

Ushbu qo'llanmaning maqsadi, COVID-19 pandemiya davrida maktabgacha ta'lim tashkilotlarining (MTT) faoliyatini qayta tiklashdan oldin yoki uning birinchi oyi faoliyati davomida xavfsiz va qulay muhitni ta'minlash uchun asosiy tamoyillar va amaliyotlarni yoritib berishdir.

Vazifalar:

- Sog'liqni saqlash va gigiyena, shuningdek, maktabgacha yoshdagi bolalarni tarbiyalashda o'yin uslubiga asoslangan holda tarbiyalash orqali bolalarning yaxlit rivojlanishi va farovonligini qo'llab-quvvatlash tamoyillariga rioya qilish.
- Tegishli strategiyalarni amalga oshirish va mavjud o'quv dasturlarini moslashtirish, shuningdek, hamkorlik va ochiq aloqa orqali ota-onalarning muammolariga e'tibor berish va ularni hal qilish.

Kutilayotgan o'quv natijalari

O'qitilishdan so'ng qatnashchilar:

- Pandemiya davrida maktabgacha ta'lim tashkilotining (MTT) faoliyatini tashkil qilish bo'yicha boshqaruv tamoyillarni bilib olishadi va ulardan foydalanishadi.
- Pandemiya davrida maktabgacha ta'lim tashkilotlarining (MTT) faoliyatini qayta tiklash jarayonida bolalar, oilalar va xodimlar duch keladigan bir qator muammolarni hal qilish uchun yagona yondashuvni qo'llay olishadi.
- Erta yoshdagi bolalarning salomatligi, gigienasi va ta'lim masalalari bo'yicha bilim va ko'nikmalar darajasini oshirish orqali bolalarning yaxlit rivojlanishi va farovonligi yondashuvlaridan foydalana oladi.
- Mavjud bo'lgan o'quv rejalarini moslashtirish va ularni maktabgacha ta'lim tashkilotlari uchun "Ilk qadam" Davlat o'quv dasturi asosida amalga oshirish imkoniyatiga ega bo'lishadi.
- MTT faoliyatini qayta tiklashni tashkil etish va bolalar xavfsizligini ta'minlash masalalari bo'yicha qo'shma qarorlar qabul qilish uchun kuzatuv kengashlari va oilalar bilan birgalikda faoliyat va hamkorlikni tashkil eta oladi.

Maqsadli auditoriya:

- maktabgacha ta'lim tashkilotlari direktorlari, maktabgacha ta'lim tashkilotlarining pedagogik, tibbiy va texnik xodimlari.

1-SESSIYA. BOLALAR O'QITISHNI TASHKIL ETISH

1.1. MAKTABGACHA TA'LIM TASHKILOTLARINI QAYTA TIKLASH BO'YICHA BOSHQARUV TAMOYILLARI

Boshqaruv tamoyillar viloyat idoralariga, tuman maktabgacha ta'lim bo'limlariga, maktabgacha ta'lim tashkilotlari direktorlari va xodimlariga maktabgacha ta'lim tashkilotini qayta tiklash bo'yicha tadbirlarni rejalashtirish va amalga oshirishda yordam berishi mumkin.

Ushbu tamoyillar **maktabgacha yoshdagi bolalar uchun samarali sog'liqni saqlash, gigiena, xavfsizlik va ta'lim o'rtasidagi muvozanatni ta'minlash** zaruriyatiga asoslanadi.

1. **Bolalarda qo'rquv hissini yaratmasdan chora-tadbirlarni ta'minlash.** Bolalarning xavfsizligini ta'minlash choralari juda muhim, ammo maktabgacha ta'lim tashkilotlari davolash muassasalariga o'xshamasligi kerak. Pandemiya davridagi karantin oylari bolalar uchun tashvishli edi, shuning uchun bolalar har doimgidan ko'proq **do'stona, xavfsiz va rahbatlantiruvchi muhitga** muhtoj bo'ladilar. Maktabgacha ta'lim tashkiloti (MTT) faoliyatini qayta tiklash, bolalarni to'g'ri himoya qilishni ta'minlashda, bolalarni iloji boricha odatiy, tanish hayot tarziga qaytarishga olib keladi.
2. **Bolalarning o'rganishi va o'ynashi uchun qo'llab-quvvatlovchi / do'stona, xavfsiz va rag'batlantiruvchi mavzularni rivojlantirish muhiti bilan ta'minlash.** Bolalarga yo'naltirilgan o'quv dasturini, rejalarini, o'qitish usullarini jismoniy masofani hisobga olgan holda, xavfsizlikni isbotlagan profilaktika chorasi sifatida moslashtirish kerak. Biroq, bolalar o'rtasida xavfsiz masofani saqlash barcha sohalarda bolaning yaxlit rivojlanishiga hissa qo'shadigan asosiy kompetentsiyalarni, ijtimoiy ishtirokni, integratsiyalashgan ta'lim va o'yinlarni rivojlanishiga to'sqinlik qilmasligi kerak.
3. **Gigiena qoidalarini belgilash xatti-harakatlarni va amaliyotlarni** (*qo'l yuvish, yo'tal va aksirish paytida og'iz va burunni yopish; maktabgacha yoshdagi bolalar orasida jismoniy masofani saqlash*) o'quv dasturiga va kundalik muntazam ravishda kiritish orqali o'rnatish (*ushbu ko'nikmalar hayot davomida ularga foydali bo'ladi*).
Pedagog bolalar bilan qo'llarini to'g'ri yuvish, bu amaliyotni namoyish etish va kun davomida bolalar ushbu ko'nikmalarni amalda qo'llashlari uchun alohida vaqtni ajratishi kerak. (Pandemiya COVID-19 davrida MTT faoliyatini tashkil etish uchun vaqtinchalik sanitariya-gigiena talablari: "O'quvchilar/xodimlarning qo'llarini gigienik tozalash rejasi ishlab chiqiladi (har soatda sovun bilan yuvish yoki antiseptik spirtli eritmalar bilan tozalash, har bir ovqatdan oldin va keyin, hojatxonaga kirib chiqqandan so'ng, o'yinlardan so'ng va sayrdan kelgandan so'ng sovun bilan qo'llarni majburiy yuvish"). (2-ilova).
4. Bolalarga muayyan himoya choralari qo'llash va o'z sog'ligini ta'minlashda, shuningdek, tengdoshlar, pedagoglar, oila va jamoat sog'ligini ta'minlashda qanday rol o'ynashlarini tushuntirish uchun **o'quv mashg'ulotlaridan** foydalanish kerak. Nima uchun ba'zi o'yinchoqlar olib tashlanishini, derazalar tez-tez ochilib xonalarni ventilyatsiya qilinishi va hokazolar, toza havoda qanday o'yinlarni xavfsiz o'ynashlari mumkinligi bolalarga tushuntirilishi lozim. Tarbiyachi bolalarga atrof-muhit xavfsizligini nazorat qilishga yordam berishi kerak.

5. Bolaning uy izolyatsiyasidan maktabgacha ta'lim tashkilotiga yengil o'tishini ta'minlash uchun oilalar bilan hamkorlik va ochiq aloqalarni o'rnatish lozim. Vahima va qo'rquvni bartaraf etish, bolalarni MTTga kelishi va ketishining ijobiy jarayonini ta'minlash, shuningdek, uyda bolalar uchun zarur bo'lishi mumkin bo'lgan sog'liqni saqlash xavfsizligini ta'minlash uchun oilalar bilan ijobiy va ochiq muloqotni qo'llab-quvvatlash. Bunga oilalarni himoya qilish choralari to'g'risida xabardor qilish va ota-onalarni ushbu choralarni samarali amalga oshirishlarini jarayoniga jalb qilish kiradi.
6. **Maktabgacha ta'lim tashkilotlarining (MTT) xodimlarini tayyorlash va qo'llab-quvvatlash.** Maktabgacha ta'lim sifatini ta'minlash uchun MTT xodimlari va tarbiyachilariga professional yordam ko'rsatish. Ular sog'liqni saqlash sohasidagi moslashtirilgan ko'rsatmalariga rioya qilish va pedagogikani rivojlantirish bo'yicha ko'rsatmalar o'rtasida muvozanatni saqlashlari kerak. O'quv mashg'ulotlarini moslashtirishda amaliy yordam ko'rsatishni ko'rib chiqish, pedagoglar o'rtasida muntazam kuza-tishlarni tashkil etish, bu esa o'z tajribalarini almashish va muhokama qilish imkonini beradi.

1.2. MAKTABGACHA TA'LIMNING O'QUV DASTURLARI VA REJALARINI MOSLASHTIRISH

REJALASHTIRISH – maktabgacha ta'lim tashkilotlarida ta'lim-tarbiyaviy ishlar mazmunining asosi hisoblanadi. **O'quv-tarbiya faoliyati rejas**i bolalar bilan ishlashda asosiy hujjat bo'lib, muayyan vaqt davomida muayyan vazifalar, kontent, shakllar va ish uslublarini hamda pedagogning ta'lim-tarbiya jarayonida harakatlar ketma-ketligi algoritmini belgilaydi. (*"Ilk qadam" nomli davlat o'quv dasturi, 4.1-band. Talim-tarbiya faoliyatini rejalashtirish*).

Ta'lim tadbirlari rejasini tuzishda maktabgacha ta'lim tashkilotlarining pedagoglari quyidagilarga asoslanadi.

1. Erta va maktabgacha yoshdagi bolalarning rivojlanishiga davlat talablari.
2. Maktabgacha ta'lim tashkilotlari uchun "Ilk qadam" nomli davlat o'quv dasturi.

Talim-tarbiya faoliyatida rejalashtirishning quyidagi turlari ajratiladi:

- *yillik tematik;*
- *haftalik.*

Haftalik ish rejas

Rejalashtirishda ish ritmini belgilaydigan va bolani bir faoliyatdan boshqasiga yengil o'tishga yordam beradigan kun tartibini hisobga olish kerak.

"Bolalar uchun kun tartibi"ning rejalashtirilgan faoliyat va uning vaqti o'zgartirilishi mumkin. Masalan, agar pedagog guruhda ishlashni rejalashtirayotgan bo'lsa, lekin bolaning sog'lig'i xavfsizligi uchun u toza havoda o'tkazilishi mumkin. (*1-ilova*)

O'quv rejalarini moslashtirish, o'quv vazifasining mazmuni yoki murakkabligini o'zgartirmasdan, sharoit va talablarning o'zgarishiga qarab, moddiy ta'minot xususiyatini o'zgartiradi.

