

**O‘ZBEKISTON RESPUBLIKASI FAN, TA‘LIM VA
INNOVATSIYALAR VAZIRLIGI**

O‘ZBEKISTON RESPUBLIKASI SOG‘LIQNI SAQLASH VAZIRLIGI

ANDIJON DAVLAT TIBBIYOT INSTITUTI

YUSUPOV KAXRAMON MUXIDDINOVICH

SOLIYEVA MA‘MURAXON KAXRAMON QIZI

**“BOLALAR VA O‘SMIRLAR KIYIMI, POYAFZALI VA
O‘YINCHOQLARIGA BO‘LGAN GIGIYENIK
TALABLAR”**

O‘QUV QO‘LLANMA



ANDIJON – 2023-YIL

MUALLIFLAR:

- K.M.YUSUPOV** - ADTI Umumiy gigiyena kafedrası katta o‘qituvchisi.
- M.K.SOLIYEVA** - Abu Ali Ibn Sino nomidagi Andijon Jamoat salomatligi texnikumi o‘qituvchisi

TAQRIZCHILAR:

- G.I.SHARIPOVA** – Buxoro davlat tibbiyot instituti mexnat, ovqatlanish, kommunal, radiatsion, bolalar va o‘smirlar gigiyenasi kafedrası mudiri, PhD, dotsent
- S.M.BABICH** - ADTI Ijtimoiy gigiyena va SSB kafedrası mudiri, dotsent

Ushbu o‘quv qo‘llanma pediatriya fakulteti- 60910300 ta’lim yo‘nalishi, namunaviy o‘quv fan dasturi va namunaviy o‘quv rejasining 1.19. blokidagi “Gigiyena, harbiy gigiyena. Tibbiy ekologiya” fanidan tayyorlangan.

O‘quv qo‘llanma tibbiyot institutlari pediatriya fakulteti-60910300, tibbiy profilaktika ishi yo‘nalishi-60910400, davolash ishi - 910200 Abu Ali Ibn Sino nomidagi Jamoat salomatligi texnikumlari talabalari uchun mo‘ljallangan.

Mazkur o‘quv qo‘llanmani tayyorlashda mahalliy va xorijiy adabiyotlardan foydalanilgan. O‘quv qo‘llanmada bolalar va o‘smirlar kiyimi, ko‘krak hamda yasli yoshidagi bolalarni kiyintirish xususiyatlari, kiyimning gigienik xarakteristikasi uni tayyorlashda foydalaniladigan materiallar sifatiga gigiyenik talablar, chaqaloqlar, maktabgacha yoshdagi bolalarni yozgi va qishki kiyimlariga, poyafzali va o‘yinchoqlariga bo‘lgan gigiyenik talablar, bolalar o‘yinchoqlariga qo‘yiladigan xavfsizlik talablari, xavfsizlikka muvofiqlikni ta’minlanish talablari keng yoritib berilgan.



**ANDIJON DAVLAT
TIBBIYOT INSTITUTI**

GUVOHNOMA



ANDIJON – 2023

O'QUV ADABIYOTINING NASHR RUXSATNOMASI

O'zbekiston Respublikasi Oliy ta'lim, fan va innovatsiyalar vazirligi,
Andijon davlat tibbiyot instituti rektorining 2023 yil "2" dekabrda
"01/08/643-T"–sonli buyrug'iga asosan

K.M.Yusupov, M.K.Soliyeva
(muallifning familiyasi, ismi-sharifi)

**Pediatrica ishi - 60910300, Tibbiy profilaktika ishi -
60910400, Davolash ishi 6910200**
(ta'lim yo'nalishi (mutaxassisligi))

_____ ning
talabalari (o'quvchilari) uchun tavsiya etilgan.

***Bolalar va o'smirlar kiyimi, poyabzali va o'yinchoqlariga
bo'lgan gigiyenik talablar nomli o'quv qo'llanmasi***
(o'quv adabiyotining nomi va turi: darslik, o'quv qo'llanma)

_____ ga
O'zbekiston Respublikasi Vazirlar Mahkamasi tomonidan
litsenziya berilgan nashriyotlarda nashr etishga ruxsat
berildi.

Rektor  M.M.Madazimov
(imzo)



Ro'yxatga
olish raqami:
100294



T/p	МУҲДАРИЖА	Бет
1	Kirish	6
2	Kiyimlarning gigienik tasnifi	9
3	Maktabgacha yoshdagi bolalar kiyimlariga bo‘lgan gigienik talablar	10
4	Chaqaloqlarning yozgi kiyimiga gigienik talablar	14
5	Bolalar kiyimiga qo‘yiladigan asosiy gigiyenik talablar	17
6	Ko‘krak hamda yasli yoshdagi bolalarni kiyintirish xususiyatlari	18
7	Maktabgacha borish oldi yoshdagi bolalarni kiyintirish xususiyatlari	20
8	Bolalar poyafzaliga bo‘lgan gigienik talablar	24
9	Poyafzalning konstruksiyasi va uning razmerlari	27
10	O‘rin-ko‘rpagaga qo‘yiladigan gigiyena talablari	29
11	Kiyimning gigiyenik xususiyatlari	33
12	Poyabzalga qo‘yiladigan gigienik talablar	37
13	Bolalar o‘yinchoqlariga bo‘lgan gigiyenik talablar	39
14	Bolalar o‘yinchog`i deb qaralmaydigan mahsulotlar ro‘yxati	51
15	Bolalar sog'ligi uchun o'yinchalar (o'yinlar) xavfsizligiga bo‘lgan sanitara-gigienik talablar (SanQVM-0287-10)	56
16	O‘yinlar va o‘yinchoqlarning sanitarya-kimyoviy tekshiruvdan o‘tkazish.	58
17	Bolalarga o‘yinchoq tanlash qoidalari	76
18	Mavzuga tegishli o‘rgatuvchi, nazorat qiluvchi dasturlar	84
19	Foydalanilgan adabiyotlar	98

KIRISH

Ko'p asrlar davomida bolalar kiyimlari mohiyatiga ko'ra, kattalar kiyimidan farq qilmagan. Bolalar bunday kiyimlarda o'zlarini juda ham noqulay sezib kelganlar. Faqat XIX asrga kelib pedagogika va tibbiyot fanlari rivojlanishi bilan bolalar kiyimining shakli ularning gavda tuzilishiga qarab o'zgarib boshladi. Bolalarga yengil, harakatlariga halaqit qilmaydigan kiyimlarni tavsiya qila boshladilar.

Bola organizmi kattalar organizmidan o'zining bir qator anatomik-fiziologik xususiyatlari bilan farq qiladi, bolaning yoshi qanchalik kichik bo'lsa, o'zida hosil bo'ladigan issiqlikni boshqarishi shunchalik takomiliga yetmagan bo'ladi, shu boisdan ularning kiyimiga alohida talab qo'yiladi.

Kiyimning gigienik xarakteristikasi uni tayyorlashda foydalaniladigan materiallar sifatiga bog'liq.

Bolalar kiyimlarini tayyorlash uchun mo'ljallangan matolarning maxsus laboratoriya sharoitlarida gigiyenik ekspertizasini o'tkazishda quyidagilar aniqlanadi:

- Tolalar xarakter va mato strukturasi
- Xajmiy massasi va qalinligi
- Xavo va par o'tkazuvchanligi
- Namlikni yaxshi o'tkazuvchanligi
- Maksimal va minimal namlik xajmi
- Ivishi
- Kapillyarligi
- Issiqlik o'tkazuvchanligi

Bolalar kiyimlarini gigiyenik baxolashda va konstruksiyalashda quyidagilar xisobga olinadi:

- Matoning xususiyatlari
- Bichilishi
- Bolalar organizmining funktsional xususiyatlari va termoregulyatsiyasi
- Amaliyligi

Bolalar kiyimlarini, ayniqsa, ichki kiyimlarni tayyorlashda iloji boricha tabiiy matolardan foydalanish kerak – masalan paxta tolali.

Tabiiy matolar ko‘proq fiziologik xususiyatlarga ega bo‘ladi.

Bolalar kiyimini tanlashda quyidagilarga ahamiyat berish kerak:

- Bolaning yoshi va jinsiga;
- Bolaning jismoniy rivojlanganligi va anatomo-fiziologik xususiyatlariga;
- Bolalarning xarakterga bo‘lgan yuqori ehtiyojiga;
- Bolaning salomatlik xolatiga;
- Yil fasllari va atrof muxit xolatiga;
- Bolada allergik, teri (issiqlik, toshmalar), shamollash va boshqa xar xil kasalliklar mavjudligiga;
- Kiyimlar tayyorlanadigan matolar bolani issiqlik yo‘qotishdan va qizib ketishdan himoya qilishi kerakligiga;
- Qulay, keng, issiqlik va teri parlanishini yaxshi o‘tkazishlikligiga.

Kiyimlar tayyorlanadigan gazlamalar qanday xususiyatlarga ega bo‘lishi kerak:

- Ustki kiyim juda kam issiqlik o‘tkazishi kerak, yani mato qancha qalin bo‘lsa, u shuncha issiq bo‘ladi, unda ko‘p xavo bo‘ladi (drap, tabiiy jun).
- Ustki qishki va kuzgi kiyimlar uchun mato minimal gigroskopik va issiqlikni himoyalovchi xususiyatlari past bo‘lishi kerak, chunki uni yog‘ingarchiliklarda namlikdan saqlaydi.
- Qishki va kuzgi kiyimning yuza qatlami sovuq xavodan himoya qilish maqsadida kam xavo o‘tkazuvchi bo‘lishi kerak (kapron, lavsan, viskoza).
- Minimal og‘irlikdagi mato uning barcha zarur xususiyatlari saqlanib qolgan xolda gigienik optimal xisoblanadi (krepdeshin - 25g/m^2 , drap – $77,0\text{ g/m}^2$, tabiiy jun – $1000,0\text{ g/m}^2$).
- Yozgi kiyim maksimal xavo almashtiruvchi xususiyatga ega bo‘lishi kerak, yani yuqori xavo o‘tkazuvchi bo‘lishi kerak (paxta, tabiiy ipak).
- Kiyim par, yani o‘zidan suv parlarini o‘tkazish xususiyatiga ega bo‘lishi kerak (paxta, tabiiy ipak).

