

Ўйиннинг педагогик аҳамияти. Ўйин болаларда хушёрлик, сезирлик, тезкорлик малакаларини тарбиялайди. Ўйинда куч, тезкорлик, чакқонлик, чидамлилик сифатларини тарбиялашга ёрдам беради. Ўйиннинг ўзига хос ҳаракати тез югуришдир.

Болаларнинг ўйин пайтидаги активлиги катта физиологик ва эмотсионал нагрукани юзага келтиради. Нагрукани бошқариш осон бўлиши учун куйидаги приёмларни қўллаш тавсия этилади: а) ўйиннинг давомийлигини ва такрорланиш микдорини ўзгартириш; б) майдончани кенгайтириш ёки торайтириш; в) инвентар оғирлиги ва размерини ўзгартириш; г) ўйин қоидаларини соддалаштириш ёки мураккаблаштириш; д) ҳаракат микдорини камайтириш ёки купайтириш; е) танаффусларни жорий этиш ёки тақиқлаш; ж) ўйин пайтида болалар хордиқ чиқаришлари учун «уй» ташкил этиш ёки ташкил этмаслик.

Бундай иш методи ўйиннинг ҳаяжонли бўлишини таъминлайди ва ўқувчилар активлигини оширади.

АДАБИЁТЛАР

1. Ўзбекистон Республикаси Биринчи Президенти Фармони «Ўзбекистон болалар спортини ривожлантириш жамғармасини тузиш тўғрисида», –Тошкент, 24.Х.2002й.
2. Ўзбекистон Республикаси Вазирлар Маҳкамасининг Қарори «Ўзбекистон болалар спортини ривожлантириш жамғармаси фаолиятини ташкил этиш тўғрисида», –Тошкент, 30. Х. 2002 й.
3. Усмонхўжаев Т.С., Хўжаев Ф.“1001” ўйин. –Тошкент 1990 й 32-46 бет
4. Усманхаджаев Т.С. Научно-педагогические основы физического совершенствования детей в связи с их двигательной активностью. Автореф дисс. док. пед. наук, –Ташкент, 1995 г., 49 с.
5. Азимов И.Г., Собитов Ш. Спорт физиологияси, Дарслик, –Т., 1993 й, 228 б.

Умумий ўрта таълим мактаб ўқувчиларида жисмоний сифатларини миллий ҳаракатли ўйинлар орқали ривожлантиришни педагогик аҳамияти.

Раджабов У.Р. Низомий номидаги Тошкент давлат педагогика университети

Резюме. Ушбу маъюлада миллий спорт ўйинлар усулларининг жисмоний сифатларни шакллантириш хусусиятлари муҳокама қилинган бўлиб, миллий спорт ўйинларининг болаларни жисмоний хусусиятларини оширишнинг энг самарали усули эканлиги таҳлили берилган. Ўйин жараёнида табиий ҳаракатлардан бепарволик билан фойдаланмаслик кўрсатмалари тавсий кўринишда моҳияти очиб берилган.

Таянч сўзлар: Ҳаракатли ўйинлар, рақобат, жисмоний куч, шахс фазилатлари, жамоа, тезлик, таълим.

Педагогическая значимость развития физических качеств у учащихся общеобразовательных школ посредством игр национального движения

Раджабов У.Р. Ташкентский Государственный Педагогический Университет имени Низами

Резюме: В данной статье рассматриваются особенности формирования физической качества с методом национальной подвижные игры. Подвижные игры-наиболее доступный и эффективный метод воздействия ребёнка. В игре используются естественные движения большей частью в развлекательной ненавязчивой форме.

Ключевые слова: игры, движения, соревнование, сила, качеств, команда, быстрота, воспитания.

The pedagogical importance of the development of physical qualities in general secondary school students through national movement games.

Radjabov U.R. Tashkent State Pedagogical University named after Nizami

Summary. This article discusses the features of the formation of physical quality by the method of the national outdoor games. Outdoor games are the most accessible and effective method of affecting a child. In the game, natural movements are used mostly in an entertaining, unobtrusive manner.