Bolalarning farovonligi va rivojlanishini ta'minlash bo'yicha tavsiyalar

a) Pandemiya davrida bolalarning bilim va ko'nikmalarini oshirish uchun o'yin shakllarini rivojlantirish uchun **kundalik muntazam / kun tartibini**, o'quv dasturini moslashtiring va ijodiy pedagogik yondashuvlardan foydalaning (*1-Illova*), masalan, koronavirus infeksiyasini oldini olish va tarqatish bilan bog'liq bolalar tajribasini oshirish uchun kichik loyihalar orqali o'qitish; bolalarni pandemiya, sog'liqni saqlash choralari haqida bilishlariga yordam berish uchun o'quv mashg'ulotlaridan foydalanish; bolalarni bilim va ko'nikmalarga ega bo'lish, qo'rquvni/stressni bartaraf etish va salomatlikni saqlashga yordam berish uchun xayoliy o'yinlardan foydalanish.

b) **Bolalar uchun qulay/do'stona, xavfsiz va rag'batlantiruvchi ta'lim muhitini ta'minlang.** Jamiyat tuyg'usini saqlagan holda, bolalar o'rtasida jismoniy (ijtimoiy) masofa kamida 1 metr bo'lishi uchun o'quv maydonini tashkil qiling. Kun davomida har 2 soatda xonalarni ventilyatsiya qiling (COVID-19 Pandemiya davrida maktabgacha ta'lim tashkilotlarining (MTT) tadbirlarini tashkil qilish uchun vaqtincha sanitariya-gigiena talablari);

Masalan: guruhda, o'yin maydonchasida, turli materiallardan (skotch, rangli doiralar, bolalar bilan yurish uchun tutqichli arqonlar va boshqalar)dan foydalanib, turish va o'tirish uchun bo'lgan joylarini belgilang; bolalarga har kuni ochiq havoda bo'lish, rivojlanish markazlarida toza havoda tabiiy muhitda o'yin o'ynash va turli tadbirlarni o'tkazish, imkoniyatini bering; ochiq joylarda ozod, kengaytirilgan va pedagogtomonidan boshqariladigan o'yinlarni qo'llab-quvvatlashni tashkil eting; bolalarni kichik guruhlarga bo'ling; **MTT ning boshqa guruhlari bilan aloqa o'rnatishga yo'l qo'ymang.**

c) **Mashg'ulotlarni va o'qitishni ochiq havoda tashkil qiling.** Toza havoda ta'lim (mashg'ulotlar va tadbirlar) ga o'tish uchun o'quv rejalari va kun tartibini moslashtiring. *Ochiq joylarda viruslarning konsentratsiyasi ancha past* va binoning tashqarisida bolalarni o'qitish *binoda ichidagi xonalarda o'qitishga qaraganda xavfsizroqdir.* "Yashil" bolalar bog'chalari; "Ekologik bog'lar"ning xalqaro tajribasidan va / yoki ularning ochiq havoda beriladigan ta'lim dasturlaridan foydalaning.

Masalan, tashqi uskunalar va tabiiy resurslarni o'quv materiallari sifatida (ochiq havoda to'garak o'tkazish, tabiatni o'rganish va h.k.) foydalanib, rivojlanish markazlarini tashkil eting, ochiq havoda jismoniy faollik bilan bolalarni tarbiyalashning integratsiyasini kengaytiring (avtomobil o'yinlari, raqs, sport mashg'ulotlari va h. k.).

d) Shaxsiy mashg'ulotlar va kichik guruhlarda bolalarni galma-galdan o'qitishni qo'llang. Shaxsiy ta'lim faoliyati va kichik guruhlardagi o'zaro ta'sirlar o'rtasidagi muvozanatni saqlang; individual va guruhdagi o'zaro ta'sirlarni birlashtirish uchun ijodiy yondashuvdan foydalaning (masalan, shaxsiy fikrlash / ish, keyin esa "do'stingizga ayting" shaklida ishlarni umumlashing).

e) **O'yin mashg'ulotlaridan foydalanishni davom etish,** ammo kerakli moslashuvlar bilan. Bolalarga stressni engish va sog'ligini saqlash uchun o'yinlardan foydalanish.

Har bir bola o'z vazifasini bajarishi mumkin bo'lgan o'yinlar va loyihalar mos keladi (o'z navbatida, birma-bir yoki ma'lum bir vaqt ichida)

Masalan, butun guruh bilan hikoya yarating: bolalar navbat bilan o'zlarining ijodlarini umumiy ta'surotga (syujetga) qo'shishadi va hokazo.

- e) Ijtimoiy masofa talablariga javob beradigan ijodiy va sport o'yinlari, qo'shiq aytish, shaxsiy san'at loyihalari va boshqalarga e'tibor bering; butun guruh uchun baland ovozda interaktiv o'qish va ko'ngilochar tadbirlardan foydalaning.
Masalan, pedagog ishtiroqida qo'g'irchoq teatri yoki yangi qo'shiqni o'rganish. (4-ilova).

1.3. MAKTABGACHA TA'LIM TASHKILOTLARIDA (MTT) O'QUV MATERIALLARIDAN XAVFSIZ FOYDALANISH

Virus, havoda tomchilar shaklida uchishi mumkin, masallan, kimdir kasal bo'lib, yo'talganda, aksirganda yoki biron bir narsaga, shu jumladan o'quv materiallari / o'yinchoqlarga tekkanda yuqishi mumkin. Shu sababli, "COVID-19 pandemias davrida maktabhacha ta'lim tashkilotlari (MTT) faoliyatini tashkil qilish uchun vaqtinchalik sanitariya-gigienik talablar" ga muvofiq o'yinchoqlarni dezinfektsiyalash va yuvish juda muhimdir.

- a) **Didaktik materiallar, o'yinchoqlarni qayta ko'rib chiqish.**

Tozalash va dezinfektsiyalash uchun qiyin bo'lgan o'yinchoqlar va materiallar olib tashlanishi shart. Bolalarga o'yinchoqlar va materiallarni og'ziga solmaslik kerakligini tushuntiring.

Masalan, o'yin mashg'ulotlari uchun bo'lgan (yumshoq, plyush, mato va boshqalar) murakkab dezinfektsiyali o'yinchoqlar/narsalarni olib tashlash kerak; bolalar kitoblari va boshqa qog'oz materiallari infeksiyani tarqatishga xavfi yuqori emas.

- b) *Har bir bola* uchun o'quv va ijodiy faoliyatda foydalanishi mumkin bo'lgan, qaychi, qalam va boshqa ish yuritish buyumlari bilan **maxsus belgilangan shaxsiy to'plamlarni yarating**. Bu individual ijodkorlikni rag'batlantirishning yaxshi usulidir. Bolalar kitoblari va boshqa qog'oz materiallari, masalan jurnallar, konvertlar va boshqalar infeksiyani yuqtirishda xavfli deb hisoblanmaydi va qo'shimcha tozalash yoki dezinfektsiyalash muolajalarini talab qilmaydi.
- c) Ishlov berish va dezinfektsiyalashdan oldin ***o'yinchoqlarni guruhlar o'rtasida aralash-tirmang.***

2-SESSIYA. OTA-ONALAR BILAN ALOQA O'RNATISH VA ULARNI QO'LLAB-QUVVATLASH

Maktabhacha ta'lim tashkilotlar (MTT) va oilalar o'rtasidagi mustahkam hamkorlik va kuzatuv kengashlarining samarali faoliyati orqali COVID-19 pandemiya davrida bolalarning farovonligi va rivojlanishini ta'minlashga ijobiy hissani qo'shadi.

Hamkorlik, har ikki tomonning huquq va majburiyatlari borligini, bir-birlarini vakolatli deb bilishini va bir-birlarini sherik sifatida qadrlashini anglatadi. Hamkorlik, pedagoglar o'zlari ishlayotgan oilalarning qadriyatlarini, hayot tarzi va xususiyatlarini tan olishlari va qadrlashlarini talab qiladi.

"Ilk qadam" maktabgacha ta'lim tashkilotining Davlat o'quv dasturida (2-bob, 5-band) ota-onalar bilan o'zaro munosabatlarning quyidagi shakllari ko'rsatilgan:

- *ota-onalarning maktabgacha ta'lim tashkilotiga bo'lgan umidlarini hisobga olish;*
- *ota-onalarga maktabgacha yoshdagi bolalarning rivojlanishi haqida ma'lumot berish;*
- *ota-onalarni ta'lim-tarbiya faoliyatida ishtiroki uchun jalb etish va ularning faol ishtirok etishlari;*
- *ota-onalarning maktabgacha tashkilot hayotida ishtirok etish tashabbusini qo'llab-quvvatlash.*

Pandemiyaning hozirgi epidemiologik, ijtimoiy-madaniy va iqtisodiy sharoitida MTTning oila bilan o'zaro munosabati, maktabgacha ta'lim tashkilotlari faoliyatini tashkil etish jarayonida kuzatuv kengashlarining faol ishtirokida bolalar xavfsizligi va sog'ligini saqlashni ta'minlash bo'yicha maktabgacha ta'lim tashkiloti faoliyatining muhim yo'nalishi hisoblanadi.

Ota-onalar bilan aloqa va muloqotni tashkil qilish bo'yicha tavsiyalar

- ***Ota-onalar va jamoatchilikni maktabgacha ta'lim tashkilotining qayta tiklash choralari to'g'risida xabardor qiling va oilalarda, mahallalarda sodir bo'lishi mumkin bo'lgan COVID-19 holatlari to'g'risida xabardor qilishda hamkorlik qilishni so'rang.*** Agar biron bir oila a'zosi COVID-19 alomatlari borligi haqida shubha qilinsa, bolani uyda qoldirib, MTTga xabar berishni iltimos qiling.
- ***COVID-19 alomatlari bo'lgan bolalar va maktabgacha tarbiya tashkilotlari xodimlari tomonidan "Agar o'zingizni yomon his qilsangiz, uyda qoling" degan siyosatiga rioya qilinishini ta'minlang.*** Iloji bo'lsa, uy sharoitida yordam berish yoki ruhiy-ijtimoiy yordamga muhtoj oilalarni yo'naltirish uchun hududiy sog'liqni saqlash muassasalari, oila va maktabgacha ta'lim tashkiloti o'rtasida aloqa o'rnatilishi kerak.
- ***Oila a'zolari va bolalar o'rtasida qo'rquv/vahima qo'zg'atmaydigan bolalarni qabul qilish va uyga jo'natishning aniq tartibini tayyorlang;*** bolalar maktabgacha ta'lim tashkilotida uzoq vaqt turgandan keyin ota-onalariga va pedagoglariga ishonishlari kerak. O'z-o'zini izolyatsiya qilganidan so'ng, erta yoshdagi bolalar uchun ta'lim markazining ostonasida yuzaga kelishi mumkin bo'lgan stress va qo'rquvni kamaytiring.