- Bolalar kiyimi gigroskopik xususiyatga ega bo'lishi kerak, yani kiyimning ichki qavati uchun mo'ljallanadigan mato teri yuzasidan terni yo'qotishga yordam qilib suv parlarini o'ziga singdira olishi kerak.

Tanani qizib ketishi va sovib ketishi, allergik, shamollash, teri kasalliklari (issiqlik, toshmalar) profilaktikasida bolalar kiyimlari uchun gazlamalarning ro'yxati: Kiyimning birinchi qavati uchun (ichki kiyim):

- Paxta – 100 %.
- Kapron – 18%,
- Paxta – 82 %.
- Kapron – 21.6 %
- Viskoza – 78,4%
- Siblön – 30%
- Xlopok – 70%
- Viskoza – 100%
- Asetat – 50%
- Viskoza – 50%

Kiyimning ikkinchi qavati uchun (ko'ylaklar, bluzkalar, sorochkalar):

1. Nitron - 20% (Viskoza – 20%, Sherst - 60%)

2. Nitron - 30%

Viskoza – 30%

Sherst - 40%

3. Lavsän – 20%

Viskoza – 20%

Sherst - 60%

4. Lavsän – 30%

Viskoza – 30%

Sherst - 40%

5. Lavsän – 40%

Viskoza – 30%

Sherst - 30%

6. Lavsan – 25%

Paxta – 75%

7. Kapron – 20%

Paxta – 80%

8. Kapron – 30%

Paxta – 70%

KIYIMLARNING GIGIENIK TASNIFI

Mahsulotlarning xavfsizlik darajasi gigienik tasnif bilan belgilanadi, bunda asosiy tasniflash elementlari teri bilan bevosita aloqa qilish maydoni, foydalanuvchining yoshi va doimiy ishlatish muddati hisoblanadi.

Teri orqali ta'sir qilish darajasini aniqlaydigan kiyim bilan aloqa qiladigan tananing maydoniga qarab, ball tizimiga ko'ra, mahsulotlar quyidagilarga bo'linadi:

- katta yuzada teri bilan to'g'ridan-to'g'ri aloqa qilish (tana maydonining 15% va undan ko'p) - 1 ball;
- kichik sirtida teri bilan bevosita aloqa qilish (tana maydonining 15% dan kam yoki undan ko'p) - 2 ball;
- teri bilan bevosita aloqa qilmaslik - 3 ball.

Yoshga bog'liq fiziologik xususiyatlarga qarab, ballar tizimi bo'yicha mahsulotlar quyidagilar uchun mahsulotlarga bo'linadi:

- yangi tug'ilgan chaqaloqlar - 0 ball;
- 3 yoshgacha bo'lgan bolalar, shu jumladan - 1 ball;
- 4 yoshdan 7 yoshgacha bo'lgan bolalar - 2 ball;
- 8 yoshdan 12 yoshgacha bo'lgan bolalar - 3 ball;
- 13 yoshdan 15 yoshgacha bo'lgan o'smirlar - 4 ball;
- 16 yoshdan oshgan qizlar va o'g'il bolalar uchun - 5 ball.

Doimiy foydalanish davomiyligi va chastotasiga qarab, ballar tizimiga ko'ra, mahsulotlar quyidagilarga bo'linadi:

- muntazam foydalanish (har kuni 4 soat va undan ko'p) - 1 ball;

- vaqti-vaqti bilan foydalanish (haftada 1-2 marta 4 soatdan ko'p bo'lmagan) - 2 ball.

Mahsulotlar, tasniflash ko'rsatkichining qiymatiga qarab 4 sinfga bo'linishi kerak.

I sinf - tasniflash ko'rsatkichi - 0,38-0,55;

II sinf - tasniflash ko'rsatkichi - 0,56-0,70;

III sinf - tasniflash ko'rsatkichi - 0,71-0,92;

IV sinf - tasniflash ko'rsatkichi - 0,93-1,25.

MAKTABGACHA YOSHDAGI BOLALAR KIYIMLARIGA BO'LGAN GIGIENIK TALABLAR

- Ichki kiyim – bola tanasiga bevosita tegib turadigan kiyim, shuning uchun u kiyim ostidagi bo'shlikdan almashinuv mahsulotlarini (gazlar, namlik va yog' bug'lari) yo'qotishga yordam qilishi kerak.
- Ichki kiyim uchun yuqori xavo kirishi, bug'lar kirishi, gigroskopik, ramlikni singdirishni va gidrofillikni ta'minlovchi yumshoq gazlamalardan foydalaniladi.
- Ichki kiyimning bichilishi teri me'yorda "nafas" olishini ta'minlash uchun kiyim osti bo'shligida xavo almashinuviga yordam berishda erkin va qulay bo'lishi kerak.
- Maktabgacha yoshdagi bo'lgan bolalar uchun ichki kiyim gazlamalari tabiiy tolalardan tayyorlanishi kerak.
- Maktabgacha yoshdagi bolalar uchun paxta – siblonli gazlamalarga (paxta – 70 %, siblon – 30 %) ruxsat etiladi.
- Bolalar kiyimlarida dag'al choklar, qattiq tortadigan rezinkalar bo'lmasligi kerak (bolalar trusiklarida rezinkalar faqat orqa tomonida bo'lishi kerak).
- Maktabgacha yoshidagi bolalar kiyimlarida (40 razmergacha) sintetik tikuv iplaridan foydalanishga ruxsat berilmaydi.

MAKTABGACHA YOSHDAGI BOLALAR YOZGI KIYIMIGA GIGIENIK TALABLAR

1. Yozda iqlim va meteorologik sharoitlarga ko'ra bolalar bir yoki ikki qavatli kiyim kiyadi. Birinchi qavat – ichki kiyim, ikkinchi qavat: qizlar uchun – ko'ylak yoki yubka va bluzka, o'g'il bolalar uchun – shortlar va rubashkalar.

2. Yozgi ko'ylaklar uchun foydalaniladigan gazlamalar ichki kiyimlar gazlamalari kabi yuqori xavo va bug' o'tkazish, gigroskopik, namlikni singdirish, gidrofil va issiqlik o'tkazish xususiyatlariga ega bo'lishi kerak.

3. Yozgi kiyim andozasi erkin bo'lishi va kiyim osti bo'shlikda maksimal xavo almashinuvini ta'minlashi kerak.

4. Kiyimlar konstruksiyasida qisib turuvchi belbog'lar, qattiq tortuvchi rezinkalar va baland yoqalardan foydalanish qat'iy man qilinadi.

MAKTABGACHA YOSHDAGI BOLALAR QISHKI KIYIMIGA GIGIENIK TALABLAR

1. Qishda xonadagi xavo xarorati 20°S dan yuqori bo'lganda bolalar gazlama sifati va konstruksiyasi yozdagiga o'xshash ikki qavat kiyim kiyadi. Agar xonadagi xavo xarorati 19°S dan kam bo'lsa, qalinroq gazlamalardan, shunigdek issiqlikni yuqori ximoyalovchi xususiyatlarga ega bo'lgan sherst tolali gazlamalardan foydalanish tavsiya etiladi. Kiyim kalgotkalar, uzun shimlar, koftalar, sviterlardan foydalanib uch qavatli bo'lishi mumkin va x.k.

2. Ustki issiq kiyim o'zining asosiy vazivasini bajarishi kerak – issiqlik izolyatsiyasi, shunigdek atmosfera namligi va shamollardan ximoya qilishi kerak.

3. Kiyimning ustki qavati past ko'rsatkichli xavo o'tkazish, bug' o'tkazish, gigroskopik va namlikni singdirish xususiyatiga ega bo'lgan gazlamalardan tayyorlanadi, ular kiyim osti bo'shlig'iga atmosferaning sovuq xavosi kirishiga qarshilik ko'rsatadi, kiyimning issiqlikni ximoya qilish xususiyatini oshirgan xolda uni qor va yomg'irdan xo'l bo'lishini oldini oladi. Bolalar qishki kiyimining ustki qavati uchun suvni itaruvchi xossalari shimdirilgan tabiiy tolalardan yoki sintetik gazlamalardan foydalanish mumkin.

4. Ikkinchi – issiqlikni ximoyalovchi qavat ko'p sonli xavo tutuvchi

teshiklari bor tuzilishga ega bo'lgan tabiiy, sun'iy va sintetik tolalardan tayyorlangan gazlamadan tarkib topgan bo'lishi kerak: paxta, vatin, vatilin, sintipon va x.k. Sintetik tolalardan foydalanishga ruxsat beriladi, chunki bu gazlamalar teri qoplamiga bevosita tegib turmaydi va kiyimning ikkinchi qavatini faqat issiqlikni yuqori izolyatsiyasini ta'minlashi kerak.

5. Ichki qavat – podkladka –xavo o'tkazish, bug' o'tkazish, namlikni singdirish va gigroskopiklikning yuqori ko'rsatkichlariga ega bo'lishgan va tabiiy yoki sintetik tolalardan tayyorlangan gazlamalardan foydalanish kerak, chunki kiyim osti bo'shligida optimal gigienik sharoitlarini ta'minlashi kerak.

