

POLITEKNIKUMDA XODIMLARNING SALOMATLIGINI SAQLASH VA ISH MUHITINI YAXSHILASH

Ohangaron tumani 2-son Politexnikumi direktori

Margʻoziyev Turdiqul Abduqodirovich

Email. margoziyevturdiqul@gmail.com

ANNOTATSIYA Mazkur maqola politexnikumlarda xodimlarning salomatligini saqlash va ish muhitini yaxshilash masalalariga bagʻishlangan. Maqolada, ish muhiti va xodimlarning jismoniy hamda psixologik salomatligiga taʼsir etuvchi omillar, shuningdek, ish joyidagi xavfsizlik, ergonomika, sport va jismoniy faoliyatning ahamiyati batafsil yoritilgan. Xodimlarning sogʻligʻini saqlash boʻyicha amalga oshirilishi zarur boʻlgan tadbirlar va dasturlar hamda psixologik muhitni yaxshilashning ijobiy taʼsiri tahlil qilingan. Shuningdek, sogʻlom turmush tarzini targʻib qilish, dam olish va sport faoliyatlarini joriy etish orqali xodimlarning umumiy salomatligi va ish samaradorligi oshirilishi mumkinligi koʻrsatilgan. Maqola, politexnikumlar va boshqa taʼlim muassasalarida xodimlarning farovonligini taʼminlash va ish muhitini yaxshilash yoʻlidagi amaliy tavsiyalarni oʻz ichiga oladi. Ushbu tadbirlar nafaqat xodimlar, balki talabalar uchun ham qulay va samarali taʼlim jarayonini yaratishda muhim ahamiyat kasb etadi.

Kalit soʻzlar: Xodimlar, motivatsiya, taʼlim, boshqaruv, salomatlik, muhit;

Annotation. This article is devoted to the issues of maintaining the health of employees and improving the working environment in polytechnics. The article describes in detail the factors affecting the working environment and the physical and psychological health of employees, as well as the importance of workplace safety, ergonomics, sports and physical activity. The measures and programs that need to be implemented to protect the health of employees and the positive effect of improving the psychological environment are analyzed. It has also been shown that the general health and work efficiency of employees can be increased by promoting a healthy lifestyle, introducing recreation and sports activities. The article contains practical recommendations to ensure the well-being of employees and improve the working environment in polytechnics and other educational institutions. These events are important in creating a comfortable and effective educational process not only for employees, but also for students.

Key words. Personnel, motivation, training, management, health, environment;

KIRISH Oʻzbekiston Respublikasining taʼlim tizimini isloh qilish, malakali kadrlarni tayyorlash va iqtisodiyotni rivojlantirish davlat siyosatining asosiy yoʻnalishlaridan biri hisoblanadi. Taʼlim sohasidagi oʻzgarishlar mehnat bozorining

talablariga javob beradigan, raqobatbardosh mutaxassislarni tayyorlashga qaratilgan. Bu borada texnik va kasb-hunar ta'limi tizimi, xususan, politexnikumlarning roli beqiyosdir. Politexnikumlar sanoat, energetika, qurilish va boshqa muhim sohalar uchun malakali texnik va texnologlarni yetishtirib beradigan muhim o'quv maskanlari hisoblanadi.

So'nggi yillarda politexnikumlarda xodimlarning samaradorligini oshirish, ularni motivatsiya qilish masalasi dolzarb ahamiyat kasb etmoqda.