- **Guruhingizdagi bolalarni MTT hududiga kirishda qabul qilishni tashkil qiling.** Iloji bo'lsa, bolalarni qabul qilish va parvarish qilish vaqtida ota-onalar bilan ko'plab bolalarni to'planishini bartaraf eting. Buning uchun guruhlarga bolalarni qabul qilish va uyga jo'natish jadvalini tuzish tavsiya etiladi. Ideal holda, bolani muassasaga olib kelish va undan olib ketish uchun bir xil ota yoki ona/tayinlangan shaxs bo'lishi kerak.
- **Ota-onalar uchun axborot varaqasini yarating va ularga tanishtiring.** Oilalar COVID-19 bo'yicha epidemiologik vaziyatni hisobga olgan holda, bolalar MTT ga borish yoki bormasligi to'g'risida qaror qilishlari uchun, axborot varaqasida quyidagilar bo'lishi kerak: mintaqadagi epidemiologik vaziyatning asosiy tibbiy ko'rsatkichlari (COVID-19 belgilari), koronavirusning boshqa shaxslarga tarqalishini oldini olish bo'yicha bolalar va xodimlarni himoya qilish choralari.
- **Ota-onalarning farzandlari uchun stress va tashvishlarini kamaytirish uy va MTT o'rtasidagi uzluksizlikni ta'minlash uchun, aloqa va muvofiqlashtirish mexanizmlarini mustahkamlang,** ota-onalar bilan doimiy muloqotlar va o'zaro aloqalarni rivojlantiring; Ota-onalar, maktabgacha tarbiya tashkilotlari, klinikalar va mahallalar uchun foydali plakatlar va ko'rgazmali vositalardan foydalaning. Masalan, MTV va UNCIEF tomonidan ota-onalar uchun ishlab chiqarilgan videofilm, broshura, plakatlar va boshqalar.

3-SESSIYA. PEDAGOGLAR VA RAHBARLARNI DOIMIY QO'LLAB-QUVVATLASH

O'zbekiston maktabgacha ta'lim tashkilotlarning (MTT) faoliyatini qayta tiklamoqda. O'z-o'zini izolyatsiya qilish rejimidan maktabgacha ta'lim tashkilotlarini qayta tiklashga samarali o'tishning muhim qismi MTT xodimlari va rahbarlarini doimiy professional qo'llab-quvvatlanish kerak.

Maktabgacha ta'lim tashkilotlarida faoliyat yuritayotgan maktabgacha ta'lim tashkilotlari direktori, pedagogik, tibbiy va texnik xodimlar ishni qayta boshlashdan oldin yoki birinchi oy davomida o'qishdan o'tishlari kerak.

Xodimlar o'zlarini va bir-birlarini qanday himoya qilishni bilishlari uchun, ularni xabardor qilib turish kerak; COVID-19 infeksiyasining birinchi alomatlari haqida kimga / qaerga xabar berish kerak. Pandemiya davrida barcha MTT xodimlarining asosiy vazifalaridan biri bolalar uchun qo'llab-quvvatlovchi muhitni ta'minlash zarurati bilan amaliy va oqilona darajada ehtiyotkorlik bilan muvozanatni saqlashdir. Haddan tashqari gigiena muammolari bolalar uchun zararli bo'lishi mumkin va qo'rqinchli muhit kasallik xavfini oshiradi. Shuning uchun hamma harakatlarimizda sog'lom fikr bo'lishi lozim.

MTT direktorlari pedagoglarga bolalarning sog'ligiga va ularning har tomonlama rivojlanishiga, shuningdek, oilalarni qo'llab-quvvatlashga va ular bilan muloqot qilishga yordam beradigan hissiy jihatdan qulay moslashuvchan o'quv muhitini yaratishda doimiy yordam beradi. Bu jarayon hamma uchun oson bo'lmaydi va pedagoglar va ma'murlarning kuchli jamoaviy ishi muvaffaqiyatning muhim omilidir. .

3.1. MAKTABGACHA TA'LIM TASHKILOTLAR (MTT) XODIMLARINI O'QITISH VA QO'LLAB-QUVVATLASH

O'qitish bosqichlari:

- A. *Faoliyatini qayta tiklashdan oldin yoki uning birinchi oyi davomida dastlabki trening o'tkazish;*
- B. *Maktabgacha ta'lim tashkilotlar (MTT) ishining tiklanishidan 4-6 hafta o'tgach, keyingi qo'llab-quvvatlash ishlarini amalga oshirish;*
- C. *Zaruriyatdan kelib chiqib, 2 oydan song va undan keyin qo'shimcha munozaralar o'tkazish.*

A. Faoliyatni qayta tiklashdan oldin dastlabki trening

Maktabgacha ta'lim tashkiloti (MTT) direktori va xodimlari Maktabgacha ta'lim tashkiloti (MTT) faoliyati qayta tiklashdan oldin yoki faoliyatining birinchi oyi davomida dastlabki treningdan o'tishlari kerak. Ushbu trening qisqa davomiyligi bilan farq qilishi mumkin, ammo hech bo'lmaganda ushbu treningni mavzularini dastlabki qamrovni ta'minlashi shart.

Maktabgacha ta'lim tashkilotlari (MTT) direktorlari alohida o'quv mashg'ulotlari, onlayn guruhlar orqali pedagoglar uchun berilgan terna bilan bir xil tematik tarkibga ega bo'lgan qo'shimcha konsultatsiyalardan o'tishi kerak, ammo ma'muriy jihatlarni hisobga olgan holda.

Dastlabki trening davomida asosiy e'tibor zarur ma'lumot/ko'rsatmalar, tavsiyalar berishga, tegishli me'yoriy-huquqiy bazani o'rganishga qaratilishi mumkin.

B. Keyingi qollab-quvvatlash

MTT bolalar bilan ishlashni boshlaganidan so'ng, xodimlar, albatta, tajriba almashish, savollar berish va dasturlarni samarali tarzda moslashtirishga yordam beradigan qo'shimcha ma'lumot/tavsiyalar olish uchun qo'shimcha imkoniyatlarga muhtoj bo'ladi. Kontekstga qarab, keyingi o'qitish 4-6 hafta davomida belgilanishi mumkin. .

C. Qo'shimcha munozaralar

Qo'shimcha munozaralar 2 oy yoki undan keyingi davrlarda va kerak bo'lganda tezroq vaqtlarda o'tkaziladi. Keyingi sessiyalar xodimlar o'rtasida ma'lumot almashish uchun ko'proq vaqt ajratish va o'z ishlarida nima qilgan, ko'rgan va duch kelgan muammolar bilan bog'liq qo'llab-quvvatlash uchun murojaat qilish qobiliyatiga ega bo'lishi mumkin. Buning uchun turli xil raqamli yondoshuvlar (onlayn ta'lim) ishlatilishi mumkin.

3.2. O'QITISH USULLARI

Xodimlar aniq ma'lumotlarga, shuningdek o'zlarining tashvishlari va muammolarini muhokama qilish imkoniyatlariga muhtoj bo'ladilar. Ushbu ehtiyojlar usullarning muvozanatini talab qiladi, jumladan, o'quv qo'llanmalari, videokonferentsiyalar, byulletenlar Internetda yoki MTT veb-saytida yuklab olish, mini-ma'ruzalar, ko'rgazmali namoyishlar, videolar, interfaol onlayn suhbatlar, juft muhokamalar va fikrlash uchun savollar xodimlarga murakkab muammolarni o'rganishga yordam berish uchun mo'ljallangan. Buning uchun turli xil raqamli yondoshuvlardan foydalanish mumkin.

3.3. ISH XAVFSIZLIGINI TA'MINLASH

Sog'lom hayot tarzi va gigiena bo'yicha **doimiy** mashg'ulotlar va xodimlarni **har kuni** qo'llab-quvvatlash (*masalan, tozalash usullari; niqoblar taqish va qo'llarni yuvish; bolalarga yangi gigiena qoidalari haqida ma'lumot berish*).

Ovqat tayyorlash va xizmat ko'rsatishda xavfsizlik va gigiena. Oziq-ovqat bo'limi ishchilari uchun tegishli xavfsizlik choralarini ko'rish; ovqat tayyorlashga mas'ul bo'lganlar uchun doimiy eslatmalar. Ovqatlanish paytida xavfsiz masofani ta'minlash; bolalarga oziq-ovqat bilan bo'lishmasligini eslatish va h.k.

Kasal bolalar va xodimlarga nisbatan munosabat, kasal bolalarni aniqlash va izolyatsiya qilish tartib-qoidalarini bilish; buxgalteriya hisobi, xodimlarni alomatlarini qanday nazorat qilish haqida xabardor qilish; kasal xodimlarni almashtirish sxemasi mavjudligi; bola kasal bo'lib qolgan holatlar uchun tartib-qoidalarini o'rnatish va boshqalar.

Maktabgacha ta'lim tashkilotlar (MTT) xodimlarini o'qitish va qo'llab-quvvatlashni tashkil etish bo'yicha tavsiyalar

- Yoshi katta yoki surunkali kasalligi tufayli katta xavfga ega bo'lgan maktabgacha ta'lim tashkilotlari (MTT) xodimlari va bolalarini himoya qilish uchun me'yoriy bazani ko'rib chiqing, yo'q bo'lgan pedagoglarni almashtirish rejasi va imkon qadar, individual

sharoitlarni hisobga olgan holda maktabgacha ta'lim tashkilotlariga borolmaydigan bolalarni qo'llab-quvvatlash uchun masofaviy o'qishni davom ettirish rejalari bilan tanishib chiqing. Ta'til berishda moslashuvchan amaliyot imkoniyatlarini muhokama qilish kerak.