6. Bolalarning qishki kiyim konstruksiyasi kiyim osti bo'shligida minimal xavo sirkulyatsiyasini va atrof muxit bilan minimal xavo almashinuvini ta'minlashi kerak. Bu kiyim osti bo'shligida ko'p sonli yopiq bo'shlikdarni tashkil qilish bilan ta'minlanadi: kapyushon, manjet va belbog'ning bo'lishi. Eng yaxshi qishki kiyim bo'lib baland belbog'li shim va kapyushonli, uzaytirilgan, pastki qismi rezinkada toraytirilgan kurtkadan iborat majmua xisoblanadi. Bunday konstruksiya yuqori va meyoriy issiqlikni himoyalovchi effektini ta'minlaydi va bolaning xarakatlariga qarshilik ko'rsatmaydi.



1-rasm. Bolalarning qishki kiyimlari.

CHAQALOQNING KIYIMINI TANLASHDA QUYIDAGILARGA AHAMIYAT BERISH KERAK:

1. Ichki kiyim – bola tanasiga bevosita tegib turadigan kiyim, shuning uchun u kiyim ostidagi bo'shlikdan almashinuv maxsulotlarini (gazlar, namlik va yog' bug'lari,) yo'qotishga yordam qilishi kerak.

2. Ichki kiyimning bichilishi teri me'yorda "nafas" olishini ta'minlash uchun kiyim osti bo'shligida xavo almashinuviga yordam berishda erkin va qulay bo'lishi kerak.

3. Ichki kiyim uchun yuqori xavo kirishi, bug'lar kirishi, gigroskopik, namlikni singdirishni va gidrofillikni ta'minlovchi yumshoq gazlamalardan foydalaniladi.

4. Gidrofillik - % larda ifodalanadi va gazlamaning namlikni tez va to'liq shimib olish xususiyatini aks ettiradi. Yuqori gidrofillik teri qoplamiga bevosita tegib turadigan suv bug'larini teri yuzasidan singdirib oladigan gazlamalarda bo'lishi kerak. (Masalan: batist, volta, chit – 90 %, reps suv itarish xossasiga ega bo'lgan modda singdirilgan – "0" atrofida).

5. Gidrofoblik – "xo'l bo'lmaslik" - gidrofillikka qarama qarshi bo'lgan xususiyat. Yuqori gidrofoblik kiyimning yuqori qavatlarini tashkil qiluvchi gazlamalarda, ularni qor, yomg'ir, tumandan himoya qilish uchun bo'lishi kerak.

6. Lipofillik - % larda ifodalanadi va gazlamalarning teri yuzasidan yog'ni o'ziga singdirib olish xossasini xarakterlaydi. Yuqori lipofillik asosan sintetik gazlamalarga xos bo'lib, manfiy xususiyat xisoblanadi, chunki yog' tomchilari gazlamaning fizik – gigienik xususiyatlarini yomonlashtirib, tolalar orasidagi xavoli bo'shliqni to'ldiradilar.

7. Issiqlik o'tkazuvchanlik – gazlamalarning issiqlik himoya xususiyatlarini xarakterlaydi: issiqlik o'tkazuvchanlik qancha past bo'lsa, shuncha gazlama issiq bo'ladi.

8. Chaqaloqlar uchun va 3 yoshgacha bo'lgan bolalar uchun ichki kiyim gazlamalari tabiiy tolalardan tayyorlanishi kerak.

9. Bolalar kiyimlarida dag'al choklar, qattiq tortadigan rezinkalar bo'lmasligi kerak (bolalar trusiklarida rezinkalar faqat orqa tomonida bo'lishi kerak).



2-rasm. Chaqaloqlar ichki kiyimlari.

CHAQALOQLARNING YOZGI KIYIMIGA GIGIENIK TALABLAR

1. Yozda– ko‘ylak yoki yubka va bluzka, o‘g‘il bolalar uchun – shortlar va rubashkalar.

2. Yozgi ko‘ylaklar uchun foydalaniladigan gazlamalar ichki kiyimlar gazlamalari kabi yuqori xavo va bug‘ o‘tkazish, gigroskopik, namlikni singdirish, gidrofil va issiqlik o‘tkazish xususiyatlariga ega bo‘lishi kerak.

3. Yozgi kiyim andozasi erkin bo‘lishi va kiyim osti bo‘shlikda maksimal xavo almashinuvini ta‘minlashi kerak.

4. Kiyimlar konstruksiyasida qisib turuvchi belbog‘lar, qattiq tortuvchi rezinkalar va baland yoqalardan foydalanish qat‘iy man qilinadi.



3-rasm. Chaqaloqlarning yozgi kiyimlari.

CHAQALOQLARNING QISHKI KIYIMIGA GIGIENIK

TALABLAR

1. Qishda xonadagi xavo xarorati 20°S dan yuqori bo'lganda bolalar gazlama sifati va konstruksiyasi yozdagiga o'xshash ikki qavat kiyim kiyadi. Agar xonadagi xavo xarorati 19°S dan kam bo'lsa, qalinroq gazlamalardan, shunigdek issiqlikni yuqori himoyalovchi xususiyatlarga ega bo'lgan sherst tolali gazlamalardan foydalanish tavsiya etiladi.

2. Kiyim - kalgotkalar, uzun shimlar, koftalar, sviterlardan foydalanib uch qavatli bo'lishi mumkin.

3. Ustki issiq kiyim o'zining asosiy vazifasini bajarishi kerak – issiqlik izolyatsiyasi, shunigdek atmosfera namligi va shamollardan himoya qilishi kerak.

4. Kiyimning ustki qavati past ko'rsatkichli xavo o'tkazish, bug' o'tkazish, gigroskopik va namlikni singdirish xususiyatiga ega bo'lgan gazlamalardan tayyorlanadi, ular kiyim osti bo'shlig'iga atmosferaning sovuq xavosi kirishiga qarshilik ko'rsatadi, kiyimning issiqlikni himoya qilish xususiyatini oshirgan holda uni qor va yomg'irdan ho'l bo'lishini oldini oladi.

5. Bolalar qishki kiyimining ustki qavati uchun suvni itaruvchi xossalar, shimdirilgan tabiiy tolalardan yoki sintetik gazlamalardan foydalanish mumkin.

6. Kiyimning ikkinchi qavati – issiqlikni himoyalovchi qavat ko'p sonli xavo tutuvchi teshiklari bor tuzilishga ega bo'lgan tabiiy, sun'iy va sintetik tolalardan tayyorlangan gazlamadan tarkib topgan bo'lishi kerak: paxta, vatin, vatilin, sintipon va x.k. Sintetik tolalardan foydalanishga ruxsat beriladi, chunki bu gazlamalar teri qoplamiga bevosita tegib turmaydi va kiyimning ikkinchi qavatini faqat issiqlikni yuqori izolyatsiyasini ta'minlashi kerak.

7. Ichki qavat – podkladka –xavo o'tkazish, bug' o'tkazish, namlikni singdirish va gigroskopiklikning yuqori ko'rsatkichlariga ega bo'lishgan va tabiiy yoki sintetik tolalardan tayyorlangan gazlamalardan foydalanish kerak.

Bolalarning qishki kiyim konstruksiyasi kiyim osti bo'shligida minimal xavo sirkulyatsiyasini va atrof muxit bilan minimal xavo almashinuvini ta'minlashi kerak.

Bu kiyim osti bo'shligida ko'p sonli yopiq bo'shliklarni tashkil qilish bilan ta'minlanadi: kapyushon, manjet va belbog'ning bo'lishi.

Eng yaxshi qishki kiyim bo'lib baland belbog'li shim va kapyushonli, uzaytirilgan, pastki qismi rezinkada toraytirilgan kurtkadan iborat majmua xisoblanadi. Bunday konstruksiya yuqori va me'yoriy issiqlikni himoyalovchi effektini ta'minlaydi va bolaning harakatlariga qarshilik ko'rsatmaydi.



4-rasm. Chaqaloqning qishki kiyimi.

Bolaga o'ziga mos ichki kiyimlar, ko'ylak, poyabzallar tanlab kiydirilganda tanasidan issiqlik ajralishini sekinlatishi yoki tezlatishi mumkin, shu bilan organizm uchun o'zidagi issiqlik miqdorini har qanday ob-havo sharoitida moslashtirib, bir muvozanatda turishga qulaylik yaratiladi.

Kiyim-kechaklarga va poyabzalga qo'yiladigan asosiy gigienaviy talablar kattalar kiyimiga qo'yiladigan talablardan farq qilmaydi. Ular avvalo organizmning issiqlik muvozanatini me'yorida saqlash uchun qulay sharoitni va tana bilan tashqi muhit o'rtasidagi namlikning almashinuvini ta'minlab berishi kerak. Kiyimlar havoni, bug'ni o'tkazuvchanligi, namni tortishi hayot va faoliyatning aniq sharoitiga, shuningdek, organizmning anatomik-fiziologik xususiyatlariga mos kelishi kerak. Bolalarning terisi nozik, yupqa bo'lganidan salga jarohatlanadi, shu tufayli ham ularga kiyimlar eng yumshoq gazlamalardan, choklari badanga botmaydigan qilib tiqiladi. Bolalarga mo'ljallangan gazlamalar va tayyor kiyimlar o'zida elektr zaradlarini ko'p to'plamaydigan, tashqi muhitdan o'tadigan mayda zarrachalarni (chang, iflos narsalar, bakteriyalar va boshqalar) o'ziga olmaydigan bo'lishi kerak.

Kiyimlar tashqi va ichki tomondan ham yaxshi tozalanadigan, bolaning

o'ziga loyiq qilib tikilgan bo'lishi kerak. Ulardan foydalanish juda ham qulay bo'lishi, kiyish va yechish oson, tananing barcha qismlari bemalol harakat qila oladigan, oddiy, qulay, chiroyli, arzon va chidamli bo'lishi kerak. Kiyimlarning bu xususiyatlari ularning qanday materialdan tikilganiga ko'p jihatdan bog'liq bo'ladi.