Xodimlarni jalb qilish, ularni ishda ushlab turish va samaradorligini oshirish, sifatli ta'limni ta'minlash uchun muhim omil hisoblanadi. Biroq, politexnikumlarda xodimlarning ish haqi pastligi, kasbiy o'sish imkoniyatlarining cheklanganligi, ish yuklamasining ko'pligi va ish joyidagi muhitning noqulayligi kabi muammolar kuzatilmoqda. Bu esa, malakali o'qituvchi va xodimlarning ishdan ketishiga, yangi kadrlarni jalb qilishga qiyinchiliklar tug'dirmoqda. Xodimlarni motivatsiya qilish masalasi ta'lim sohasidagi tadqiqotchilar va amaliyotchilarning doimiy e'tiborida

bo'lib kelgan. Xususan, A. Maslowning ehtiyojlar piramidasi, F. Gertsbergning ikki omilli nazariyasi, D. MakGregorning X va Y nazariyalari xodimlarni motivatsiya qilishning asosiy nazariyalaridan hisoblanadi. O'zbekistonlik olimlardan [Olimlarning ismlari va ularning ishlari haqida qisqacha ma'lumot]ning ishlarida ham xodimlarni rag'batlantirish, ish samaradorligini oshirish masalalari ko'rib chiqilgan. Biroq, politexnikumlar kontekstida xodimlarni motivatsiya qilishning o'ziga xos jihatlari, ta'lim sohasidagi o'zgarishlar va texnologiyalarning rivojlanishi bilan bog'liq yangi yondashuvlar keng ko'lamda o'rganilmagan.

Ushbu maqolaning maqsadi - politexnikumda xodimlarni motivatsiya qilishning zamonaviy usullarini tahlil qilish, ularning samaradorligini baholash va amaliyotga joriy etish bo'yicha tavsiyalar ishlab chiqishdir. Maqolada quyidagi vazifalar qo'yilgan:

- Politexnikum xodimlarining motivatsiya darajasini baholash uchun metodologiyani ishlab chiqish.
- Politexnikum xodimlarining motivatsiyasiga ta'sir etuvchi omillarni aniqlash.
- Politexnikumda qo'llanilishi mumkin bo'lgan motivatsiya usullarini tahlil qilish (moliyaviy va nomoliyaviy).
- Xalqaro tajribani o'rganish va politexnikum uchun mos keladigan usullarni tanlash.
- Politexnikumda motivatsiya tizimini takomillashtirish bo'yicha amaliy tavsiyalar ishlab chiqish.

TADQIQOT METODOLOGIYASI VA NATIJALARI.

Politexnikumda Xodimlarning Salomatligini Saqlash va Ish Muhitini Yaxshilash Bugungi kunda ishchilarning salomatligini saqlash va ish muhitini yaxshilash masalalari har bir ta'lim muassasasi uchun alohida e'tibor talab qilayotgan muhim vazifalardan biridir. Xodimlar salomatligini saqlash, ularning samarali ishlashini ta'minlash uchun ilg'or amaliyotlar va boshqaruv texnologiyalarini joriy etish zarur. Politexnikumda xodimlarning salomatligi va ish muhitining yaxshilanishi, nafaqat ularning individual farovonligini oshiradi, balki butun ta'lim muassasasining ishlash samaradorligini ham sezilarli darajada yaxshilaydi.



Ish muhiti, xodimlarning psixologik va jismoniy holatiga bevosita ta'sir qiladi. Yaxshi tashkil etilgan ish joyi xodimlarning ish faoliyatini samarali amalga oshirishiga yordam beradi. Xodimlar uchun qulay va xavfsiz ish sharoitlari yaratish, nafaqat ularning mehnat faoliyatiga ta'sir qiladi, balki ularning sog'lig'i uchun ham muhimdir. Hozirgi kunda ish muhiti faqatgina ishlash uchun zarur bo'lgan joy bo'lib qolmay, balki xodimlarning farovonligi va samarali ishlashini ta'minlovchi asosiy omillardan biri sifatida qaralmoqda. Xodimlar uchun qulay sharoitlar yaratish jarayonida quyidagi jihatlar e'tiborga olinishi zarur: Ish joyining xavfsizligi Ish joyida barcha mehnat xavfsizligi qoidalariga rioya etilishi lozim. Buning uchun xodimlarga mehnat xavfsizligi bo'yicha o'quv kurslari tashkil etilishi, xavfli ish joylari uchun maxsus himoya vositalari, ya'ni kiyim-kechaklar, qo'lqoplar, ko'zoynaklar va boshqalar