- Maktabgacha ta'lim tashkiloti (MTT) xodimlarini "COVID19 Pandemiya davrida maktabgacha ta'lim tashkiloti faoliyatini tashkil etish uchun vaqtincha sanitariya-gigiena talablari" da ko'zda tutilgan gigiena qoidalarini va xavfsizlik choralariga rioya qilishga o'rgatish; agar kerak bo'lsa, MTT ishchilari sonini ko'paytirish kerak. Texnik xodimlar dezinfektsiya tadbirlarini o'tkazish bo'yicha o'qitilishi kerak.
- Pedagoglarga o'quv dasturining samarali moslashuvi va bolalarning kundalik muntazamligini ta'minlash, shu jumladan, guruhdagi barcha o'yinlar va mashg'ulotlar qanday amalga oshirilishini, toza havoda mashg'ulotlar qanday o'tkazilishini va hokazolarni qayta ko'rib chiqish; (1,4-ilova)
- Kerak bo'lsa, bolalar uchun psixologik sog'liqni saqlash va psixo-ijtimoiy qo'llab-quvvatlash bo'yicha pedagoglarni tayyorlashni ta'minlash. Pedagoglarga bolalarning ko'pchiligi kattalar kabi hayajon va qo'rquv holatida ekanligini va dastlabki bosqichda o'tish qiyin bo'lishini tushunishga yordam berish. Trening pedagoglarning bolalarning maktabgacha ta'lim tashkilotidagi asosiy ijtimoiy va hissiy ehtiyojlarini qondirish qobiliyatini sezilarli darajada yaxshilaydi.
- Pedagoglar yoshga bog'liq bo'lgan xatti-harakatlar va kognitiv o'zgarishlarni aniqlash va yosh xususiyatlarini hisobga olgan holda tegishli qo'llab-quvvatlashni ta'minlash uchun o'qitilishi lozim.
- Xodimlarga o'z sog'ligini va bola salomatligini nazorat qilish, shuningdek, COVID-19 oldini olish bo'yicha tavsiyalarga (shu jumladan, ijtimoiy masofaga rioya qilish va shaxsiy himoya vositalaridan foydalanish) rioya qilish mas'uliyatini o'rgatish.
- Pedagoglar va xodimlar bilan doimiy aloqada bo'ling va ularning ruhiy salomatligi va psixo-ijtimoiy ehtiyojlarini qo'llab-quvvatlang.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

1. 2019 yil 17 dekabrda ZRU-595 "Maktabgacha ta'lim va tarbiya to'g'risida"gi qonun.
2. O'zbekiston Respublikasining erta va maktabgacha yoshdagi bolalarini rivojlantirishga qo'yiladigan davlat talablari. Toshkent 2018-y.
3. "Ilk qadam" nomli maktabgacha ta'lim tashkilotlari uchun davlat o'quv dasturi. 2018-y. Grosheva I., Evstafieva L., Maxmudova D., Nabixanova Sh., Pak S., Djanpeisova G., Isxakova M.
4. SanPiN 0355-18 "O'zbekiston Respublikasida maktabgacha ta'lim tashkilotining tarkibi, tuzilishi va ishlash tartibi uchun sanitariya-gigiena talablari"
5. SanPiN0355-18-ga kiritilgan qo'shimchalar "COVID-19 Pandemiya davrida O'zbekiston Respublikasida maktabgacha ta'lim tashkilotlarining mazmuni, joylashishi va ishlashi uchun sanitariya-gigiena talablari".
6. Guidance for Re-Opening of Preschools and Kindergartens post-COVID-19
<https://www.unicef.org/romania/media/2616/file> ;
7. Framework for reopening schools, April 2020
<https://www.unicef.org/media/68366/file/Framework-for-reopening-schools-2020.pdf>

TO'LIQ KUNLIK BOLALAR GURUHIDA KUNDALIK TARTIBNI MOSLASHTIRISH

Maktabgacha ta'lim tashkiloti bolalarning tashkilotda o'tqizadigan soatlari soniga qarab va "COVID-19 pandemiya davrida maktabgacha ta'lim tashkilotlari faoliyatini tashkil etish uchun vaqtinchalik sanitariya-gigiena talablariga" muvofiq kun tartibini ishlab chiqishi mumkin.

Maktabgacha ta'lim tashkilotlarida muayyan faoliyat turlari uchun vaqtni taqsimlash ("Ilk qadam" nomli davlat o'quv dasturi)

Kun tartibi vaqtini faoliyat turlari bo'yicha taqsimlash (%) "Ilk qadam" nomli davlat o'quv dasturi 2-ilova				COVID-19 pandemiyasi paytida maktab- gacha ta'limni qayta tiklash uchun tavsiya etilgan joy
Faoliyat turlari	To'liq kunlik guruhi	Qisqa vaqt qolish guruhi	O'tkazilish joyi ("Ilk qadam" nomli davlat dasturi)	
Bolaning maktabgacha tashkilotda qolish vaqti	9-12 soat	3-4 soat		
O'yin - ta'lim faoliyati	kamida 43%	kamida 43%	Guruh xonasida	Guruh xonasida / ochiq havoda
Kunduzgi uyqunini hisobga olmagan holda	kamida 15%	-	Guruh xonasida	
Kunduzgi uyquni hisobga olgan holda	38%	-	Guruh xonasida	
Bolalarning ovqatlanishi		-	Guruh xonasida	Guruh xonasida
Bolalarni toza havoda bo'lishi	kamida 38%	kamida 49%	Ochiq havoda	Ochiq havoda
Mustaqil o'yin faoliyati	kamida 24%		Ochiq havoda	Ochiq havoda
Sog'lom hayot tarzini shakllantirish (sanitari- ya-gigiena ko'nikmalari)	kamida 20%		Sanitariya xo- nasida / ochiq havoda	Sanitariya xo- nasida / ochiq havoda
Ota-onalarga ma'lumot berish	kamida 3%	kamida 8%	Guruh xonasida	Ochiq havoda

Eslatma:

1. Maktabgacha ta'lim tashkiloti imkoniyatlari, bolalar ehtiyojlari va mintaqaning epidemiologik muhitiga asoslangan holda faoliyat vaqtining foizini va joyini o'zgartirishi mumkin.
2. Kuning vaqtinchalik rejimi maktabgacha ta'lim tashkilotining pedagogik kengashining qarori bilan ma'lum vaqt davomida COVID-19 pandemiyasi sharoitida tasdiqlanadi.

MISOL: TO'LA KUN GURUHI BOLALARI UCHUN KUN TARTIBI

"Ilk qadam" nomli dasturi asosida kun tartibi	O'tkazilish vaqti	Pandemiya davri davomida MTT larining faoliyatini qayta tiklash jarayonida kun tartibi bo'yicha harakatlar algoritmi	Maktabgacha ta'lim tashkilot (MTT) xodimlarining majburiyatlari
1. Bolalarni qabul qilish, mustaqil tadbirlar, o'yinlar, ertalabki mashqlar	7.00 – 8.30	Maktabgacha ta'lim tashkilotiga kirishda bolalarni kelish va ketish jadvaliga muvofiq bolalarni qabul qilish qat'iy hushiraning ishtirokida amalga oshiriladi.	Quyidagilarni chizish va devolda joylashtirish: ■ Bolalarning kelishi va ketish jadvali; ■ Bolalarni qabul qilish uchun pedagoglar va ularning guruh yordamchilarining navbatchilik jadvali
		Ota-onalar nazoratida kontaktsiz infraqizil termometrlardan foydalangan holda ertalabki filtr harakatlarini o'tkazish Hamshira ertalabki filtr harakatlarini o'tkazadi COVID-19 tarqalishining oldini olish profilaktikasi sharoitida maktabgacha ta'lim tashkilotida bolalarni ertalabki filtrlash reestriga ro'yxatdan o'tkazish. Bolaning qo'llarini antiseptik eritma bilan yuvish. Filtrlashdan so'ng navbatchi pedagog bolani guruhga olib boradi.	Bolaning haroratini kontaktsiz o'lchash uchun infraqizil termometrlarni (iloji bo'lsa maktabgacha ta'lim tashkilotidagi har guruh uchun bitta termometrni) ta'minlash. Ota-onalar bilan suhbatlashish va quidagilarni bilish: 1) Bola MTTdan tashqarida kim bilan aloqada bo'lgan? 2) Uydin MTTga chiqishdan oldin, kechasi va ertalab bola o'zini qanday his qilgan? 3) Uyda bemor yoki kasal odamlar bilan aloqada bo'lgan odamlar bormi? Tarbiyachi ota-onalar bilan uzoq muddatli muloqotdan saqlanishi va maktabgacha yoshdagi bolaning sog'ligi haqida standart savollar bilan cheklanishi kerak. Ertalab filtr paytida bolalar va ota-onalarning to'planishiga yo'l qo'ymaslik. Bolalarni spirtli antiseptiklar bilan ta'minlash.
		Bolalar niqoblarini echib olishadi, kiyim va poyafzallarni almashtirishadi. Gigiena protseduralari: tarbiyachi yordamchisi nazodati ostida kamida 20 soniya davomida qo'llarni yuvish.	Bir marta ishlatiladigan bolalar niqoblarini utilitatsiya qilish. Bolalar/xodimlarning qo'llarini gigienik tozalash jadvalini ishlab chiqish.

1.	Bolalarni qabul qilish, mustaqil tadbirlar, o'yinlar, ertalabki mashqlar	7.00 – 8.30	Tarbiyachi guruhda / maydonchada filtrlashdan o'tgan va qo'lari tozalangan bolalar bilan ishlaydi. Ertalabki yig'ilish – bolalar bilan kontaktiz salomlashish (bosh iring'atish, depsinish, qo'lni silkish va h.k.). Ertalabki gimnastika	Qo'llarni sovun bilan yuvish yoki antiseptik spirtli eritmalar bilan har soatda va boshqa ko'rsatmalarga binoan tozalash. Ishonchli munosabatlarining muhitini yaratish, har bir bolaga psixologik qulaylik va kunga ijobiy hissiyotlar bilan kiritish. Turli yoshdagi bolalarni kontaktiz salomlashishi uchun mashqlar to'plamini ishlab chiqish Nafas olish mashqlarini o'z ichiga olgan ertalabki gimnastika kompleksini ishlab chiqish. Ertalabki mashqlar paytida kamida 1 m masofada bolalarning fiziologik distansiyasini ta'minlash. Boshqa guruhlar bilan aloqa qilishga yo'l qo'ymang !
2	Nonushtaga tayyorgarlik ko'rish, Nonushta	8.20- 8.50	Bolalar guruhga kiradilar. Gigiena protseduralari: tarbiyachi va uning yordamchisi nazorati ostida kamida 20 soniya davomida qo'l yuvish. Xonani / ovqatlanish joyini tayyorlash, zararsizlantirish, havosini alishtirish Bir vaqtning o'zida bitta stolda o'tirgan bolalar sonini kamaytirish.	Har ovqatdan oldin va keyin 20 soniya davomida qo'llarning sovun va suv bilan yuvilishini ta'minlash. Bolalarni qo'llarini yuvishga o'rgatish. Xodimlar o'rtasidagi aloqani cheklash uchun ovqatlanish bo'limidan ovqatni qabul qilish jadvalini tuzish. Ovqatlanish stollari orasida kamida 1 metr masofani ta'minlash. Har ovqatdan keyin xonada nam tozalashni amalga oshirish va xonani ventilyatsiya qilish.
3	Mustaqil faoliyat, o'yinlar	8.50 – 9.00	Bolalarning rivojlantirish markazini tanlash, darsga tayyorgarlik.	Rivojlanish markazining o'quv maydonchasiga chiqish xavfsizligini ta'minlash. Boshqa guruhlar bilan aloqa qilishdan saqlanish! Shaxsiy o'yinlarni va mustaqil mashg'ulotlarni tayyorlash.