BOLALAR KIYIMIGA QO'YILADIGAN ASOSIY GIGIYENIK TALABLAR

Kiyim-kechaklarga bo'lgan gigiyenik talablarga rioya qilingandagina ko'pgina a'zolar me'yorida ishlaydi. Yuqorida ko'rsatib o'tilganidek, kiyimning havo va bug' o'tkazish xususiyati gigiyenik talablardan biri hisoblanadi. Agar bir necha qavat kiyimlardan birortasi havoni yomon o'tkazadigan bo'lsa, u boshqa kiyimlarning ham havo o'tkazmasligiga sabab bo'ladi. Shuni yaxshi bilish kerakki, kiyimning havo o'tkazmasligi faqat uning materialiga bog'liq bo'lmay, balki qanday bichilganiga ham bog'liqdir. Agar kiyim havoni ko'p o'tkazadigan bo'lsa, u issiqlikni yaxshi saqlamaydi. Shuning uchun havo harorati qanchalik past bo'lib, havo harakati qanchalik tez bo'lsa, shunchalik kam havo o'tkazadigan kiyim kiyish kerak.

Bolalarni mavsumga qarab emas, balki ob-havoga va xona haroratiga qarab kiyintirish kerak. Shuni unutmaslik kerakki, kattalar uchun me'yordagi havoda bolalar sovqotishi mumkin.

Ko'pchilik ota-onalar bolani o'rab-chirmayveradilar. Ko'pincha hatto xonada ham bolalar jun yoki paxmoq ko'ylak, issiq ich ko'ylak, issiq poyabzalda yuradilar. Sayrda esa bir necha qavat ustki kiyim, sharf, qalpoq va boshqalarni kiydirib qo'yadilar. Bolani haddan ortiq o'rab-chirmash natijasida u terlaydi va ho'l kiyimda tez shamollaydi. Bundan tashqari, ter bolaning nozik terisini jarohatlashi va yallig'lanishiga olib borishi mumkin. Qalin kiyintirishga o'rgangan bola atrof muhit o'zgaruvchanligini ko'tara olmaydi, isiqqa va sovuqqa juda sezgir bo'ladi.

Ko'pincha shunday hollar ham bo'ladiki, ba'zi onalar chiniqtirish usullari va qoidalarini yaxshi bilmasliklari natijasida o'zi qanday kiyinsa, bolalarni ham shunday engil kiyintirib qo'yadi.

Maktabgacha yoshdagi bolalar muassasalari xodimlari ota-onalarga, bolaga kiyimni to'g'ri tanlab kiyintirish faqat estetik nuqtai nazardan emas, balki uning salomatligini muhofaza qilishda, jismoniy to'g'ri rivojlanishda, qaddi-qomatining to'g'ri shakllanishidagi muhim ahamiyatini tushuntirishlari kerak.

KO'KRAK HAMDA YASLI YOSHIDAGI BOLALARNI KIYINTIRISH XUSUSIYATLARI

Ko'krak yoshidagi bolalarning kiyimlari kiyish va yechishga oson bo'lishi, harakat qilishlariga, o'ynab, emaklashlariga halal bermasligi kerak. Bola tor kiyimda, mushaklari yetarli rivojlanmaganidan erkin harakatlana olmaydi, bu albatta bolaning to'g'ri rivojlanishiga yomon ta'sir ko'rsatadi.

Ko'krak yoshidagi bolaning ko'p vaqti karavotda, beshikda o'tadi. Bunday vaqtda bolani siqib yo'rgaklamasdan, bo'shroq o'rash va belash tavsiya etiladi.



5-rasm. Chaqaloqni yengil yo'rgaklash

Chaqaloqning kiyimi avvalo oddiy, engil bo'lishi, yozda salqin va qishda issiq bo'lishi, yuvganda va dazmollaganda o'zining gigienik xususiyatini va tashqi ko'rinishini yo'qotmasligi kerak.

Chaqaloqqa ikki qavat kiyim — ip-gazlama ko'ylakcha va ochiq, nozik rangli flanel yoki paxmoq kamzulcha kiydiriladi. 3—4 oylikdan boshlab kiyimlarning soni ko'payadi va ko'rinishi ham boshqacharoq bo'ladi.

Emizikli bolaning kiyimi, ayniqsa, bevosita tanaga tegib turadiganlari yumshoq materiallardan bo'lib, bularni yuvgandan yoki qaynatgandan keyin ham yumshoqligicha qoladigan bo'lishi kerak. Bolaning ichki kiyimi och rangli

matodan bo'lgani ma'qul, shunda iflos bo'lganda tez almashtiriladi. Bolani ozoda qilib tarbiyalash kerak. Turli zararli moddalar bola terisi orqali o'tib, uni og'ir kasallikka chalintirishi mumkin. Shu sababdan, bola kattalarga qaraganda ko'proq tozalikka muhtoj bo'lishini unutmaslik kerak.

Polda emaklab yuradigan bolalarning ustki kiyimlari tez kir bo'ladi, shu sababdan bunday kiyimlar yuvganda kiri tez ketadigan matolardan tikilishi kerak. Ustki kiyimlar uchun tez-tez yuvishga chidamli gazlamalar tanlanadi. Emizikli bolalarda issiqlikni idora etish qobiliyati yaxshi rivojlanmaganligini unutmaslik kerak. Bola qanchalik kichik bo'lsa, u shunchalik tez sovqotib yoki isib ketishi mumkin. Shu boisdan bolaning kiyimi terining fiziologik faoliyati (issiqlik ajratish, bug'latish) ga iloji boricha kam ta'sir etishi juda muhimdir, ayni paytda issiqni yaxshi tutib turishi kerak. Shu munosabat bilan bolani kiyintirishda uning jismoniy jihatdan qanday rivojlanganiga va havo haroratiga ahamiyat berish kerak.

Yasli bolalariga qishda emaklab yurishi uchun qulay ishton (polzunki) kiydiriladi, yozda esa, bir bo'lak gazlamani ikki buklab, yonidan oyoqni o'tkazish uchun o'yma olinadi. Ishtonchalarning oldi tomonidan keladigan yelka bog'ichi bo'ladi. Bunday kiyimlar bola uchun juda qulay, bola unda bemalol harakat qila oladi, ayniqsa u uyg'oq paytida, qo'l va oyoqlari harakatda bo'lganda juda qo'l keladi. Eng ustki kiyim — engil, qalin matodan tikilgan uyqu qopidir, uning pastki tomoni bola oyoqlarining bemalol harakatlanishi uchun yetarli darajada keng bo'lishi kerak. Bola uchun odatdagi adyolga qaraganda, uyqu qopi afzalroq bo'ladi. U bola harakatini cheklab qo'ymaydi, nafas olishi va organizmda qon aylanishi uchun ancha qulay sharoitlar yaratib beradi.



6-rasm. Chaqaloqning uyqu qopi

Bola yasli yoshidagi davrida sekin o'sadi. U yurish, yugurishga harakat qiladi, lekin uning harakati ishonchli bo'lmaydi, u ko'p yiqiladi, terisi ancha chiniqib qolganiga qaramay, hali nozik bo'ladi.

Bolalarning uy kiyimi ularning qayerda — uydami, yaslidami, bog`chadami tarbiyalanishidan qat'iy nazar, engil bo'lishi va ularning harakatiga halal bermasligi kerak.

MAKTABGACHA BORISH OLDI YOSHDAGI BOLALARNI KIYINTIRISH XUSUSIYATLARI

O'zbekiston iqlimi tez-tez o'zgarib turadi, shuning uchun ertalab bolalar kunduzgi sayr yoki bog`chadan qaytish vaqtiga qaraganda issiqroq kiyintiriladi.

Maktabgacha yoshdagi bolalar tarbiyasining asosiy masalalaridan biri ularni mustaqillikka, saranjom-sarishtalikka va mehnatga o'rgatishdir. Ularning o'zlari mustaqil yechinib, kiyinishga o'rganishlari va kiyimlari ham bolaning o'zi kiyib yechadigan bichiqda qulay bo'lishi kerak.

Bolalar olti yoshlarida juda ham serharakat bo'ladilar. Buning uchun bolalarni bunday vaqtda ob-havo qanday bo'lishidan qat'iy nazar, ularni ochiq havoda harakat qilishlariga imkon beradigan kiyimlar kiydirish lozim. Qishda bolaga sviter, kurtkaning ichki tomonidagi olib qo'yiladigan issiq astari bilan kiydiriladi. Bunday kostumlarda bolalar qorda bemalol o'ynayveradilar.



7-rasm. Bolalarning kuzgi kurtkalari

Bunga qo‘shimcha qalpoqcha va qo‘lqop kiydirib qo‘yiladi. Ular ikki qavatli bo‘lgani yaxshi. Qo‘lqop ikki juft bo‘ladi — engil junli va suv o‘tkazmaydigan materialdan tikilgan qo‘lqoplar qorda bermalol o‘ynashga imkon beradi. Yozgi kiyimlar iloji boricha engil bo‘lishi; bola havodan va quyoshdan foydalana olishi kerak. Bolalar bo‘yi va tanasining ayrim qismlari xayotning turli davrida turlicha bo‘ladi. Maktabgacha tarbiya yoshidagi kichik bolalarning rivojlanish xususiyatlari shundan iboratki, ularning bo‘yi va vazni tez o‘sadi. O‘sish davrida organizm tashqi omillar ta‘siriga chidamsiz bo‘ladi, bu esa qaddi-qomatda turlicha o‘zgarishlar paydo bo‘lishiga olib keladi. Bolani noto‘g‘ri kiyintirish ana shu omillardan biri hisoblanadi. SHuning uchun ana shu yoshdan boshlab bolaga to‘g‘ri keladigan kiyim tanlashni o‘ylash lozim.