Key words and conceptions: games, movements, competition, strength, qualities, team, speed, education.

УДК 37.013.75

БИОЛОГИК ФАНЛАРНИ ЎҚИТИШ ТЕХНОЛОГИЯЛАРИ

Бекмирзаев М. Х., Ўралов А. И.

Жиззах давлат педагогика институти

Замонавий жамиятда таълимни ислоҳ қилишнинг янги йўлларини топишнинг долзарблиги ошди. Бугунги кун мактаби ҳозир ва келажакда ўқувчининг мойиллигини ва қобилиятларини максимал даражада ривожлантириш ва максимал даражада амалга ошириш учун энг яхши шароитларни яратиш учун “ўқувчига юзланиш”га интиляпти. Ўқитувчиларнинг онги ва уларнинг амалий ишларида технологиянинг яхлит кўриниши йўқ, уларнинг тасавури технологик усулларнинг катта қисмини қамраб ололмади. Алоҳида ўқитувчи, ёки баъзи ўқитувчилар томонидан бу технологиялар ўзлаштирилса ҳам, ўқувчиларнинг шахсини ривожлантиришнинг олий ва шахсий натижаларига эришиш учун уларни уйғунликда олиб бориш имконияти таҳлил қилинмапти. Ўрта умумтаълим муассасалари амалий фаолиётида бир қатор технологияларни ўхшашлик ва бир-бирини тўлдириш принципига асосланган ҳолда ягона комплексга бирлаштириш масаласи ўрганилмай ҳамда амалга оширилмай қолмоқда. Шу муносабат билан биология ва зоологияни ўргатиш ва ўқитиш методларининг умумий эътироф этилган ягона тизими йўқлиги, ҳозирги вақтда турли методист ва ўқитувчилар томонидан методлар таснифини яратишда турли ғоялар ва ёндашувлардан фойдаланилганлиги эътиборга олинishi лозим.

Дидактика ва методикада катта ҳажмдаги материаллар мавжудлиги сабабли, ўқувчининг ривожланиш ва ижодий қобилияти камол топишига хизмат қиладиган замонавий ўқитиш методлари устида изланишлар олиб борилмоқда. Бу эса ўз навбатида шахснинг ҳар томонлама шаклланишига замин яратади.

Барча педагогик технологиялар амалиётда алоҳида ёки комплекс равишда қўлланилиши мумкин. Ушбу гоёя П.Н.Гапонюк, Л.А.Корешкова, Г.Б.Кунусбаева, Н.П.Крилова, М.В.Мартинова [1,2,3,4,5] каби олимлар томонидан қўллаб-қувватланган ва уларнинг тадқиқот ишларида ўз аксини топган. Мазкур ишларда ёритилган комплекслик нафақат билимларнинг боғлиқлиги нуқтаи назаридан, балки **технологиялар**, методлар ва таълим шаклларининг ўзаро боғлиқлиги сифатида ҳам кўриб чиқилади. Педагогик фаолиятда интеграцияга амал қилиш, ўқув фаолиятида ўқитишнинг юқори натижаларига эришишга йўналтирган ҳолда мавжуд бўлган турли услуб ва технологияларни тўғри уйғунлаштириш демакдир.

О.Мавлянова, С.Нажжимов, М.Нишанбоеваларнинг “Зоология ўқитиш методикаси ва технологияси”. 7-синф қўлланмасида педагогик технологиялари муайян шароитларда ўқувчиларнинг шахсий фазилатларини тезкор шакллантириш ва идентификациялашни рағбатлантирадиган жараёнлардан иборат эканлиги таъкидланган. Яъни педагогик технологиялар ўқув жараёнининг самарадорлигини ошириш учун ўқитувчи ва ўқувчиларнинг фаоллигини шакллантирадиган таълим усуллари, воситалари ва шаклларининг тизимли тўпламидир [4, 10].