4	O'yin-tarbiyaviy tadbirlar	9.00 – 10.50	Ertalabki to'garak - masalan: "COVID-19" mavzusidagi bolalar bilan suhbat, guruh yangiliklarini muhokama qilish, masofada o'tkaziladigan o'yinlar. Qo'llarni qanday yuvishni o'rganish va qo'llarni yuvish haqida qo'shiqni yodlash (3-illova), aksirish va yo'talish paytida xatti-harakatlar (<i>plakat, namoyish</i>) va boshqalar. Bolalarni shaxsiy tanlovi bo'yicha rivojlanish markazlariga bo'lib qo'yish. Rivojlanish markazlari individual mashg'ulotlar va kichik guruhlarda (2-3 bola) mashg'ulotlarni o'tkazishga imkon beradi, kichik guruhlarda mashg'ulotlar paytida qo'llarni antiseptik bilan tozalash qo'llaniladi.	O'quvchilar / ishchilar uchun gigiena qoidalarini amaliyoti (shu jumladan qo'llarni yuvish, yo'talish va aksirish paytida og'iz va burunni yopish, yuzga tegmaslik) haqida o'yin tarziga asoslangan qisqa o'qitish kursini ishlab chiqish. Rivojlanish markazlarini maydonchasida (guruh gilamida), iloji bo'lsa, bir-biridan (kamida 1,0 metr masofasida) joylashtirish lozim. Jismoniy tarbiya mashg'ulotlar uchun ochiq sport maydonchasidan foydalanish. Qo'l uchun sanitariya vositasi bilan ta'minlash.
			Xavfsiz, do'stona va rag'batlantiruvchi ta'lim muhiti bilan ta'minlash.	Imkon qadar bolalarning ochiq havoda bo'lishini maksimal darajada ta'minlash. Dezinfektsiyalash mumkin bo'lmagan (mato, plush) didaktik material / o'yinchoqlarni ishlatishdan olib tashlash. Dezinfektsiya qilinishi mumkin bo'lmagan jihozlar / buyumlardan foydalanadigan ishlarni qilmang (masalan, yumshoq o'yinchoqlar, iplar bilan o'ynash). O'yinchoqlar / anjomalarni har bir ish kunining oxirida dezinfektsiyalanishini ta'minlash.
			Mashg'ulotlar kunlik ish rejasini hisobga olgan holda bir vaqtning o'zida 2 - 5 rivojlanish markazlarida tashkil etilishi kerak .	O'yin maydonchalarining butun maydoni muayyan tematik zonalarga / markazlarga bo'linishi kerak (qurilish va dizayn, rolli o'yinlar va dramatisatsiya, til va nutq, fan va tabiat, san'at, musiqa va ritm).

4	Игровая и образовательная деятельность	9.00–10.50	Bir kichik guruh o'yin maydonchasida tarbiyachi bilan o'ynaydi, ikkinchi kichik guruh esa defektolog yoki muzika pedagogi, jismoniy tarbiya pedagogi / psixolog bilan birgalikda kunning o'quv dasturiga muvofiq vazifalarni bajaradilar.	Pedagoglar (defektolog, psixolog, muzikapedagogi, jismoniy tarbiya pedagogi) o'zaro hamkorlik rejasi doirasida mashg'ulotlarni toza havoda o'tkazadilar. Kichik guruhlarda ishlaganilgandan so'ng, bolalar va xodimlarning qo'llarini antiseptik bilan tozalashini ta'minlash. Boshqa guruh pedagoglarining tashriflari va ularning o'zaro aloqalariga yo'l qo'ymaslik!
5.	O'yinlar, mustaqil faoliyat	9.40-10.00	Ijodiy pedagogik o'yin asosida o'qitish usulidan foydalanish (masalan, bolalarga pandemiya, kasalliklarning oldini olish va ularning sog'liqni saqlashdagi o'rni haqida ma'lumot olishga yordam beradigan o'quv lahzalaridan foydalanish).	Gigiena ko'nikmalarini rivojlantirish uchun o'quv dasturlarini moslashtirish (qo'l yuvish, nafas olish gigienasi qoidalarini boshqalar). O'yinlar va loyihalar har bir bola o'z shaxsiy hissasini qo'shishi uchun moslashtirilishi kerak (ketma-ket, birmabir) – masalan, butun guruh hikoya, jamoaviy ish yaratish mumkin: bolalar navbatma-navbat o'zlarining ijodlarini umumiy rasmga yoki applikatsiyaga qo'shishadi va h.k.
			Mashg'ulotlardan so'ng bolalarga ozod tarzida o'ynash uchun vaqt beriladi. O'yinlarni o'tkazishda, bolalar o'rtasidagi munosabatlarni ta'minlash va masofani saqlash uchun guruh bolalari 2-3 boladan iborat kichik guruhlariga bo'linadilar.	Bolalar va / yoki xodimlar o'rtasida yaqin jismoniy aloqani o'z ichiga olgan faoliyat va o'yinlarni cheklash. (Kurash, jang o'yinlari va boshqalar) Shaxsiy o'yinlarni va mustaqil mashg'ulotlarni tayyorlash va moslash.
			Bolalar ta'limi ochiq havoda jismoniy faoliyat bilan integratsiyasini kengaytirish	Avtomobil o'yinlari, raqslar, sport o'yinlari, musiqa terapiyasi, relaksatsiya, teatr tomoshalari, asfaltida o'yinlar va boshqalardan foydalanish. Turli guruhlardagi bolalar o'rtasida muloqotga yo'l qo'ymaslik.

6.	Sayrga tayyorgarlik, sayr qilish	10.00 – 12.00 .	Tabiiy hodisalarni kuzatish. Faol o'yinlar. Harakatlarni, jismoniy ko'nikmalarni rivojlantirish bo'yicha bolalar bilan individual ish. Ichimlik rejimiga rioya qilish. Ba'zilar uchun kop-tokni nishonga otish o'yinini tashkil qilish, boshqalar uchun – muvozanatdagi mashqlar, uchinchilar uchun – ko'pik ustidan sakrab o'tish, to'siqlardan o'tish va boshqalar.	Tashqaridagi anjomalarni va tabiiy resurslardan o'quv materiali sifatida, tabiatni o'rganish uchun foydalaning va h.k. Ichimlik suvi zahirasini ta'minlashga e'tibor berish. Ichimlik suvi gigienasini ta'minlash lozim, individual yoki bir marta ishlatiladigan stakanlarni ishlatish tavsiya qilinadi Bolalar kunlik suv olishning kamida 70% iste'mol qilishlari kerak, issiq havoda ichishga bo'lgan ehtiyoj ortadi. Yurish paytida turli guruhlardagi bolalar o'rtasidagi muloqotga yo'l qo'ymaslik. Har kuni, ish kunining oxirida ko'chma jihozlar, o'yinchoqlar axloqsizlik, qumdan tozalanishi, zararsizlantirilishi, quritilishi va chang va namlik olish imkoniyati cheklangan maxsus joyga olib borilishi kerak.
7.	Yurishdan qaytish, o'yin	12.00 – 12.20 .	Gigiena protseduralari (bolalarning qo'l yuvishi, cho'milishi). Har bir bolani alohida-alohida band qiling (individual harakatlar uchun bo'yoq kitoblarini berish va hokazo).	Sayrdan so'ng, bolalar guruhga qaytadilar. Gigiena tadbirlarini o'tkazadilar (qo'lni yuvish).
8.	Tushlikka tayyorgarlik, tushlik	12.20 – 12.50 .	Ovqatlanish uchun xonani / joyni tayyorlash (tozalash, bolalar kelishidan oldin honalarni shamollatish). Bir vaqtning o'zida bitta stolda o'tirgan bolalar sonini kamaytirish..	Guruhlar jadvali yoki umumiy ovqatlanish bo'limining kelishilgan shakllari bo'yicha ovqatni qabul qilish. Ovqatlanish stollari orasidagi masofa kamida 1,0 metr bo'lishi kerak. Har ovqatdan keyin tozalash vositalari bilan nam tozalashni amalga oshirish.

9.	Uyqu vaqtiga tayorgalik ko'rish, kunduzgi uyqu vaqti yoki uyqusiz vaqt. Bo'sh vaqt faoliyati	12.50 – 15.00 .	Uyquga tayyorgarlik. Uyqu vaqti Yotoqxonada bir biriga yaqin joylashgan bolalar sonini kamaytirish.	Tarbiyachi bolalar bilan yotoqxonada turadi Yotoq xonalarni tayyorlash: Bolalar orasidagi masofa kamida 1 m bo'lishi lozim (variantlardan biri bolalarni shaxmat taxtasi shaklida joylashtirish).
10	Tetiklantiruvchi gimnastika, havo va suv protseduralar	15.00 – 15.10 .	Uyqudan keyin o'tkaziladigan gimnastika nafas olish mashqlarini o'z ichiga oladi	Bolalarning bosqichma-bosqich uyg'atish. Uyqudan keyin mashqlarni, shu jumladan nafas olish mashqlarini bajarish.
11	Tushdan keyin choyga tayorgarlik ko'rish	15.15 – 15.30 .	Tushdan keyingi ovqatdan oldin, hamma uyqu vaqtidan song tayyor bo'lgunga qadar, siz har bir bolani har qanday markazda individual faoliyat bilan band qilish uchun bo'yoq kitoblarni va hokazolarni berishingiz mumkin.	Belgilangan holda individual (bolaning fotosurati / ismi / belgisi va boshqalar bilan) kantseyariya uskunalari paketi yoki konteynerlarni tayyorlash.
12	Qo'shimcha ta'lim	15.30 – 16.30 .	Poldnikdan keyin bolalar sayrga chiqishadi, Badiiy adabiyotni o'qish, mustaqil o'yin faoliyati.	Qahramonlar kasal bo'lgan, ammo oxir-oqibat tuzalib ketgan haqida suhbatlar o'tkazish, kitob o'qish yoki multfilmnlarni tomosha qilish: "Etti rangli gul", "Aibolit", "Prostokvashinodan uchta do'st", "Emlashdan qo'rqqan gippopotam", "Tari qush" (tishlarini yuvmagan timsoh haqida), "Kirpi va salomatlik" Smeshariklar, "Yashil Leopard" Viktor Dragunskiy Bolalar aralash guruhlari uchun qo'shimcha ta'lim berilishi ta'qiqlanadi
13	Sayr, mustaqil o'yin faoliyati	16.30 – 17.45 .	Bolalar ta'limi ochiq havoda jismoniy faoliyat bilan integratsiyasini kengaytirish	Avtomobil o'yinlari, raqslar, sport o'yinlari, musiqa terapiyasi, dam olish, teatrlashtirilgan tomoshalar, asfaltida o'yinlar, kvestlar va boshqalardan foydalanish. Qo'lni yuvish. Turli guruhlardagi bolalar o'rtasida muloqotga yo'l qo'ymaslik.