Maktabgacha tarbiya yoshidagi bolalarning kiyimlari ikki guruhga bo‘linadi: 3—4 yoshli va 5—7 yoshli bolalar kiyimi. Bu qisqa davr ichida bola birmuncha o‘zgaradi va uni turlicha kiyintirish kerak bo‘ladi. 3—4 yoshdan boshlab bolaning bo‘yi cho‘ziladi, oyoqlari bir qadar tezroq o‘sa boshlaydi, ko‘krak qafasi birmuncha kengayib, yassilanadi, yuzlari, boshi ozroq kattalashadi. Bularning barchasi tana nisbiyligining o‘zgarishiga olib boradi. Bular tabiiyki, kiyimlarning yangi shaklli o‘zgarishini talab etadi. Shu yoshdagi bolalarga kiyim ixtiro qilishda rassom, moda yaratuvchi, libosshunoslar, bichiqchilar albatta ana shularni hisobga olishlari darkor.



8-rasm. Maktabgacha tarbiya yoshidagi bolalarning yozgi kiyimlari

Kiyimlar bolalar hayotining dastlabki davridanoq unga o‘z ta‘sirini ko‘rsata boshlaydi. Agar kiyim qulay, echib kiyishga oson bo‘lsa, harakat qilishga halal bermasa, rangi, gullari, bichimi chiroyli bo‘lsa, bola uni sevib kiyadi.

Bolalar kiyimi haqida gap yuritganimizda, ularning rangi ochiq bo‘lishini bejiz ta‘kidlamaymiz. Ochiq rangli, chiroyli, qomatga loyiq kiyimlar bolalarning faqat estetik didini uyg‘otib qolmasdan, balki ularni intizomli, saranjom-sarishta bo‘lishiga ham chorlaydi.

Shunday qilib, bolalarning kiyimlariga quyidagi gigienik talablar qo‘yiladi:

- terning yaxshi bug‘lanishi uchun kiyimlar quruq va nam holatida ham havoni yaxshi o‘tkazadigan bo‘lishi kerak;
- yuqori gigroskopik, yaxshi quriydigan, issiqlikni bir xilda o‘tkazadigan bo‘lishi kerak;
- quyosh nurini to‘la qaytara oladigan va tana yuzasini undan saqlay oladigan bo‘lishi lozim;
- teriga uncha yopishmaydigan bo‘lishi zarur (shunda teri yuzasi yaxshi bug‘lanadi);
- gazmollarda havo qanchalik ko‘p saqlansa, u issiqlikni shunchalik kam o‘tkazadi.

Kiyimlar sal kengroq bichilishi kerak, shunda kiyilgan kiyimlar orasida havo ko‘proq bo‘ladi va u bemalol almashinib turadi.

Yozgi kiyimlar ochiq rangli (oftob nurini qaytaruvchi va engil) bo‘lishi kerak; qishki kiyimlar qalin, havoni o‘tkazmaydigan, engil bo‘lishi lozim (havo

issiqlikni yomon o'tkazadi va tananing issiqlik ajratishiga qarshilik ko'rsatadi).

Shu nuqtai nazardan olganda, jun gazlama juda yaxshi bo'lib, uni yuvish va tozalash ham oson.

Kiyimning issiqlik berishini idora etish xususiyati uning tozaligiga, namligiga va matoning sifatiga ham bog'liq bo'ladi. Nam va chang issiqlikni ko'p o'tkazadi. Bola tanasi bunday kiyimda issiqlikni ko'p ajratadi, chunki chang va suv uning g'ovaklaridan havoni siqib chiqaradi. Binobarin, kiyimni doimo changdan tozalab, nam bo'lganda esa darrov almashtirib turilmasa, u kasallikka sabab bo'lishi mumkin.

Nam o'tkazmaydigan, rezina aralashtirilgan matolardan, kleyonkadan tikilgan kiyimlarni kiyish bolalarga tavsiya etilmaydi. Chunki u issiqlikni tutib turib, badanni qizitib yuboradi, ahvolni yomonlashtiradi, hatto kasallikka sabab bo'ladi. Issiq kunda bolani iloji boricha badanining ko'proq joyi ochiq qoladigan qilib kiyintiriladi, lekin oftobda engil, oq kiyim kiydirish lozim.

Bosh kiyim ham katta ahamiyatga ega. Yozda u yuzni va boshni tik tushadigan quyosh nuridan saqlashi kerak. Buning uchun oq rangli panama, poxoldan to'qilgan qalpoqlar juda qulay. Bahor va kuzda beret, kepka, qishda — peshona va quloqni yopib turadigan qilib to'qilgan yoki fetr qalpoqcha, qattiq sovuqda mo'yna quloqchin kiysa bo'ladi.



9-rasm. Bolalar bosh kiyimlari (Panama)

Bosh kiyim issiqni kam, havoni yaxshi o'tkazadigan, quyosh nurini ko'proq qaytaradigan matodan tikilishi, yengil va g'ovak, havo o'tadigan bo'lishi kerak. Ochiq havoda ishlaydigan odamlar havoni yaxshi o'tkazadigan tabiiy hamda

suts'iy matolardan tikilgan bosh kiyimlar kiyishlari lozim. Gardishi keng shlyapa bo'yinni va hatto elkani quyosh nurida n himoya qiladi.

BOLALAR POYAFZALIGA BO'LGAN GIGIENIK TALABLAR

1. Poyafzal:

- organizmni noqulay meteorologik va mexanik ta'sirlardan ximoya qilishi kerak,

- bola organizmining anatomo - fiziologik xususiyatlariga mos kelishi kerak va birinchi navbatda – uning tovonni tor poyafzal barmoqlar qiyshayishiga olib keladi,

- tovon atrofini yoqimli mikroiklim bilan ta'minlashi kerak, tashqi muxitning xar xil mikroiklim sharoitlarida kerakli xarorat-namlik

tartibni ushlab turishga yordam berishi kerak, bolalarning harakatga bo'lgan yuqori talabi xisobga olingan bo'lishi kerak.

2. Poyafzalning asosiy razmer ko'rsatkichi bo'lib tovon uzunligi xizmat qiladi, u tovonning eng turtib chiqqan nuqtasidan, to eng uzun barmoq uchigacha aniqlanadi.

3. Poyafzalda quyidagi asosiy elementlar farqlanadi: tepasi (uchki qismi, orqasi, bog'lovchi, boldir) va pasti (tovon, patak, poshna).

4. Patak – poyafzalning ichki detali bo'lib tovon terisi bilan bevosita kontaktda bo'ladi va poyafzal ichki bo'shligida xarorat – namlik tartibni tashkil qilishga yordam beradi. Patak plastik, issiqlik va namlikni ximoyalovchi, gigroskopik va xavo almashinuvi xususiyatiga ega va faqat tabiiy teridan tayyorlanishi kerak.

5. Tovun – poyafzal tagining asosiy elementi. Tovu optimal egiluvchanlik, qalinlik, og'irlik va issiqlik ximoya xususiyatlarga ega bo'lishi kerak.

6. Poshna – tovonning resorligini ko'tarish bilan uning sun'iy ravishda baland qiladi, tovonni tuproqqa urilishlardan ximoya qiladi, shuningdek poyafzalning eskirishga chidamliligini ko'taradi. Poshnasiz poyafzal faqat erta bolalik davridagi bolalarga tavsiya qilinadi (pinetkalar). Poshna balandligi: maktabgacha yoshdagi bolalar uchun 5 – 10 mm,

7. Orqa tomon – poyafzalning yuqori detali, tovon shaklini ximoya qilish uchun tovon qismida joylashadi. Orqa tomon tovonni ximoya qilishi kerak, uning deformatsiyalanishini oldini olishi kerak, tovonni orqa tomonga sirg‘alib ketishiga yo‘l qo‘ymasligi kerak. Orqa tomonni tayyorlash uchun yuqori qalinlikdagi tabiiy charmdan foydalaniladi.



10-rasm. Poshnasiz oyoq kiyimi

8. 11 yoshdan katta bo‘lgan bolalarga orqa tomonsiz poyafzal ishlab chiqarishga ruxsat beriladi.

9. Poyafzal uchi – oyoq panjalarini tashqi tomondan yopib turuvchi poyafzal yuzasining tashqi qismi.

10. Poyafzal uchi tagligi – taglik va yuqori qism orasidagi poyafzal yuqori qismi detali, u poyafzal uchi shaklini saqlash uchun poyafzal uchida joylashgan. Poyafzal uchi tagligi oyoq panjalarini jaroxatlanishdan saqlaydi.

11. Bolalar poyafzali xarakatlarga qarshilik qilmaydigan oyoqda ishonchli va qulay maxkamlanishga ega bo‘lishi kerak. Buning uchun xar xil turdagi maxkamlagichlardan foydalaniladi: bog‘ichlar, kamarlar, “chaqmoq” tipdagi qadagichlar, “yopishqoqchalar” va b.

12. Maktabgacha yoshdagi bolalarga qadagichlarsiz ochiq tuflilar (“qayaqcha” tipidagi) ga ruxsat etilmaydi.

13. Taglik uchun tabiiy charmdan va paxtadan tayyorlangan materiallar tavsiya qilinadi.

14. Bola xali mustaqil tik turmasa va yurmasa, yumshoq taglikli botinka va

tufllilar kerak bo‘ladi.

15. Bola yurishni boshlagandan so‘ng unga qattiq tirgak kerak bo‘ladi, shuning uchun bu yoshda yupqa teri taglikli va dumaloq uchli teridan poyafzal kiygan yaxshi.



11-rasm. Yozgi yengil oyoq kiyimi.