Л.А.Корешкова томонидан олиб борилган тадқиқотда педагогик технологиялар мажмуидан фойдаланиш орқали педагогикада муҳим йўналишларни амалга ошириш йўллари ажратиб кўрсатилган: ўқувчиларнинг билими, кўникма, малакаларини, ўқув компетенцияларини эгаллаш даражасини баҳолаш, уларнинг билим олиш фаолиятини ривожлантириш; ўқувчининг билим, кўникма ва малакалари, ўқув компетенцияларини мустақил эгаллашга ундайдиган таъсир этиш воситаларидан фойдаланиш компетенциялари; педагогик технологиялар комплексини янги таълим парадигмасини амалга оширувчи тизим сифатида кўриб чиқиш [2].

Мактабдаги табиий фанларни ўқитиш назарияси ва амалиёти бўйича илмий-педагогик манбалар таҳлили [6,7,8,9,10] умумтаълим мактаблари шароитига мослаштирилган илмий асосланган педагогик технологиялар мажмуидан фойдаланиш зарур, деган хулосага келишга асосланади, чунки бу мажмуа катта имкониятларга эга - бу материал таркибини (шахсга йўналтирилган, мотивацион, антропологик) танлаб олишда турли ёндашувлар уйғунликда ишлатилиши мумкин; ўқувчилар ўқув фаолияти самарадорлигини ошириш, индивидуал қобилиятга мослаштириш, ўқув-билув фаолияти ташкиллаштиришга мос ўқувчининг тайёргарлик даражасини таъминлаш воситасида энг мақбул шарт-шароитларни яратиш кабилар.

Педагогик технологиялардан фойдаланишга комплекс ёндашув умумий ўрта таълимнинг мақсадларини амалга ошириш ва унинг сифатини кўтариш учун яхлит ўқув жараёнини ташкил этишни тизимлаштиришга имкон беради. Комплекс ёндашув замонавий инсонпарварлик шахсга йўналтирилган парадигмасига мос келади, бу эса анъанавий таълимдан кескин фарқ қилади. Шу билан бирга, ўқув жараёни янада юқори даражага кўтаради, чунки мураккаблик ўз салоҳиятини очиб, мавжуд қобилиятларни рўёбга чиқариш орқали шахсни ўзини ўзи англаш учун қулай шарт-шароитларни яратишга ёрдам беради. Биз П.Н.Гапонюкнинг фикрига қўшилаемиз, “педагогик технологиялар мажмуаси ҳар бир таълим олувчининг креативлик, ижодий тафаккур даражаларини таъминлашга ёрдам беради” [1].

Ўқитувчилар ўқув жараёнини ташкиллаштириш ва лойиҳалаштириш учун энг мақбул таълим усул ва технологияларини танлаш имкониятига эга. Бугунги кунда кўплаб таълим технологиялари ишлаб чиқилган бўлиб, улар инновацияларни назарий умумлаштириш, таҳлил қилиш ва таснифлаш, оптимал танлаш имконини беради. Таълим технологиясини ёки технологик комплексни танлаш педагогик фаолиятнинг энг муҳим ва энг қийин элементларидан биридир.

Комплекс инновацион тизим учун технологияларни танлаш параметрлар бўйича амалга оширилди: “Зоология” мактаб курсининг ўзига хос хусусиятларига мувофиқлиги (илмий асос, атрофдаги табиий ҳодисалар, экологик, ахлоқий ва соғлиқни сақлаш муаммолари билан боғлиқлиги); замонавий шахсга йўналтирилган, тадқиқот, интерфаол, индивидуал ва ижодий ёндашувларнинг технология таркибидалиги; дарсларда ўқув циклининг мураккаблиги - муаммолар, мотивацион усуллар, мавжудлик, вазифалар ва тавсияларнинг тафсилотлари, назорат параметрларининг мавжудлиги.

Биз ушбу ёндашувларга мос келадиган технологияларни танладик ва шартли равишда икки турга бўлинган - **фаолият технологиялари** (изланувчан ва ривожланувчи) - эвристик, муаммоли таълим, изланиш фаолияти, танқидий фикрлаш технологияси, МТК технологияси (мантийкий таянч конспектлари) ва **шахсга йўналтирилган** - лойиҳавий, адаптив технология, турли даражадаги (дифференциал) таълим технологияси, парацентрик технология, ўқув ишларини қабул қилиш технологияси.