14	Bolalarning uyga tarqatilishi	17.45 - 18.00	Kechqurungi yakunlarni yasash (bolalar bilan o'tilgan mavzuni muhokama qilish, ular nimani o'rganganlari, nimasi qiziq bo'lganligi; yangi loyiha uchun mavzuni tanlash, ertaga nima qilishlari to'g'risida gaplashish, faoliyat markazlarini tanlash) Ota-onalar / vasiylar ishtirokida kechki filtr.	Ota-onalar oldindan qo'ng'iroq qilishlari kerak, shunda tarbiyachi bolani tashqariga olib chiqishi mumkin. Tarbiyachi bolani ota-onasiga olib ketgan vaqtda, tarbiyachi yordamchisi qolgan bolalar bilan o'yin maydonchasida qoladi. Kontaktsiz haroratni o'lchash. COVID-19 ning tarqalishi kontekstida maktabgacha yoshdagi bolalar uchun filtrlash jurnalida ro'yxatdan o'tish.
15	Ish kunining tugashi		Maktabgacha ta'lim tashkiloti hududidagi guruhlar va o'yin maydonchalarini tozalash va zararsizlantirish ishlari har ish kunining oxirida tashkil etiladi.	

QO'LLARNI YUVISH KO'NIKMALARNI RIVOJLANTIRISH UCHUN PLAKAT VA QO'SHIQMISOLI

Qo'l yuvish... Qo'l yuvish... Bu juda ham zarur ish!



1

Sovun, sovun, sovuncham,
Yuvgin, yaxshilab qo'lcham.



2

Barmoqchamni, ko'p, ko'p ko'p
Ko'pirtirgin xo'p, xo'p, xo'p



3

Boshlagin boshmoldoqdan
Tugatgin jimjiloqda.



4

Jildir-jildir oqqan suv
Qo'lchalarim chaygin, yuv.



5

Yumshoq, momiq sochiqcha
Qo'lim art quriguncha



6

Mana, bo'ldi top-toza
Mendan oling andoza

Qo'llarni yuvish qo'shig'i:

«Qo'l yuvish»

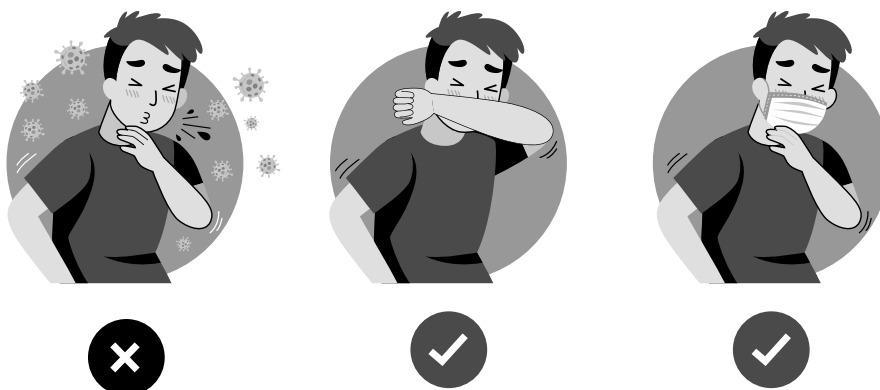
Qo'l yuvish, Qo'l yuvish bu juda ham zarur ish !
Sovun, sovun, sovuncham! Yugim yaxshilab qo'lcham.
Barmoqchamni ko'p, ko'p, ko'p. Ko'pirtirgin ho'p, ho'p, ho'p!
Boshlagin boshmoldoqdan, tugatgin jimjiloqda .
Jildir, jildir oqqan suv. Qo'lchalarim chaygin, yuv!
Yumshoq, momiq sochiqcha. Qo'lim art quriguncha
Mana, bo'ldi top-toza. Mendan oling andoza.

MISOLLAR: BOLALARNI GIGIENA O'QITISH UCHUN PLAKATLAR

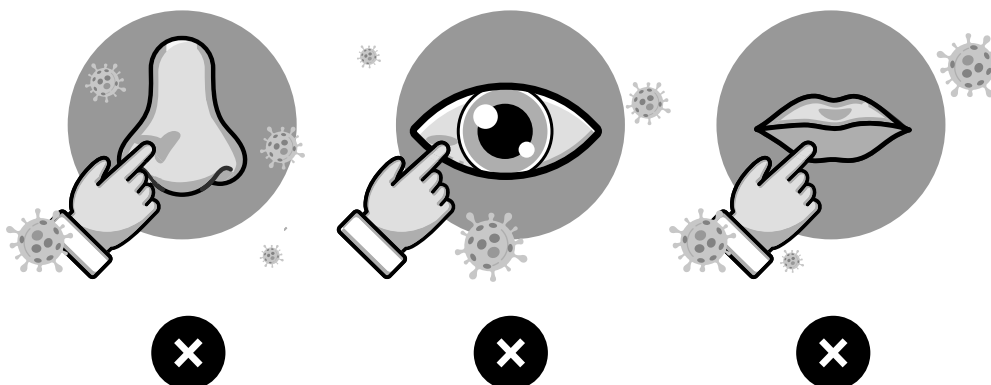
QO'LLARNI TO'G'RI YUVAMIZ



TO'G'RI AKSIRISH VA YO'TALASH



QO'LLAR BILAN TENGMANG!



MOSLASHTIRILGAN O'YINLARNING MISOLLARI

1. KONTAKTSIZLI SALOMLASH

MTT da KONTAKTSIZLI SALOMLASH



Ko'krakka qo'l



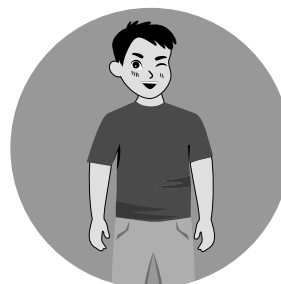
Qo'l siltang



**Bir-biriga
ta'zim**



Raqs



Ko'z kisish

SOG'LIQNI SAQLASH UCHUN BOSHQALAR BILAN QANDAY SALOMLASHIMIZ KERAK?

Siz maktabgacha ta'lim tashkilotingizda bo'lganingizda, kimdir salomlashish uchun kelsa, ularga tegmasdan qo'lingizni silkitishingiz mumkin. Imo-ishora va tabassum bilan so'zlasangiz, salomingiz yanada yoqimli bo'ladi!

Sizning ertalabgi salomlashingiz she'rlar va harakatlar bilan birga bo'lishi mumkin.

Keling, xursand bo'laylik. Quyosh va qushlardan zavqlanaylik
(bolalar qo'llarini ko'tarishadi)

Va shuningdek, biz tabassum qilgan chehralardan xursand bo'laylik
(bir-birlariga tabassum qilishadi)

Va bu sayyorada hamma yashovchilarga, (yelkalarni qisishadi)
"Xayrli tong!" deymiz birgalikda (qo'llarini bir-birlariga silkitishadi)
"Xayrli tong!" – onam va dadam, "Xayrli tong!" – biz bilan qoladi.

Bolaning his-tuyg'ularini va kayfiyatini ko'tarish uchun ushbu so'zlardan keyin, tarbiyachi tomonidan oldindan tayyorlangan kontaktsiz eksperimentdan foydalanish mumkin. Qog'oz salfetkaning yarmida, tabrik so'zlaridan: qalam bilan quyoshni yoki qushlarni yoki quvnoq yuzlarni chizish mumkin. Rasm salfetkaning ikkinchi yarmi bilan yopilgan. Bola har qanday salfetkani tanlaydi (u rasmni ko'rmaydi), salfetkani suvga tushiradi va rasm suvda ko'rinadi.

II. GIGIYENA MAHORATINI RIVOJLANTIRISHGA QARATILGAN O'YINLAR

"Qo'lingizni yuving" o'yini

Maqsad: bolani qo'llarini yuvishga o'rgatish.

Uskunalar: rezina quyon (yoki dezinfeksiya qilinishi mumkin bo'lgan bolaning boshqa sevimli o'yinchog'i).

Dars jarayoni: pedagog bolaga murojaat qiladi: "Biz sayrdan keldik, qo'llarmizni yuvishimiz kerak. Quyuncha biz qo'limizni yuvishimizni tomosha qiladi". Pedagog o'yinchoqni lavaboning chetiga qo'yadi va bolaga oqayotgan suv ostida qo'l yuvish harakatlarining ketma-ketligini ko'rsatadi. Pedagog o'z harakatlarni takrorlashga bolani taklif qiladi. Jarayon oxirida pedagog, quyon yoki bolaning boshqa sevimli o'yinchog'i nomidan bolani maqtaydi.

"Suvcham, suvcham!" oyini

Maqsad: o'z-o'ziga xizmat qilish qobiliyatini rivojlantirishda mustaqillik istagini rivojlantirish.

Uskunalar: ikkita qo'g'irchoq.

O'yin jarayoni: pedagog bolalarga ikkita qo'g'irchoqni ko'rsatadi va qo'g'irchoqlar kechki ovqatni xohlashlarini aytadi, lekin qo'g'irchoqlarning qo'llari va yuzlari iflos bo'lganini bolalarga bildiradi. Keyin so'raydi: "Biz nima qilishimiz kerak? – Biz qo'g'irchoqlarni qo'llarini yuvishimiz kerak! Keling, suvga iltimos qilamiz: Suv, suv, yuzimni yuving, shunda ko'zlarim porlaydi, yonoqlarim qizarib, tish tishlaydi va og'izim kuladi!"

Kechki ovqatdan oldin bolalarga qo'g'irchoqlarni qo'llarini va yuzini qanday yuvish kerakligini ko'rsatib beradi. Bundan tashqari, u bolalar bog'chasining "Suvcha, suvcha!" qofiyasini takrorlab, qo'llarini va yuzlarini yuvishga taklif qiladi. Pedagog uchun qo'lni yuvish talablarga muvofiq va kamida 20 soniya davomida bajarilishini ta'minlash juda muhimdir

(Masalan: 3-4 yoshli bolalar bilan barmoqlarni sanab chiqing, 4-5 yoshdagi bolalar bilan 10gacha va 10dan 1gacha sanang, katta yoshdagi bolalar va tayyorgarlik guruhlarida 20 gacha sanag; shu mavda qo'shiq kuylash yoki so'z o'yinlarini o'tkazishingiz mumkin).

"Qayiq yasaylik" o'yini

Maqsad: Bolalarni qo'llarini yuvishda ketma-ketlik harakatlarni qilishga o'rgatish (20 soniya).