Poyabzal oyoqni siqmaydigan bo‘lishi kerak. Poyabzal tor bo‘lsa, tovon shakli buziladi, qishda esa, oyoqning sovuq olishiga sababchi bo‘lishi mumkin. Poyabzal juda keng bo‘lganda yurish noqulay, ham xunuk bo‘ladi. Botinka ipini juda tortib bog‘lash oyoqlarda qon aylanishiga ta‘sir qiladi. Bolalarga orqasi bosib tashlangan qing‘ir — qiyshiq poyabzal kiydirmaslik lozim, chunki bunda oyoq gumbazi yaxshi rivojlanmasligi mumkin.

BOLALAR YOSHI-JINSIGA MOS BO‘LGAN POYAFZAL TURLARI VA NOMERLARI.

1-jadval.

№	Bolalarning yoshi va jinsi	Poyafzal turi	Poyafzal uzunligi (mm)
1	1 yoshgacha bo‘lgan qiz va o‘g‘il bolalar	Gusarchalar	95 – 125
2	1- 3 yoshli qiz va o‘g‘il bolalar	Kichik maktabgacha	120-155
3	4- 7 yoshli qiz va o‘g‘il bolalar	Katta maktabgacha	160-200

4	8 – 12 yoshli qiz bolalar	Maktab qizlari uchun	205-240
5	13-17 yoshli Qizlar	O'smir qizlar uchun	225-260
6	8-12 yoshli o'g'il bolalar	Maktab o'g'il bolalari uchun	205-240
7	13-17 yoshli o'g'il bolalar	O'smir o'g'il bolalari uchun	245-280

POYAFZALNING KONSTRUKSIYASI VA UNING RAZMERLARI

- Barcha turdagi poyafzallar tovon shakli va razmeriga mos bo'lishi kerak, chunki yoshi katta bo'lgan sari tovon shakli va razmeri o'zgarib boradi. Yettita yosh-jins guruxlar ajratilgan bo'lib, ularning xar biri xususiyatlariga va razmerlariga mos keladi.
- 1 yoshgacha bo'lgan bo'lalar guruxi o'ziga xos o'rinni egallaydi. Bu yoshdagi bolalarning poyafzali (pinetkalar) tovonni sovuq qotishdan ximoya qiladi va yurish bilan bog'liq bo'lgan xech qanday yuklamalarni olib bormaydi.
- Maktabgacha yoshdagi bolalarda jinsiy farqlar tovon razmerlarida juda kuchsiz namoyon bo'ladi, shuning uchun 7 yoshgacha bo'lgan bolalar uchun poyafzal qoliflari qiz va o'g'il bolalarga umumiy bo'lishi mumkin. Poyafzal 8 yoshdan 17 yoshgacha bo'lgan o'quvchilar uchun jinsiy xususiyatlarni xisobga olgan xolda ishlab chiqariladi.
- Poyafzal kerakli razmerining asosiy ko'rsatkichi bo'lib tovonning eng bo'rtib chiqqan joyidan to eng uzun barmoq uchigacha bo'lgan masofa bilan aniqlanadigan tovon uzunligi xizmat qiladi (1 yoki 2).
- O'zbekistonda joriy etilgan metrik tizim bo'yicha poyafzalning nomeri tovon uzunligiga mos keladi. Poyafzalni nomerlash tizimida o'lchov birligi qilib millimetr qabul qilingan. Nomerlar orasidagi farq 5 millimetrni tashkil qiladi.
- Bolalar poyafzali izining uzunligi tovon uzunligidan doim katta, chunki uch

qismining barmoqlar oldida 10 mm ga teng bo'lgan bo'sh joy bor. Bu quyidagilarga bog'liq:

- a) tabiiy o'sish xisobiga tovon uzunligining tovonning o'rtacha yarim yillik o'sishiga teng bo'lgan kattalashuvi;
- b) yuklamalar ta'sirida yurish paytida tovonning uzayishi.
- Agar poyafzal uchida bo'sh joy bo'lmasa tovon cho'zilganda barmoqlar egilib qoladi, bu esa keyinchalik ularning patologik o'zgarishlariga olib kelishi mumkin.
- Qisqa poyafzal tovon barmoqlariga poyafzal ichida to'g'ri, erkin xarakat qilishiga imkon bermaydi. Bu esa vaqtlar o'tib barmoqlarning it-mushuklarnikiday yoki bolg'asimon deformatsiyasi paydo bo'lishiga olib keladi. Tovonlarda shilinishlar, qadoqlar paydo bo'lishi mumkin, tirnoqlar teri ichiga o'sib kirishi mumkin.
- Bolalar poyafzaliga bo'lgan gigienik talablar. Poyafzal:

- organizmni noqulay meteorologik va mexanik ta'sirlardan ximoya qilishi kerak;

- bola organizmining anatomo - fiziologik xususiyatlariga mos kelishi kerak va birinchi navbatda – uning tovonni, tor poyafzal barmoqlar qiyshayishiga olib keladi;

- tovon atrofni yoqimli mikroiklim bilan ta'minlashi kerak, tashqi muhitning xar xil mikroiklim sharoitlarida kerakli xarorat-namlik tartibni ushlab turishga yordam berishi kerak, bolalarning xarakatga bo'lgan yuqori talabi xisobga olingan bo'lishi kerak.

Poyabzal juda yumshoq va ichiga havo kiradigan, bug'lanadigan bo'lmasin, lekin tagi etarlicha qalin bo'lishi lozim, shunda u tovonni notekislik va namdan saqlaydi, erning issiq – sovug'ini uncha o'tkazmaydi. Poyabzal engil, yumshoq bola yoshiga, iqlimga, yil fasliga, ob- havoga mos va yurishga qulay bo'lishi lozim.

Gigieynik poyabzal oyoqning tabiiy shakliga mos bo'lishi va harakatni chegaralamasligi kerak. Poshnada rezina taglik bo'lganda yurish engil bo'ladi.

Ayni vaqtda poshna juda baland bo'lib, og'irlik markazi oldinga tushganda oyoq kafti boylamlari va boldir mushaklari ortiqcha zo'riqib, oyoqni tizzadan bukishga majbur qiladi, odam mayda qadam tashlaydi, yurish omonat va beqaror bo'ladi. Bu ortiqcha toliqib qolishga, ba'zan esa shikastlanishlarga, xususan, boldir-panja bo'g'imi shikastlanishiga sabab bo'ladi.



12-rasm. Bolalar oyoq kiyimlari

Baland poshna poyabzal, xususan, qiz bolalar uchun zararli, bunda ular umurtqa pog'onasi qiyshayib, gavdasining me'yor shakli o'zgarishi mumkin, bu keyinchalik tug'ruqning og'ir kechishiga sabab bo'ladi.

Rezinka kalishlar havo o'tkazmaydi, shu sababli, oyoq qattiq terlaydi, namgarchilikda, bulutli havoda esa oyoq juda sovqotadi.

Kolgotka va paypoqlar havoni yaxshi o'tkazadigan va namni shimadigan bo'lishi kerak. Jun paypoq hammasidan yaxshi.

Rezina bog'lagich oyoqni qisadi, binobarin, oyoqlarda qon aylanishi qiyinlashadi va har xil o'zgarishlar hamda kasalliklarga sabab bo'ladi.

Bolalarning kiyimlari va poyabzallarini tez-tez hovliga olib chiqib, qoqib tozalash lozim.

O'RIN-KO'RPAGA QO'YILADIGAN GIGIYENA TALABLARI

Bolaning yaxshi dam olishi uchun o'rin qulay bo'lishi kerak. Miriqib uxlash bolaning me'yorida rivojlanishida muhim shartdir. O'rin juda yumshoq bo'lganda bola isib ketadi, notinch uxlaydi. O'rin qattiq bo'lganda ham yaxshi uxlay olmaydi.

Ko'rpa-yostiqlik jildi, choyshabni kamida haftada bir marta almashtirib turish

kerak. Emadigan va siyib qo'yadigan bolalar tagiga choyshab ostidan kleyonka solinadi. To'shak, yostiq, adyol, ko'rpa, uyqu qopini har oyda ikki marta ochiq ayvon yoki hovliga olib chiqib yoyiladi.



13-rasm. Bolalar o'rin-ko'rpalari

Kleyonka yoki manejga solinadigan linoleumni kir bo'lgan zahoti issiq suvda sovunlab yuvish kerak. Yosh bolalar tungi ko'ylak, kattaroq yoshdagi bolalar pijama kiyib yotsalar yaxshi bo'ladi. Iflos kleyonka, kiyim-kechak va ko'rpa-yostiq jildlari, choyshabni qopqoqli idishda saqlash lozim.

KIYIM-KECHAKKA BO'LGAN GIGIYENIK TALABLAR

Kiyim-kechak va poyabzal gigiyenik hamda estetik talablarga javob berishi, yaxshi kayfiyat uyg'otishi bilan birga ish qobiliyatini pasaytirmaydigan bo'lmog'i lozim. Shu sababli, kiyim bosh va poyabzallar qanday matodan tikilishidan va kim kiyishidan qat'iy nazar, hamisha sifatli, davr talabiga va gigiyena talablariga javob bera oladigan qilib tikilishi shart.

Kiyim-kechak kishi organizmini tashqi muhitning har qanday ta'sirotlari (issiq, sovuq, qor-yomg'ir, shamol va hokazo) dan muhofaza qilishi, shuningdek har qanday ob-havo sharoitida ham tana haroratini bir me'yorda tutib turishga yordam berishi zarur.

Matolardan kiyim tikishda ularning fizik xossalari va gigiyenik talablarga javob berishi — og'irligi, qalinligi, havo o'tkazish xususiyati, namlikni o'tkazishi

va so‘rish kabi xususiyatlarini e‘tiborga olinadi.