Бундай танловнинг муҳим омилларидан бири ушбу технологияларнинг босқичи, ўқув жараёнларини алгоритмлаш, турли даражадаги дифференциация, ўзгарувчанлик ва ёндашувларнинг ўзига хослигини таъминлайдиган вазифаларни гуруҳлаш ва шунинг учун ўқувчиларнинг таълим қобилиятлари, ақл-заковати ва ижодий қобилиятларини янада жадал ривожлантириш асосида ўхшашлиги эди. Юқорида таъкидланганидек, технологияларнинг инновацион мажмуаси (комплекси) ва унга алоқадор таълим шакллари оптимал таълим натижаларига эришиш учун педагогик жараёни қайта қуриш тактикасини белгилловчи умумий назарий модель сифатида кўриб чиқиши мумкин. Шундай қилиб, технологик мажмуа ўқув жараёнининг муҳим таркибий қисми ҳисобланади. Ўқитувчининг турли хил таълим технологияларининг ўзига хос хусусиятларини билиши, уларни етарли даражада қўллаш, мавжуд омиллар ва шароитларга мос келадиган, ўрта мактабда таълим жараёнини сифатли ташкил этиш имконини беради.

Технологияларнинг қисқача тавсифи.

Муаммоли таълим - бу дарсда ўқув ишларини ташкил этишнинг ўзига хос тури бўлиб, у талабаларнинг билим фаолиятини кучайтиришга ва улардан янада мазмунли ва доимий билимларга эришишга имкон беради.

Муаммоли таълим технологияси ўқув фаолиятида муаммоли вазиятларни яратиш ва ўқувчиларнинг уларни ҳал этиш бўйича фаол мустақил фаолиятини ташкил этиш орқали таъминланади, натижада уларнинг билим, кўникма, малакалари, ижодий маҳорати, ақлий қобилиятлари ривожланади. Қўллаш натижаси - фаолият, ижодкорлик, тафаккур.

Танқидий фикрлаш технологияси – танқидий тафаккурни ўргатиш муаммоларни муҳокама қилиш, баҳолаш, аниқлаш ва ҳал қилишни ўргатадиган таълим технологияси. Муаммони ўрганишнинг бир тури сифатида қаралиши мумкин. Ушбу лойиҳанинг муаллифлари америкалик ўқитувчилар Дж. Стил, К.С. Мередит, Ч. Темпл, С. Уолтерлардир. Бу лойиҳа АҚШ таълим муассасаларида, Европанинг кўплаб мамлакатларида фаол жорий этилмоқда. Давлат таълим стандартларининг барча талабларига жавоб берадиган ва УТФ (универсал таълим фаолияти) ни шакллантиришга ёрдам берадиган таълим технологияларидан бири сифатида танқидий тафаккурни ривожлантириш технологиясидир, унинг мақсади ўқувчиларни таълим жараёнига интерфаол киритиш орқали танқидий фикрлашни ривожлантиришдир. Танқидий тафаккур - бу инсоннинг интеллектуал фаолият турларидан бири бўлиб, у атрофдаги ахборот соҳасига ёндашувнинг юқори даражадаги ҳисси, тушунчаси, ўзига холислиги билан тавсифланади. Муаммоларни баҳолаш, аниқлаш ва ҳал қилиш каби фазилатларни шакллантиради.

Ўқитишнинг эвристик модели. “Эвристика” юнон тилидан таржима қилинганда “топиш”, “қашф қилиш” деган маънони англатади. Эвристик тизим таълимоти Сократ томонидан кенг қўлланилган. Олим махсус саволлар ва мулоҳаза юритиш орқали суҳбатдошга мустақил равишда муаммо ечимини топишга ёрдам беради. Бунда ҳақиқат фақат ўқувчигагина эмас, балки ўқитувчининг ўзига ҳам масалани ечишга ёрдам беради. Умумий маънода эвристика - бу ижодкорлик фани, одамларнинг ижодий фаолияти, унинг мақсади сифат жиҳатидан янги натижаларга эришишдир. Эвристика кибернетика, психология, суд тиббиёти ва бошқа соҳаларда ҳам қўлланилади.