Darsning borishi: pedagog bolaning e'tiborini qo'llarni yuvishda harakatlar ketma-ketligiga rioya qilish kerakligiga qaratadi.

- *yengingizni o'rab oling (quidagi so'zlar bilan: "Kim engini o'rab olmasa, suv olmaydi!");*
- *kranni oching;*
- *kaftlaringizni kemadek katlang;*
- *qo'llarni oqayotgan suv ostiga qo'yib; sovun bilan sovunlab plakatda bo'lgan kabi barcha harakatlar takrorlanadi*

- *kran berkitiladi;*
- *qo'llar sochiqda quritiladi.*

Keyin boladan kattalarga taqlid qilib harakatlar qilish so'raladi, *pedagog qo'llarni yuvish talablarga muvofiq va kamida 20 soniya davomida bajarilishini ta'minlashi kerak.*

"Sovun qo'lqoplari" o'yini

Maqsad: bolani tashqi va ichki tomondan qo'llarni sovunlashga o'rgatish.

Uskunalar: bolalar sovuni, sochiq.

Darsning borishi: pedagog bolani yuvinadigan joyga olib keladi, bolaning orqasida turib, suyuq sovun oladi va sovunlash paytida lozim bo'lgan qo'llarning harakatlarini ko'rsatadi. Keyin u bolaga qo'lga sovunni uzatadi va undan sovunlash harakatlarini takrorlashni so'raydi. Oq ko'pik hosil bo'lguncha harakatlarni davom ettirish kerak. Bolaning e'tiborini oq qo'llariga qaratib, pedagog quidagini aytadi: *"Bu bizning oppoq qo'lqopimiz!"* Keyinchalik, biz bolaga qofiyalarini aytib, talaffuz qilish paytida ko'pikni suv ostida yuvishga yordam beramiz:

Masalan,

Kaftchalarim, kaftchalar, men sizni sovun bilan yuvaman,

Kaftlaringiz toza bo'lsa, ovqat, qoshiq bor sizga!

Kranni ichidagi suv gurjilaydi. Bu juda zo'r!

Malika Usmonova o'zi qo'llarini yuvyapti (kattalar bolaning ismini chaqiradi).

Bilamiz, bilamiz, ha, ha, ha! Suv yashiringan qayerda!

O'yin oxirida pedagog bolani maqtaydi, toza qo'llariga e'tibor qaratadi. Agar kerak bo'lsa, kattalar va bolaning birgalikdagi harakatlari qo'llaniladi.

"Qo'g'irchoqlarda tushlik" o'yini

Maqsad: ovqat uchun dasturxon tuzish, gigiena ko'nikmalarini shakllantirishga qiziqish uyg'otish (*ovqatdan oldin qo'l yuvish*).

Uskunalar: o'yinchoq idishlari, dasturxon, ikkita qo'g'irchoq.

O'yinning borishi: pedagog boladan qo'g'irchoqlar uchun stol o'rnatishni so'raydi, unga kerakli narsalar va ular bilan harakatlarni ko'rsatadi. Keyin u bolani qo'g'irchoqlarni stolga qo'yib, ularni tushlikga taklif qiladi.

III. OCHIQ HAVODA KICHIK GURUHLAR O'YINLARI

"Qor parchalari va shamol" o'yini

Maqsadlar: bir-biriga tegmasdan turli yo'nalishlarda yugurish, signal asosida harakat qilish.

Ta'rif: O'yinchilar soni 5-7 kishidan iborat. Bolalarni o'yin maydonchasiga bir-biridan bir yarim metr masofada joylashtiring. "Shamol!" signalida bolalar – "qor parchalari" – o'tiradilar, aylanadilar (*"shamol qor parchalarini havoda silkitadi"*). "Shamol yo'q!" signalida – uldar o'tirishadi (*"qor parchalari erga tushdilar"*).

“O’rgimchak va pashshalar” o’yini

Maqsadlar: bolalarda signal bo’yicha harakatlarni bajarish qobiliyatini rivojlantirish.

Ta’rif: O’yinchilar soni 5-7 kishidan iborat. Maydoncha burchaklaridan birida doira bilan o’rgimchak o’rni bo’lgan tarmog’ belgilanadi. Maydonchada bir-biridan bir yarim metr masofada 6 doirani chizing. Bolalarni doiralarga joylashtiring. Bu pashshalar. Barcha pashshalar aylanadan chiqmasdan sakrab, aylanib yurishadi. Yetakchining “O’rgimchak!” signalida pashshalar “muzlaydi”. O’rgimchak yashirishdan chiqadi va barcha pashshalarga sinchkovlik bilan qaraydi. Qimirlagan bolalarni u o’z o’rgimchak uyasiga joylashtiradi. O’rgimchak uyasida ushlangan bolalar uchun skameykalar yoki stullar tayyorlang. Tutilgan pashshalar bir-biridan bir yarim metr masofada stullarga o’tirishadi. Ikki-uch marta takrorlangandan so’ng, qo’lga olingan pashshalarning soni sanaladi.

“Yer, havo, suv” o’yini

Maqsadlar: bolalarda masofani saqlash qobiliyatini shakllantirish, hayvonlarning nomlari va ularning yashash joylarini eslash.

Ta’rif: Bolalar ertalabgi gimnastika vaqtida kabi bir qatorda turib, masofani saqlab turishlari mumkin (oldindan pedagog qalam, rangli lenta, ip va boshqalar bilan bolalar uchun joylarni belgilab ajratishi mumkin). Uyindagi boshchi ularning oldida yuradi va har biriga navbat bilan ishora qilib quidagini aytadi: “Suv, er, havo”. U har qanday vaqtda to’xtashi mumkin. Agar uyin boshchisi “Suv” so’ziga to’xtasa, u ko’rsatgan bola biron bir baliq, sudraluvchi yoki suvda yashovchi hayvonni nomini aytish kerak. Agar u “Yer” deb nomlangan bo’lsa - unda siz er yuzida yashaydigan biron bir hayvonning nomini aytishingiz kerak. Agar u “Havo” deb nomlangan bo’lsa – biron bir uchar hayvonni nomini aytish kerak.

“Hayvonot bog’i” o’yini.

Maqsadlar: bolalarda masofani saqlash qobiliyatini shakllantirish, hayvonlarning nomlari va ularning xususiyatlarini (yovvoyi yoki uy sharoitida) eslash.

Ta’rif: Maydonchada bir-biridan bir yarim metr masofada 5-6 doirani (yoki hujayralarni) belgilang. Har bir doirani 1 bola egallaydi. Doiralarda turgan bolalar tarbiyachi bilan kim qaysi yovvoyi hayvonni (imo-ishoralar, yuz ifodalari, xarakterli harakatlar bilan) tasvirlashini aytadi. Masalan, ayiq, tulki, bo’ri, quyon va boshqalar. Bitta bola hayvonot bog’iga aylana boradi, ya’ni doira (“kafas”) ichiga kirmaydi. Pedagog u nima uchun xavfli ekanligini tushuntiradi. Shunday qilib, bolalar qaysi hayvonlar doiralari (“qafas”) ichida bo’lishlarini taxmin qilishadi. Keyin ular almashadilar.

“Rangli avtomobillar” o’yini

Maqsadlar: bolalarni maydonchada tarqalib, bir-birlariga tegmasdan yugurishni o’rgatish. Signalda harakat qilish qobiliyatini rivojlantirish. Asosiy ranglar bo’yicha bilimlarni mustahkamlash: qizil, ko’k, sariq, yashil; transport turlari va yo’l harakati qoidalari haqida bilimlar.

Ta’rif:

1-variant.

O’yin maydonchasining chekkasida qo’llarida rangli doiralarni (“rullarni”) ushlab turadilar. Pedagog markazda rangli bayroqlar bilan turadi. U biron bir rangdagi bayroqni ko’taradi,

xuddi shu rangdagi "rul"ni ushagan bolalari maydoncha atrofida har qanday yo'nalishda yugurishadi. Bayroq tushirilganda, barcha bolalar o'z joylariga qaytadilar. Keyin pedagog boshqa rangdagi bayroqni ko'taradi, boshqa bolalar yugurishadi. Bir vaqtning o'zida ikkita yoki uchta bayroqni ko'tarishingiz mumkin.

2-variant

Maydoncha atrofida turli xil rangdagi bayroqlar yoki chiplar joylashtirilgan – bu garajlar, bolalar o'zlarining garajlarini ranglariga qarab topadilar. Pedagogning signaliga binoan quyosh ko'tarildi, mashinalar shinalariga havo uriladi, benzin bilan to'ldiriladi va ishga ketiladi, bolalar bir-birlariga tegmasdan zal bo'ylab yura boshlaydilar. Bu vaqtda pedagog garajlarning joylarini o'zgartiradi. Pedagogning "Ufq uzra quyosh botmoqda!" signaliga binoan, bolalar o'z garajlarini topishlari kerak.

IV. QO'RQISHYOKI STRESS AHVOLDA BO'LGAN BOLA BILAN TARBIACHI QANDAY ISHLASH LOZIM

1. KUZATING

Bolalarning xatti-harakatlaridagi o'zgarishlarni kuzatib boring, bolaning faoliyati, uning kayfiyati sezilarli darajada o'zgarganini yozing yoki kasallik qo'rquvi haqida gapira boshlaganda, uni rasmlarda, o'yinlarda ifoda eting. Ushbu o'zgarishlarni pedagog-psixologga, ota-onaga etkazing va bolani o'zingiz qo'llab-quvvatlang.

2. TINGLANG

Bolaning gapirishiga yo'l qo'ying. Undan nimadan qo'rqishini aytib berishini so'rang. Unga tashvishlanayotganingizni ko'rayotganingizni va tinglash va yordam berish uchun borligingizni ayting. Diqqatva hamdardlik bilan tinglang. Bolani gapirganida toxtatmasdan, samimiy mimika va so'zlari bilan qo'llab-quvvatlang.

3. TUSHUNTRIING

Bolaga virusga ko'proq e'tibor berish, avvalambor uning yangiligi va turli mamlakatlarda paydo bo'lganligi, virus gigiena qoidalariga rioya qilmaydiganlar uchun xavfli ekanligini aytib bering.