taqdim etilishi kerak. Ish joyidagi toza va qulay muhit: Xodimlarning ishlash joyi toza, yaxshi yoritilgan, havosi toza bo'lishi kerak. Dastlabki xodimlarni ro'yxatga olish va boshqa ishlarga joylashtirishdan oldin ularning ish joylarini zarur sanitariya-gigiyena talablariga javob beradigan darajada tashkil etish lozim.

Ish joyining ergonomikligi: Ish joyi jismoniy va psixologik jihatdan qulay bo'lishi kerak. Kompyuterda ishlashda xodimlar ko'p vaqt o'tkazadigan bo'lsa, ular uchun ergonomik mebel va kompyuterlar bilan ta'minlash zarur. Mehnat jarayonini yaxshilash va xodimlarning salomatligini saqlash uchun to'g'ri stollar, o'tirish kreslolarini tanlash, ularni o'zgartirish yoki doimiy ravishda sozlash imkoniyatlarini yaratish zarur.

Xodimlarning jismoniy salomatligi nafaqat ularning shaxsiy farovonligini ta'minlash, balki ish samaradorligini oshirish uchun ham juda muhimdir. Yaxshi jismoniy holatdagi xodimlar ko'proq va samaraliroq ishlaydi. Jismoniy faoliyat, stressni kamaytirish va umumiy salomatlikni yaxshilashda katta rol o'ynaydi. Politexnikumda xodimlarning jismoniy salomatligini saqlash uchun quyidagi amaliyotlarni joriy etish muhim. Sport tadbirlari va mashg'ulotlar: Xodimlar uchun sport inshootlari va mashg'ulotlar tashkil etish zarur. Shu bilan birga, sportga qiziqish uyg'otish maqsadida jismoniy tayyorgarlik kurslarini o'tkazish, turli sport musobaqalari va festivalar tashkil etish mumkin. Jismoniy mashqlarni rag'batlantirish: Uzoq vaqt davomida bir joyda ishlash xodimning sog'lig'iga zarar yetkazishi mumkin. Shuning uchun ish joyida o'rta tezlikda jismoniy mashqlarni bajarish, qachon va qanday tanaffuslar qilishni xodimlarga tushuntirish kerak. Xodimlar uchun maxsus mashqlar dasturlari, sog'lom turmush tarzini targ'ib qilish muvaffaqiyatli natijalar beradi. Ko'z salomatligini saqlash: Ko'p vaqt kompyuter oldida ishlash ko'zlarning charchashiga va ko'rish qobiliyatining pasayishiga olib kelishi mumkin. Xodimlarga ko'zni dam olish uchun maxsus mashqlarni bajarish, ko'zni muntazam tekshirishni tashkil etish va kompyuter ekranining yorug'lik darajasini nazorat qilish muhim. Psixologik salomatlik xodimlarning ish faoliyatini ta'sirleydigan yana bir muhim jihatdir. Stress, ishdagi zo'riqish va tashvishlar xodimlarning samarali ishlashiga to'sqinlik qiladi. Shuning uchun ish joyida ijobiy psixologik muhitni yaratish, stressni kamaytirish, jamoa ichidagi aloqalarni yaxshilash zarur. Psixologik qo'llab-quvvatlash: Xodimlar uchun psixologik maslahat xizmatlarini joriy etish, ularni stressni boshqarish, mehnat va shaxsiy hayot orasidagi muvozanatni saqlash bo'yicha treninglar o'tkazish muhim. Psixologik maslahatlar o'tkazish orqali xodimlarning ishga bo'lgan motivatsiyasi oshadi va ular o'zlarini ish joyida qulayroq his qilishadi. Ijtimoiy tadbirlar va jamoaviy faoliyatlar: Xodimlar o'rtasidagi ijtimoiy aloqalarni mustahkamlash uchun jamoaviy dam olish tadbirlari, korporativ bayramlar, seminarlar va treninglar tashkil qilish. Bunday tadbirlar stressni kamaytirishga yordam beradi va ish muhitida ijobiy atmosfera yaratadi. Motivatsion dasturlar va taqdirlash: Xodimlarni