Эвристик таълим - бу ўқувчи томонидан таълимнинг ўз шахсий мазмуни, мақсадлари ва тузилишини, шунингдек уни ташкил этиш, диагностика ва тушуниш жараёнини тайёрлашни ўрганишини мақсад қилиб олувчи таълим (А.В.Хуторской) ҳисобланади. Эвристик таълим муаммоли таълимдан фарқ қилади. Муаммога асосланган таълимнинг мақсади – ўқувчиларнинг берилган фан материални ўқитувчи томонидан берилган вазифа – муаммоларнинг ечими орқали ўзлаштиришидир. Муаммога асосланган таълим методи ўқитувчи томонидан ўқувчиларни маълум масаланинг ечимига йўналтиришига асосланган. Таълимга бўлган эвристик ёндашув, муаммоли таълимнинг имкониятларини кенгайтиришга асосланган, чунки у ўқитувчи ва ўқувчини илгари кўзланган номаълум натижага эришишга йўналтиради. Ўқитишнинг асосий натижалари уларга ташқи томондан узатилмайди, улар гўё ўқувчиларнинг индивидуал қобилиятларига мувофиқ ички томондан кўрсатилади.

Эвристик таълимнинг мақсади ўзгача бўлиб, таълим **иштирокчилари** – ўқувчиларнинг индивидуал имкониятларини юзага чиқариш, таълим **йўналтирувчилари** - ўқитувчиларининг эса таълим маҳсулотини яратишга қаратилган фаолиятидир.

Асосий фарқ – эвристик таълимда ўқув фаолиятини ўрганиш объекти бўлиб фақатгина муаммо ва масалар эмас, балки ўқувчиларнинг ўзлари, уларнинг индивидуал шахсий салоҳияти, креатив, когнитив, рефлексив ва бошқа амал ва фаолият турлари саналади. Эвристик таълим нафақат ўқувчиларни, балки кўпинча илми (ҳақиқатни) “билмаслик” вазиятидаги ўқув жараёнини ташкил қилаётган ўқитувчиларнинг ҳам ривожланишига олиб келади.

Эвристик таълим **ривожлантирувчи таълимидан** ҳам фарқ қилади (В.В.Давидов, Л.В.Занков), чунки у сифат жиҳатидан янги вазифани белгилайди ва ҳал этади, яъни: нафақат ўқувчининг, балки таълим ҳаракати троекторияси таркибига кирувчи унинг ривожланиш мақсадлари, технологиялари ва таълим мазмунини ривожлантиради.

Натижа - ижодкорлик, индивидуал қобилиятларни, мустақил фаолиятни юзага чиқаришдир.