- A) masofani uzoqlashtirish** (tupuk tomchilaridagi virus odamga, agar u 1-1,5 metr narida bo'lsa, etaolmasligini ko'rsatib bering). Ushbu vaziyatni ishonchliligi uchun suvli spreyli shisha bilan tomoshani o'tkazing. Spreylangan suv tomchalar faqat qisqa masofaga etib borishini ko'rsating; yaqin, uzoq haqidagi tushunchalarni mustahkamlang va boshqa o'yinlarni o'tkazing. Katta yoshdagi bolalar bilan masofani metrli lenta bilan o'lchang, shuningdek metr, santimetr tushunchalar va boshqalarni tushuntiring.
- B) qo'llarni yuvish** (qo'llarni qanday va nima uchun yuvish muhimligini tushuntiring va ko'rsating - "viruslar tarkibida yog'lar bor, yog'lar sovun va spirt tomonidan yo'q qilinadi; viruslar sovun va spirtidan ham o'ladi, yog' tomchi misolida sovun qo'shgandan keyin yog' tomchi qanday o'zgarishini namoyish eting);
- C) ko'chada niqob kiyish** (viruslardan himoya qiladi, bolangizga niqobni qanday kiyishni va echishni, ishlatilgan niqobni qaerga tashlash kerakligini o'rgating).

- D) xonani shamollatish** (foydasini tushuntiring, o'yin misolida efirning afzalliklari bilan taqqoslang: mayda yumaloqlangan paxta / mayda patlar / yengil mayda qog'oz parchalarini plastinka ustiga yoki stol ustiga chizilgan kvadrat ustiga yoyiladi - bular "xonadagi viruslar". Bola ularni pedagog bilan birga qila olishi mumkin. Agar siz zaif puflasangiz yoki umuman puflamasangiz, viruslar saqlanib qoladi. Agar siz qattiqroq puflasangiz, ular uchib ketadi, lekin ularning hammasi ham emas, lekin agar siz juda qattiq zarba bilan puflasangiz, ular juda kuchli tarqalib ketadi, plastinka yoki chizilgan kvadrat / "xona" tozalanadi).
- E) dezinfeksiya** (bolaga dezinfeksiya orqali uni virusdan himoya qilishni o'rgatish mumkinligini tushuntiring. Unga qo'llarini qanday qilib to'g'ri yuvish; qo'llarni spirtli sanitariya vositasi bilan tozalashni ko'rsating; stolni dezinfeksiyalash vositasi bilan artib oling, kunduzgi uyqu va to'g'ri ovqatlanish qanchalik muhimligini eslatib turing).

Bolani qiziqishi va tushunishi uchun xotirjam, tushunarli gapiring. Bolaning noto'g'ri harakatlari haqida gapirmang, masalan: "Siz qo'lingizni yuvishni xohlamadingiz", to'g'ri bo'lgan harakat haqida ayting - "Siz super qahramon sifatida yaxshi ish qildingiz, barcha mikroblar va viruslarni qo'llaringizdan yuvdingiz!", "Shunday yahshigina sovunlangan qo'llardan endi barcha viruslar yo'q bo'lib ketgani aniq". Bolani faol bo'lishga rag'batlantiring)

4. O'YINLAR ORQALI SHAHSIY GIGIENIYANING ASOSIY QOIDALARINI MAHKAMLANG

5. MA'LUMOT BERING

Bolalarga virusli infeksiyalarning oldini olish to'g'risidagi ma'lumotni ijobiy tarzda takrorlang: "Qo'llarni yaxshilab yuving, ularni sovunlab, og'zingizga va ko'zlarimga tegmaymiz, kun davomida yaxshi uxlang, aksirayotgan va yo'taladigan odamlardan (kamida 1 metr) uzoqroq joyda turing. Menga sovunlangan qo'llaringizni ko'rsating. Hech qanday virus omon qolmaydi!"

V. PANDEMIYA HAQIDA BOLALAR UCHUN TARBIYACHI QANDAY MA'LUMOT BERADI?

A. Monologni bekor qiling

Bolalar bilan suhbatning dialogik shakllarini tanlang. Ulardan viruslar, karantinlar, yuqumli kasalliklar va boshqalar haqida bilganlarini aytishlarini yoki chizishlarini so'rang. Bolalarni tinglang.

B. Bolaning yoshiga e'tibor berib qisqacha tushuntiring

Avval bolalardan nimani bilishini so'rab va undan keyin ularning bilimlarini to'ldirish yaxshiroqdir. Qisqartiring, koronavirus haqida gapiring va bolalar eslab qoladigan faktlarni qo'shing.

Bolaning savollari: Koronavirus nima?

Pedagogning javobi: Koronavirus - bu odamlar kasal bo'lishlari mumkin bo'lgan viruslar guruhidir. Viruslar bu ko'rinmas mayda organizmlardir, ularni faqat kichik ob'ektlarni

ko'rishga yordam beradigan maxsus linzalar orqali ko'rish mumkin. Ular shunchalik kichkinaki, ular tanaga osongina kirib, odamlarni kasalliklarga olib keladi.

C. Kasallikning belgilari / alomatlarini tasvirlab bering.

Bolalardan ular nimalarni bilishlarini so'rang. Ularning asosiy alomatlar haqida bilimlarini to'ldiring. Siz doskada yoki flipchartda virus belgilarini ramzlar yordamida chizishingiz mumkin, keyin bolalarni rasmda ko'rgan narsalarini takrorlashlarini so'rang

Pedagogning javobi: Siz shamollangan kabi o'zingizni yomon his qilishingiz mumkin. Sizda isitma, yo'tal va nafas olish qiyinlashishi mumkin. Ammo boshqa holatlarda bo'lgan kabi, bir necha kundan keyin o'zingizni yaxshi his etasiz va yana do'stlaringiz bilan o'ynashni boshlaysiz! Bir necha kundan keyin deyarli hamma o'zini yaxshi his qiladilar.

Agar biror joy og'risa, bolalarni fikrlaricha nima qilish kerakligini so'rang.

Bu haqda ular kimga aytishlari mumkinligini so'rang.

Bolaning savoli: Agar o'zimni yomon his qilsam nima qilishim kerak?

Pedagogning javobi: Agar kasal bo'lsangiz, ota-onangizga, boshqa oila a'zoingizga yoki vasiyingizga xabar bering va uyda qolishni so'rang. Agar siz o'zingizni yomon his qilsangiz, unda tez orada tuzalishingiz uchun kattalar sizga g'amxo'rlik qilishadi.

D. Bolalarga suyanchni ta'minlang

Bolalarga xavf haqida gapirganingizda, himoya usullar haqidaham aytib bering. Bolalar doimiy ravishda xavf haqida ma'lumotni yodda tutolmaydilar, yoki uni e'tiborsiz qoldiradilar yoki noto'g'ri xatti-harakatlarga o'tadilar.

Shuning uchun, ularga virusdan saqlanish va unga qarshi kurashish uchun nima yordam berishini tushuntirib bering. Bu bolalar uchun virusni mustaqil ravishda oldini olish uchun asos bo'ladi.

Bolaning savollari: Koronavirus mening tanamga kirishi mumkinmi?

Pedagogning javobi: Ha. Ammo virus buni o'z-o'zidan qila olmaydi, u bir odamdan boshqasiga yuqadi. Koronavirus uzoq masofani bosib o'tolmaydi, shuning uchun u quyidagi usullardan foydalanadi:

- (1) Odamlar qo'l ushlasib salomlashganda yoki biror bir narsani qo'llari bilan ushlab yoki tegishganda virus qo'llariga o'tishi mumkin. Qo'lingizni uzoq vaqt sovun va suv bilan (20 soniya) yuvish juda muhim. Agar suv bo'lmasa, qo'l sanitariya vositalaridan ham foydalanishingiz mumkin.
- (2) Virus, kimdir kasal bo'lib, yo'talganda, aksirganda yoki biron bir narsaga tegganda chiqib ketadigan tomchilarda uchishi mumkin. Tomchilar sizga tegmasligi uchun, har qanday sirtlarga tegmaslik lozim va boshqa odamlar bilan oraliq masofani saqlash juda muhimdir.

Bolaning savollari: Bolalar bog'chasida xavfsizmi?

Pedagogning javobi: Bog'chamizda bo'lish xavfsiz, chunki barcha zarur choralar ko'rilgan, shuningdek, maktabgacha ta'lim tashkilotida gigiena qoidalariga rioya qilish orqali o'zingizni kasallikdan himoya qilishingiz mumkin.

Maktabgacha ta'lim tashkiloti tomonidan belgilangan niqoblarni taqish, qo'llarni yuvish, qo'llarni zararsizlantirish vositasi bilan tozalash va oyoqlarni tozalash uchun maxsus

ko'pikli gilamchalarni bosib o'tish, bir marta ishlatiladigan yoki zararsizlantirilgan stakan, tarelka, idish-ovoq ishlatish, oziq-ovqat yoki shaxsiy buyumlarni boshqalar bilan bo'lishmaslik va h.k. qoidalariga qat'iy rioya qiling

E. Namoish usulidan foydalaning

Bolalar bilan himoya qilish qoidalarini chizing yoki ularga o'z eslatmalarini tayyorlashni va ularni uyda yoki guruhda osib qo'yishlarini ayting. Yuz-qo'llarni yuvish joyini diqqatni jalb qiladigan tarzda bezang: yorqin sochiqlar, sovun, chizmalar. Eslatmalarni bolalarga yoqimli holda rasmiylashtiring. Masalan, ular uchun o'yinchoqlardan, panjalardan va tinseldan ramka yasang yoki uzun, ko'p rangli iplarga yozuvlarni shiftga biriktirib osib qo'ying.

Pedagogning javobi: Keling, tahlil qilaylik va eslab qolaylik! (tushuntirish, ko'rsatish, fikr-mulohaza olish)

SHAXSIY GIGIENA QOIDALARI

1. *Qo'lingizni sovun va suv bilan yuving.*
2. *Yo'talayotganda/aksirganda salfetka qo'llang yoki tirsakga yotaling/aksiring va qo'lingizni darhol yuving.*
3. *O'zingiz va do'stlaringiz orasidagi masofani saqlang (1 metrdan 2 metrgacha masofani o'lchang. Bolalar ushbu masofani tushunishlari va tasavvur qilishlari uchun qilinadi).*
4. *Yuzingizga, og'zingizga, buruningizga va ko'zingizga tegmang.*
5. *O'zingizning stakanlaringizni, idishlaringizni, ovqatlaringizni va ichimliklaringizni boshqalarga bermang.*
6. *O'yinchoqlarni og'zingizga solmang.*
7. *Sizga tushunarsiz bo'lgan masalalar haqida pedagoglarga har qanday savollaringizni bering.*
8. *O'zingiz uchun qutqaruvchi qahramoni bo'ling va o'zingizni xavfsiz saqlang.*
9. *Kasallikning oldini olish haqida bilib olgan ma'lumotni oilangizga etkazing.*
10. *Sog'lom ekanligingizga ishonch hosil qilish uchun maktabgacha ta'lim tashkilotingizda sizning haroratingizni tez-tez o'lchashadi.*