14-rasm. Bolalar kiyimi uchun matolar

Bundan tashqari, matoning nurni o‘zidan qaytarishi, yumshoqligi, yuvganda va dazmollaganda oldingi ko‘rinishini yo‘qotmasligi qurish tezligi, matodan matodan to‘qilganligi, ifloslikdan tozalanishi, chang yutishini hisobga olish ham muhim ahamiyatga ega.

Kiyim organizmni yozda issiqdan, qishda sovuqdan va har xil tashqi ta‘sirlardan asrashi lozim.

Gigiyena jihatidan bekamu-ko‘st libos tana yuzasida o‘ziga mikroiklim hosil qiladi, bu esa kishining salomatligini yaxshilash bilan birga kayfiyatiga ham ko‘tarinkilik bag‘ishlaydi.

Bunda tana bilan kiyim orasidagi ma‘lum harorat nisbiy namlik va havo almashinuvini ravon ta‘minlanib turadi va organizmning tashki muhit sharoitiga moslashishiga imkon tug‘iladi.

Kiyimlar issiqlik o‘tkazishiga ko‘ra, bir necha turga bo‘linadi. Hayvon terisi va parranda patlaridan tayyorlangan kiyim issiqlikni juda kam o‘tkazadi. Ip, zig‘ir tolasi va shohi matolar issiqlikni ko‘proq o‘tkazadi. Jun va ip-gazmollardan tikilgan kiyimlar issiqlik o‘tkazish jihatidan o‘rtacha hisoblanadi.

Kiyimlar faslga qarab har xil bo‘ladi. Chunonchi, qish faslida bir necha kiyim ustma-ust kiyiladi. Bunda kiyimlar o‘rtasidagi havo issiqlikni kam o‘tkazadi, ayni vaqtda organizmni tashqi muhit haroratining o‘zgarishlaridan himoya qiladi. Kiyimni faslga qarab to‘g‘ri tanlash salomatlikni saqlashda muhim ahamiyatga ega.

O'rta Osiyo iqlimi quruq va keskin o'zgaruvchanligi bilan farq qiladi. Yoz faslida quyosh yog'dusi kuchli bo'lib, kunlar juda isib ketadi, namlik juda kam bo'ladi, bahor va kuz faslida havo harorati ancha o'zgaruvchan bo'lib, kuchli shamollar esadi, namlik yuqori bo'ladi, qish faslida esa, havo harorati past va oqimi kuchli bo'ladi.

Shuning uchun havo haroratining o'zgarishini, kiyimlarning gigienik xususiyatlarini hisobga olgan holda tanlash maqsadga muvofiq hisoblanadi.

Kiyimlik mato o'zida elektrostatik zaradlarni mumkin qadar kam saqlaydigan, organizmga ta'sir qiladigan mayda zarrachalarni (chang, bakteriya va hokazolarni) o'tkazmaydigan bo'lishi kerak.

Ich kiyim (badanga tegib turadigan) namlikni, havonn yaxshi o'tkazadigan hamda gigroskopik bo'lishi lozim. Bunday kiyim organizmdan chiqadigan karbonat, ter hamda teri orqali ajraladigan boshqa moddalarni, jumladan, suvda eruvchi vita-minlarni, moddalar almashinuvida hosil bo'ladigan zaharli birikmalarni tashqi muhitga chiqarib yuborish xususiyatiga ega bo'lishi kerak.

Shuningdek, kiyimni yuvish va tozalash oson bo'lishi lozim.

Kiyimlar qanday bo'lishi kerak? Avvalo kiyim yil fasliga, kishining jinsiga, yoshiga, gavdasiga, bo'yiga va bajaradigan ishi xususiyatiga mos bo'lishi lozim.



15-rasm. Bolalar ichki kiyimlari

Kiyim quyidagi asosiy gigienik talablarga javob berishi lozim:

a) Quruqligida va namligida havo o'tkazuvchanligi yaxshi bo'lishi (shunda teri yaxshi bug'lanadi);

b) issiqlik ajralishida namni — terni shimadigan va tez quriydiganligi;
v) quyosh nurini qaytaradigan va teriga ta'sir qilishiga yo'l qo'ymaydigan bo'lishi;

g) badanga yopishib turmasligi (bug'lanishga xalaqit bermasligi);

d) elektrostatik zararlardan holi bo'lishi va hokazo.

Qishlik kiyimning issiqlik o'tkazish xususiyati kam bo'lishi kerak. Kech kuz va qish fasllarida, havo sovuq paytlarda faqat bir qavat ichki kiyim kiyish kamlik qiladi, chunki yuqorida aytib o'tganimizdek, jun gazlamada g'ovaklar ko'p bo'lganidan issiqlikni kam o'tkazadi.

Kiyimning qavatlarida orasida havo almashib turadigan bo'lishi uchun uni sal kengroq qilib tikish lozim. Tashqaridan havo kirib turadigan yoqa va engdan tashqari, badanning ko'p terlaydigan joylari, chunonchi, qo'ltinga, manjet va shunga o'xshash narsalar tikish lozim.

Quyosh yog'dusini o'zida yutuvchanlik xususiyatiga ko'ra, qora va jigarrang matodan tikilgan kiyimlar yilning sovuq fasllarida kiyiladi. Oq rang esa quyosh nurlarini qaytaradi, shu tufayli O'rta Osiyo sharoitida asosan ochiq rangli ip va ipakdan tikilgan kiyimlar kiyiladi.

Kiyim har bir odamning o'ziga loyiq bo'lishi shart. Tor libosda odam erkin harakat qila olmaydi, bundan tashqari, organizmda qon aylanishi buziladi. Dag'al gazmoldan tikilgan kiyim esa, terini ta'sirlab, har xil teri kasalliklarining kelib chiqishiga sabab bo'lishi mumkin.

O'zbekiston iqlimi sharoitida yoz oylarida quyosh yog'dusi kuchli, kun juda issiq bo'lganidan- bosh kiyim faqat boshnigina muhofaza qilib qolmasdan, balki ko'zni ham quyosh nuridan saqlab, ko'rishga xalaqit bermaydigan bo'lishi kerak.

KIYIMNING GIGIYENIK XUSUSIYATLARI

Havo harorati qanday bo'lishidan qat'iy nazar, organizm haroratini muvozanatda saqlay olish xususiyati kiyimga qo'yiladigan asosiy gigienik shart hisoblanadi.

Kiyim asosan o'simlik (paxta, zig'ir), hayvon (jun, ipak), sun'iy (kapron, neylon, lavsan, shtapel va boshqalar)- tolalaridan tiqiladi.

Matoning havo o'tkazuvchanligi kanchalik yuqori bo'lsa, uning issiqlikni saqlash xususiyati shunchalik past bo'ladi. Bu xususiyat asosan matoning xossasiga, qalinligiga, tolasining yo'g'on-ingichkaligiga, to'qilishiga va g'ovakligiga hamda katta-kichikligiga bog'liq.

Namni yaxshi o'tkazadigan matodan tikilgan kiyim terning bug'lanishiga yordam beradi. Yupqa va silliq matolar namni tez bug'lantiradi, jundan to'kilgan kiyimlar esa, paxta tolasidan to'qilgan kiyimlarga nisbatan namni sekin bug'lantiradi va organizm haroratini bir - me'yorda saqlaydi.

Namgarchilikda bir necha qavat kiyim kiygan ma'qul, chunki kiyimlar orasidagi havo hisobiga u erda o'ziga xos «mikroiqlim» hosil bo'ladi. Mikroiqlim harorati ustki kiyimning o'tkazuvchanlik xususiyatiga bog'liq.

Tabiiy tolalar. Turmushda tabiiy, ya'ni o'simlik tolalari (paxta, zig'ir va hokazo) dan to'qilgan matolarga ehtiyoj katta.

Bir xil tolalardan har xil gigienik xossalari bilan (issiq, sovuq, qalin, dag'al, g'ovak va hokazo) ajralib turadigan turli xildagi matolar va kiyim-boshlar tiqiladi.

Jun o'zidan issiqlik o'tkazmaslik xususiyati jihatidan muhim bo'lib, zig'ir va ipak tolasidan undan keyingi o'rinda turadi.

Ip gazlamadan to'qilgan kiyim yuvilganda yoki nam tortganda o'zining oldingi ko'rinishini yo'qotadi, issiqlik saqlash xususiyati ham kamayadi.

Jundan to'qilgan gazlamalar yuqori gigroskopik xususiyatga ega bo'lib, boshqa tabiiy tolalarga nisbatan namni yaxshi shimadi.

Lekin jundan to'qilgan kiyim zig'ir yoki paxta tolasidan to'qilgan kiyimga qaraganda ancha sekin quriydi. Bunday kiyimda organizm issiqlikni kam sarflaydi.

Shuningdek, gazmollarning fizik va gigienik xususiyatlari ularning to'qilishiga, qalinligiga ham bog'liq bo'ladi. Pishiq to'qilgan yumshoq va g'ovak matolar gigiena talablariga mos keladi.

Sun'iy tolalar. Sun'iy tolalar o'tgan asrda birinchi marta yog'och sellyulozasidan olingan.

Sun'iy tolalardan tikilgan kiyimlarning asosiy kamchiligi u nam tortganda uzoq quriydi va quriyotganda organizmdan issiqlikni ko'p tortib oladi, undagi

elektrostatik zaradlar esa ba`zi odamlarda noxush sezgilarni paydo qiladi. Ayniqsa, sun`iy toladan to`qilgan ichki kiyim terini qichishtiradi, badanga va kiyimga yopishadi.

Sintetik tolalar asosan oddiy moddalarni (etanol benzol, fenol va boshqalar), neft- gazlarni, neft va toshko`mir katronini sintez qilish yo`li bilan olinadi.

Sintetik tolalar boshka tolalardan mayinligi va pishiqligi bilan farq qiladi. Kapron nam so`rmaydi, issiqlikni ko`p o`tkazadi va quyosh nuriga chidamsiz bo`ladi.