АДАБИЁТЛАР

1. Гапонюк П. Н. Модель педагогических технологий профессионально-ориентированного опережающего довузовского обучения//Образование и наука. – 2011. –№ 8 (87). - С.57-60.;
2. Корешкова Л. А. Реализация комплекса педагогических технологий в учебной деятельности школьников. Дисс. ... канд. пед.наук. Кемерово, 2013. – 216 с.;
3. [Кунусбаева Г. Б. Элементы инновационных технологий на уроках биологии <https://infourok.ru/elementi-innovacionnih-tehnologiy-na-urokah-biologii-014599.html>;](https://infourok.ru/elementi-innovacionnih-tehnologiy-na-urokah-biologii-014599.html)
4. Крылова Н. П. Педагогические условия реализации рефлексивно-инновационного подхода в образовательном процессе вуза. Дисс. ... канд. пед. наук. Череповец, 2002. – 190 с.;
5. Михелькевич, В. И. Инновационные педагогические технологии: учеб. пос. / В. И. Михелькевич, В. М. Нестеренко, П. Г. Кравцов. Самара : Самар. гос. техн. ун-т, 2001. - 871 с.
6. Биология. Животные. 7 кл.:учеб. для общеобразоват. учреждений/ В.В. Латюшин, В.А. Шапкин.- М.: Дрофа, 2009. – 302 с.;
7. Вахрушев А.А., Бурский О.В., Раутиан А.С. Биология (От амёбы до человека). 7 класс. Учебник общеобразовательной школы. – М: Баласс, 2013. – 320с., ил. (Образовательная система «Школа 2100»);
8. Вестхайде В., Ригер Р. (ред.). Зоология беспозвоночных. В 2-х томах. М.: КМК. 2008.Т.1. - 512 с.;
9. [Демина Т.М. Современные методы преподавания биологии. Информационно-коммуникационные технологии \[http://открытый_урок.рф/статьи/612108/\]\(http://открытый_урок.рф/статьи/612108/\);](http://открытый_урок.рф/статьи/612108/)

10. Зоология позвоночных: теория и практика: учебно-методическое пособие / Н. В. Погодина [и др.] ; [научный редактор В. Л. Вершинин]; Министерство образования и науки Российской Федерации, Уральский федеральный университет. - Екатеринбург : Издательство Уральского университета, 2016. - 104 с.

Биологик фанларни ўқитиш технологиялари

Бекмирзаев М. Х., Ўралов А. И. Жиззах Давлат Педагогика Институтини

Резюме. Мақолада биология ва зоологияни ўргатиш ва ўқитиш методларининг умумий эътироф этилган ягона тизими йўқлиги, hozirgi vaqtda turli metodist va ўқитувчилар томонидан методлар таснифини яратишда турли ғоялар ва ёндашувлардан фойдаланилганлиги эътиборга олинishi лозим уқтирилган.

Таянч сўз: фаолият технологиялари, шахсга йўналтирилган технология, муаммоли таълим, эвристик таълим.

Технологии преподавания биологических наук

Бекмирзаев М. Х., Уралов А. И. Джизакский государственный педагогический институт

Резюме. В статье речь идет о том, что в изучении биологии и зоологии нет единых методик, поэтому при изучении этих дисциплин используются различные подходы и методики.

Ключевые слова: личность-ориентированная технология, проблемное обучение, эвристическое обучение.

Biological science teaching technologies

Bekmirzaev M. X., Uralov A.I. Jizzakh State Pedagogical Institute

Summary. The article refers to the fact that in the study of biology and zoology there are no unified methods, therefore, in the study of these disciplines, various approaches and techniques are used.

Key words: personality-oriented technology, problem education, heuristic education.

СОҒЛОМ ТУРМУШ ТАРЗИ - РЕПРАДУКТИВ САЛОМАТЛИКНИНГ АСОСИДИР

Каримов З. А.

Урганч давлат университети

Соғлом турмуш тарзи, энг аввало, кишиларнинг яхлит ҳаётини фаолияти билан узвий боғлиқ ҳолда намоён бўладиган мураккаб ҳодисадир. Соғлом турмуш тарзи нафақат умумий муҳитда фаолият кўрсатадиган кишилар хулқ- ахлоқидан ранг - барангликнинг моҳиятини, уни фаол ўзлаштиришнинг ижтимоий табиатини ифодалайди, шу билан бирга уни ўзгартириш шакли, усули ҳамдир. Тадқиқотчи В.Л.Абушенконинг фикрича, субъектлар ўз ҳаёт фаолиятидаги типик жиҳатларни бу жараёнда индивидуаллаштириб қолмайди, шу билан бирга индивидуалликнинг ўзини ҳам тўла маънода типиклаштиради[1,476].

Турмуш тарзи тушунчасининг мазмунини тўлароқ идрок этишда у билан жинсдош «турмуш даражаси», «сифати», «стили» каби категорияларнинг мазмунини аниқлаб олиш зарур. Муаммога доир адабиётларда турмуш тарзининг таснифи доирасида «турмуш даражаси» (иктисодий), «турмуш уклади» (социал-иктисодий), «турмуш сифати» (социологик), «турмуш стили» (ижтимоий-психологик) каби категориялар тилга олинади.