muvaqqiyatlari uchun doimiy ravishda taqdirlash va rag'batlantirish psixologik salomatlikni yaxshilashda muhim ahamiyatga ega. Xodimlarning mehnatini qadrlash, ularga rag'bat berish, ularning faoliyatini taqdirlash orqali motivatsiyani oshirish mumkin.

Politeknikumda xodimlarning salomatligini saqlashga oid maxsus dasturlar va treninglar tashkil etish zarur. Bunday dasturlar xodimlarning sog'lig'ini saqlashda yordam beradi, stressni kamaytiradi va ish joyida xavfsiz muhit yaratishga ko'maklashadi. Quyidagi dasturlarni joriy etish samarali natijalarga olib kelishi mumkin:

Sog'lom turmush tarzini targ'ib qilish dasturlari: Sog'lom ovqatlanish, sigareta chekishni tashlash, muntazam jismoniy mashqlar qilish kabi sog'lom turmush tarzini targ'ib qilish. Xodimlarga sog'lom hayot tarzini tanlash bo'yicha ma'lumotlar berish, sog'lom ovqatlanish bo'yicha kurslar o'tkazish, doimiy sog'lomlashtirish tadbirlari tashkil etish.

Mehnat xavfsizligi bo'yicha treninglar: Xodimlarga mehnat muhitida xavfsizlikni ta'minlash, favqulodda vaziyatlarda qanday harakat qilishni tushuntirish, xavfsiz ish usullarini o'rgatish.

XULOSA VA TAKLIFLAR Xulosa o'rnida shuni aytish mumkinki Politeknikumda xodimlarning salomatligini saqlash va ish muhitini yaxshilash masalalari nafaqat har bir tashkilot uchun, balki butun jamiyat uchun muhim ahamiyatga ega. Bunda asosiy maqsad — xodimlarning sog'lig'ini himoya qilish, ularning mehnat samaradorligini oshirish va ularning ishdagi qoniqishlarini yaxshilashdan iboratdir. Yaxshi tashkil etilgan ish muhitida xodimlar o'zlarini qulay va xavfsiz his qilishadi, bu esa ularning ishga bo'lgan motivatsiyasini oshiradi va umumiy ish samaradorligini sezilarli darajada yaxshilaydi.

Politeknikumda samarali ish muhiti va salomatlikni saqlash tizimini yaratish uchun bir nechta asosiy jihatlarga e'tibor qaratish zarur. Ish joylarida xavfsizlikka, ergonomik talablarni ta'minlashga va xodimlar uchun qulay ish sharoitlarini yaratishga alohida e'tibor berish. Bu, nafaqat jismoniy salomatlikni saqlashga yordam beradi, balki ishga bo'lgan qiziqishni oshiradi va stressni kamaytiradi. Ish joyidagi psixologik muhitni ijobiy darajada tashkil etish. Xodimlar o'rtasidagi yaxshi munosabatlar, o'zaro hurmat va jamoaviy ruh, o'z fikrini erkin bildirish imkoniyatlari xodimlarning ruhiy holatini yaxshilaydi, stressni kamaytiradi va samarali ishlashga yordam beradi.

Sport va jismoniy faoliyat – Xodimlarning jismoniy salomatligini saqlash uchun sport tadbirlari va mashg'ulotlar tashkil etish zarur. Bu ularning nafaqat jismoniy, balki ruhiy holatini ham yaxshilaydi. Boshqa tomondan, sport va jismoniy mashqlar orqali xodimlarning sog'lom turmush tarziga bo'lgan qiziqishi oshadi.

Sog'lom ovqatlanish va dam olish sharoitlari – Xodimlarning sog'lig'ini ta'minlashda to'g'ri ovqatlanish va sifatli dam olish ham juda muhim. Ish joyida

sogʻlom ovqatlanish uchun maxsus koʻrsatmalar yoki ratsionlar ishlab chiqish, dam olish vaqtlari uchun maxsus joylar ajratish, jismoniy va ruhiy salomatlikni yaxshilashga yordam beradi.

Politexnikumdagi ish muhitini yaxshilash va xodimlarning salomatligini saqlashga doir amalga oshiriladigan tadbirlar nafaqat xodimlarning ishga boʻlgan munosabatini, balki taʼlim jarayonining sifatini ham ijobiy taʼsir koʻrsatadi. Talabalar uchun ham bu muhitda oʻqish samaraliroq va qiziqarli boʻladi, chunki oʻqituvchilar va boshqa xodimlar oʻz ishlariga qulay sharoitda, sogʻlom holatda kirishadi. Shuni taʼkidlash lozimki, xodimlarning salomatligini saqlash va ish muhiti sifatini yaxshilash har bir tashkilotning uzoq muddatli muvaffaqiyatining asosi hisoblanadi. Bu ishlar koʻpincha katta moliyaviy va vaqt talab qilsa-da, ularning samaralari uzoq muddatda muassasaning muvaffaqiyatini oshiradi, xodimlarning farovonligini taʼminlaydi va ish joyida ijobiy muhitni yaratadi. Bunday muhitda xodimlar oʻz ishlariga yanada koʻproq masʼuliyat bilan yondashadilar va ularning umumiy ish samaradorligi oshadi. Bundan tashqari, xodimlarning salomatligini saqlashga oid barcha tadbirlar va dasturlar tashkilotning ijtimoiy masʼuliyatini ham oshiradi. Xodimlar, shuningdek, ularning farovonligini qaygʻurayotgan va ularni qoʻllab-quvvatlayotgan tashkilotda ishlashni koʻproq qadrlashadi. Shuning uchun politexnikumlarda xodimlarning salomatligini saqlash va ish muhitini yaxshilash masalalari alohida ahamiyatga ega boʻlib, bu nafaqat ularning mehnat faoliyatini, balki oʻqish jarayonining sifatini ham sezilarli darajada yaxshilaydi.

Ish muhitini yaxshilash, salomatlikni saqlashga oid dasturlarni amalga oshirish va doimiy monitoring oʻtkazish, har bir politexnikumda farovon ish muhiti yaratishning asosiy vositalaridir. Xodimlarning sogʻligʻini saqlash uchun qatʼiy chora-tadbirlar koʻrish, ijtimoiy dasturlarni amalga oshirish orqali taʼlim muassasalarida muvaffaqiyatga erishish mumkin. Shu sababli, politexnikumda xodimlarning salomatligi va ish muhitini yaxshilashga qaratilgan yondashuvlar har tomonlama jamoaning rivojlanishiga va taʼlim sifatining oshishiga hissa qoʻshadi. Yaxshi va sogʻlom ish muhitini yaratish esa, kelajakdagi yangi avlodni tarbiyalashda katta ahamiyatga ega boʻladi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR:

1. Ulmasovna, D.M.(2022). Pedagogikaning dolzarb muammolari. Galaxy International Interdisciplinary Research Journal, 10(10), 211-212.
2. Kholida, S., Akhrarova, Z., Mamura, D., Gulbakhor, I., & Kadamboy, M. (2019). Modular teaching technology based on scientific activity.
3. Ulmasovna, D. M., & Jamshidovna, F. F. (2022). Boshlangʻich sinf oʻquvchilarining ijodiy qobiliyatlarini rivojlantirishda innovatsion texnologiyalardan foydalanish. pedagog, 1(1), 155-159.