«Турмуш даражаси» (ёки фаровонлик даражаси) моддий ва маънавий эҳтиёжларнинг ҳажми, шунингдек уларнинг структурасини тавсифлайди. Бу тушунча алоҳида индивид, ижтимоий қатлам ёки умуман жамиятнинг моддий ҳамда маънавий эҳтиёжларини қондириш даражасини баҳолаш учун ишлатилади. У аниқ кўрсаткичларга эга бўлиб, умуммиллий бойликнинг ҳажми ва аҳоли жон бошига тақсимланиш ҳисоби, аҳолининг номинал ва реал даромадлари, унинг истеъмол қуввати (уй-жой, тиббий хизмат ва бошқалар), даромадларнинг табақаланиши, аҳолининг ижтимоий ва касбий гуруҳлари учун мўлжалланган харажат кабиларни ўз ичига олади. Бу тушунча математик моделларни ишлаб чиқиш билан боғланган бўлиб, қайд этиладиган соф миқдорий кўрсаткичлар жамиятнинг социал-сиёсий, мафкуравий ва бошқа ҳодисаларини ҳам ҳисобга олишни тақозо этади.

«Турмуш даражаси» тушунчаси нафақат миқдорий кўрсаткичлар билан белгиланадиган моддий омиллар (масалан, иш ҳақи даражасини, инсон ҳаётининг меҳнат билан боғлиқ соҳаларини, шу билан бирга унинг қобилиятларини ижодий намоён этиш, бошқалар билан мулоқот, шахсий эҳтиёжларни қондиришга мўлжалланган социал-психологик, ахлоқий компонентларни ҳам қамраб олади.

«Турмуш уклади» одатда турмуш тарзининг иқтисодий жиҳатларини, ишлаб чиқариш воситаларига мулкчилик шакллари, иқтисоднинг социал-ижтимоий моҳиятини, унинг хўжалик юритиш механизм (дастак)ларини, моддий тақсимот ва айирбошлаш ҳамда ижтимоий муносабатларни акс эттиради, шу асосда турмуш тарзининг ижтимоий-иқтисодий манбаларини тадқиқ этиш ва баҳолашга хизмат қилади. Шундай қилиб, бу категория ҳаётини шарт-шароитнинг миқдорий кўрсаткичларини назарда тутаяди. Демак, ҳаёт уклади кишилар фаолияти кечадиган ижтимоий ҳаёт, турмуш, маданият соҳасида идора қилиш усулидир. «Турмуш сифати» ҳаёт шарт- шароитларининг сифатий белгиларини баҳолайдиган, қулай муҳит, ўзаро мулоқот, иш фаолиятидан қониқиш даражасига тегишли кўрсаткичдир. «Турмуш сифати» эҳтиёжларни қондириш даражасини аниқлаб олишни назарда тутаяди, бунда асосий эътибор нафақат инсон фаолиятининг бевосита ташки миқдорий жиҳатларига, балки шу билан бирга ички моҳиятли белгилари, яъни меҳнат ва ҳордиқ чиқаришнинг мазмундорлиги, меҳнатдан маънавий қониқиш, инсоний мулоқот, билим олишга интилиш, маданият бойликларини эгаллаш кабиларга нисбатан эҳтиёжларнинг сифатини ифода этади. Табиийки, бу тушунча таркибига жамият аъзоларининг ижтимоий-иқтисодий ҳуқуқ ва бурчлари, уларнинг амал қилиш ва қафолатланиш даражаси, сиёсий ва маънавий кадрлар, ижтимоий туйғу ва кайфиятлар кўлами, инсоннинг ҳаёт кечириш қоидалари, ахлоқ-одоб меъёрлари, маданият кадрлар ҳам қиради. Ниҳоят, «турмуш стили» тушунчаси биринчи