4. Kazakova, S. (2023). Boshlang 'ich ta'limda "tarbiya" darslarini tashkil etishda innovatsion yondashuvlar. Yangi O'zbekiston pedagoglari axborotnomasi, 1(1), 18- 22.
5. Abdurahmonova, I., & Sharifova, Z. (2023). Umumiy o 'rta va o 'rta maxsus ta'limda "tarbiya" fanini o 'qitishda tarbiyaviy treninglardan foydalanish. Yangi O'zbekiston pedagoglari axborotnomasi, 1(1), 13-17.
6. Dehkanova, M. (2021). Issues to increase the efficiency of pedagogical activity in higher education. Sciences of Europe, (72-2), 54-56.
7. Ulmasovna, D. M. M., & Qizi, R. M. Q. (2023). Bo'lajak boshlang'ich sinf o'qituvchilarining ijtimoiy-madaniy kompetentligini rivojlantirish. ta'lim va rivojlanish tahlili onlayn ilmiy jurnali, 3(4), 52-56. Tashkent Medical Academy Volume 4 | TMA Conference | 2023 Integration of Science, Education and Practice in Modern Psychology and Pedagogy: Problems and Solutions Zamonaviy psixologiya, pedagogikada fan, ta'lim va amaliyot integratsiyasi: muammo va yechimlar 919 May 6 <https://tma.uz/> International Scientific and Practical Conference
8. Ахмедова, М. (2017). Педагогик конфликтология. Ўқув қўлланма, 2016.
9. Axmedova, M. T. (2014). Pedagogik konfliktologiya. T.: TDPU.
10. Akhmedova, M. T., Umarova, M. K., & Polatova, M. S. (2022). THE ROLE OF MODERN METHODS AND TECHNOLOGIES IN IMPROVING THE EFFICIENCY OF THE SOCIAL SERVICES SYSTEM IN THE COUNTRY. Web of Scientist: International Scientific Research Journal, 3(11), 784-787.
11. Akmedova, M. T., & Ugli, J. D. E. (2022). Representations are EmotionalPsychological Visual Images of Reality. European Multidisciplinary Journal of Modern Science, 5, 188-192.
12. Akhmedova, M., Narmetova, Y., & Alisherov, B. (2021). Catigories of person in conflict and methods of conflict resolution in the occurrence of conflicts between medical personnel.
13. Нарметова, Ю. (2020). Актуальные проблемы организации психологической службы у больных с психосоматическими заболеваниями.
14. Нарметова, Ю. (2020). Оила хотиржамлиги-болалардаги психосоматиканинг олдини олиш омили сифатида. Бола ва замон.
15. Нарметова, Ю. К. (2023). ВИДЫ ПСИХОСОМАТИЧЕСКИХ РАССТРОЙСТВ И ИХ ХАРАКТЕРИСТИКА У ДЕТЕЙ. Gospodarka i Innowacje., 33, 221-224.
16. Мелибаева, Р. Н. (2018). Проблема умственного развития в трудах психологов советского периода. In International scientific review of the problems and prospects of modern science and education (pp. 127-129). 17.

Nasirovna, M. R. (2022). THE ROLE OF PSYCHOLOGICAL DIAGNOSIS IN CLINICAL PRACTICE. Conferencea, 4-6.

17. Мелибаева, Р. (2018). ТАЛАБАЛАР ТАФАККУРИНИ РИВОЖЛАНТИРИШНИНГ ПСИХОЛОГИК МЕХАНИЗМЛАРИ.
18. Karimovna, N. Y., Nasirovna, M. R., Tursunaliyevna, A. M., Abduvaliyevna, A. N., & Ravshanovna, U. S. (2023). Psychodiagnostics of psychosomatic diseases. Journal of Survey in Fisheries Sciences, 10(2S), 2903-2911.