Sintetik kiyimlar namni kam shimishitufayli ter va yog` bezlari faoliyatiga salbiy ta`sir qiladi, har xil teri kasalliklariga sabab bo`lishi mumkin.

Shuningdek, sintetik tola — xlorinadan to`qilgan ich kiyimlar issiqlikni kam o`tkazadi va teriga ishqalanganda elektr zaradlarni oshiradi.

Bundan tashqari, sintetik ich kiyim periferiya asab sistemasi, jumladan, radikulit, nevrit kasalligi bor shaxslarga shifobaxsh ta`sir etadi, ya`ni nevralgik og`riqlar kamayadi.

Lavsan tashqi ko`rinishidan yupqa jun matoga o`xshaydi, issiqlikni kam o`tkazishi bilan jun matoga ancha yaqin turadi. Namni va havoni yaxshi o`tkazadi, ayni paytda namni va elektrostatik zaradlarni kam tutadi. Biroq lavsan tolasi jun tolasidan uch barobar mustahkam, pishiq bo`lib, issiqqa va kimyoviy ta`sirotlariga, quyosh nuriga ancha chidamli bo`ladi, yuvganda o`zgarmaydi.

Lavsan va jun tolasi qo`shib to`qilgan mato juda pishiq va chidamli bo`ladi, Shtapel bilan lavsan tolasini 50 foiz jun tolasiga ko`shib, har xil trikotaj va sun`iy qunduz olinadi.

Lavsandan bolalar kiyimi hamda, kattalar uchun ichki kiyim tikish (ayniqsa, issiq iqlim sharoitida) tavsiya qilinmaydi. Undan tikilgan kostyum va ustki ko`ylaklar gigiyena talablariga javob beradi.

BOLALAR KIYIMIGA QO`YILADIGAN GIGIYENIK

TALABLAR

Yosh bolalarning kiyimlari yozda — oddiy, yengil, yupqa va salqin, qishda issiq hamda yuvganda, dazmollaganda gigiyenik xususiyatini yo`qotmaydigan

bo'lmog'i lozim.

Yosh bolalar uchun ikki qavat ich kiyim tavsiya qilinadi ip gazlamadan tikilgan ko'ylak va paxmoq yoki bumazeydan tikilgan kamzilcha.

Sintetik ich kiyimlar organizmga yomon ta'sir qilmasada, havoni kam o'tkazishi, namlikni kam shimishi tufayli organizm harorati ko'tarilishiga hamda teri orqali nafas olishning qiyinlashishiga sabab bo'lishi mumkin. Bolaning kiyimini yupqa, yumshoq gazlamalardan (polotno, modepolam, batist va boshqalardan) tikish zarur. Ichki kiyimni bolaga kiygizishdan oldin albatta yuvish kerak. Kiyimda tugmachalar o'rniga bog'ichlar tikiladi. Bolalar kiyimini dazmollab dezinfeksiya qilinadi.

Yosh bola tanasining har bir kilogrammi 704 sm^2 sathga, 6 yashar bolada 426 sm^2 , katta odamlarda esa bu ko'rsatkich hammasi bo'lib 291 sm^2 ga teng.

Bolalar terisining sathi kattalarnikiga nisbatan ko'p va qon tomirlarga boy bo'lganligi sababli teri orqali olinadigan havo miqdori ham ko'p bo'lib, o'zidan issiqlik ajratish ham shunga yarasha kechadi.

Bir yashar bola har bir kg vazniga 91,3 kkal ajratadi, 2,5 yoshlik bola -71,5 kkal, katta odam esa bor-yo'g'i 42,2 kkal issiqlik ajratadi.

Yosh bolalar organizmi hali yetarlicha takomillashmagani sababli, tashqi muhit sharoitiga (yuqori va past haroratga, yuqori namlikka, havo almashish tezligiga va hokazolarga) kattalarga nisbatan chidamsiz bo'ladi.

Shuning uchun ham ichki kiyim teri o'z faoliyatini bajarishi uchun qulay va ustki kiyimlarni ifloslanishdan saqlashi lozim.

Bolalar kiyimi engil, yumshoq qulay bichiqda badanga botmaydigan hamda terini jarohatlamaydigan bo'lishi lozim. Ayniqsa, tungi kiyimga alohida e'tibor berish kerak.

3 yoshdan 7 yoshgacha, ya'ni maktabgacha yoshdagi bolalarning ustki kiyimi uchun mo'ljallangan matolarga 50 foiz miqdorida sun'iy va sintetik tolalar qo'shish mumkin. 3 yoshdan kichik bolalarga sun'iy tolali matolardan kiyim tikish mutlaqo mumkin emas.

Qiz bolalarning maktab formasini to'qilgan gazmollardan tikish tavsiya

qilinadi. Bu xil kiyimlar qish faslida organizm haroratini bir me`yorda tutib turadi. Maktab kiyimini 10 foizgacha sintetik tola aralashtirilgan jun matodan bahor va kuz fasliga mo`ljallanganini esa paxta va lavsanlardan tikkan ma`qul.

Bolalar kiyimlari bo'yicha sanitariya nazorati mutaxassisi bolalar kiyimining yangi nusxalarini yaratishda, rassomlar kengashida ishtirok etishi hamda kiyimga gigienik nuqtai nazardan baho berishi, kiyimlarning tayyorlanishida zarur qoidalarining amaliyotini nazorat qilmog`i lozim.

Yangi kashf etilgan matolar gigiyena talablariga mos kelishi, bolalar kiyimi sovuq faslda ko`proq issiqlikni o`zida saqlashi, yozda esa issiqlik ajralishiga to`squinlik qilmasligi lozim.

Bolani haddan tashqari o`rab-chirmash, ustma-ust kiyintirish, avvalo uning harakatiga to`squinlik qiladi, isib ketadi. Natijada bola terlaydi, ichki kiyimi nam bo`ladi va u shamollab qolishi mumkin.

POYABZALGA QO`YILADIGAN GIGIYENIK TALABLAR

Baland poshna, tor poyabzal tez charchatadi, oyoqda qadoq paydo qiladi. Tovonning uzoq muddat qisilib turishi tufayli oldin panja, keyin oyoqning hamma yeri jabrlanadi. Oqibatda yassi oyoqlik paydo bo`ladi, doimo qisilib turishi natijasida esa barmoqlar qiyshayib, shilinishi hamda bo`g`inlar yallig`lanishi mumkin.

Poyabzalga nam o`tmasligi uchun bir oz qattiqroq materialdan tikilmog`i, tagi ancha qalin (oyoqni namdan, issiq-sovuqdan saqlash uchun) va keng bo`lishi lozim. Poyabzal engil, qulay, chidamli, yil fasli, ob-havo va mehnat sharoitiga mos bo`lishi kerak.

Paypoqsiz rezina kalish kiyish mumkin emas. Rezina poyabzal oyoqni terlatadi, yog`in-sochinda va sovuq kunlarda oyoq sovqotadi, natijada oyoq og`rig`i va boshqa kasalliklarga chalinishi mumkin.

Yoz faslida mumkin qadar usti ochiq, tagi charm tufli kiygan yaxshi. Bunday poyabzal o`zidan havoni va namni yaxshi o`tkazadi.

Engil sandallar ancha yaxshi. Ayniqsa, sandal oyog`i ko`p terlaydigan kishilarga foydali. Sovuqda ichi jundan tikilgan, ustiga charm qoplangan poyabzal

kiygan ma`qul.

Bahor va kech kuzda charm etik, botinka (paypoq yoki paytava bilan) kiyish kerak. Poyabzalni har kuni tozalab, moylab turish kerak, shunda u yumshoq bo`lib, ko`pga chidaydi.

Sifatsiz poyabzal oyoqni qavartiradi va shiladi. Tor poyabzalda oyoq ko`p terlaydi va bu sovuq faslda oyoq sovqotadi, hatto sovuq oladi.

Poshnasi baland (ayollar) poyabzal og`irlik markazining surilishiga olib boradi, bu esa umurtqa pog`onasining qiyshayishiga, ichki a`zolarining o`rnidan surilishiga sabab bo`ladi. Poyabzal ham kiyim kabi uyda kiyiladigan, ishlik va ko`chalik bo`ladi. Tik turib ish bajaradigan odamlarga poshnasi 3 sm li tufli yoki botinka kiyish tavsiya qilinadi. Poshnasiz shippak yoki orqasi ochiq poyabzal kiyib yurish mumkin emas.

Paypoq havoni yaxshi o`tkazadigan va terni tez shimadigan matodan to`qilgan bo`lishi lozim. Jun paypoq qulay, ipakdan tikilgani havoni yaxshi o`tkazadigan bo`lsa-da, biroq nam shimishda jun paypoqdan keyin turadi. Kapron paypoqni oyog`i terlaydigan kishilar, yosh bolalar, ayniqsa, yoz oylarida kiyimlari ma`qul. Qishda kun sovuq bo`lganida ip paypoq ustidan jun paypoq kiyish kerak. Elastik paypoq juda qulay va chiroyli, biroq kun isiganda namni yaxshi shimmaydi va bug`lantirmaydi, oyoqni ko`p terlatadi.

Kapron, neylon, perlon paypoqlar oson yuviladi, chiroyli, arzon. Biroq, bunday paypoq namni yaxshi shimmaydi, sovuqdan yaxshi saqlamaydi. Afsuski, ayollar, ko`pincha bunday paypoqlarning salbiy ta`sirini hisobga olmaydilar.

Oyoqni qisib turadigan rezinka bog`ichlar qon aylanishini buzadi va turli xil kasalliklar, oyoq venalarining varikoz kengayishiga sabab bo`ladi.

ICHKI KIYIMLAR

Ich kiyimlarni haftada bir marta almashtirib turish kerak. Tekshiruvlardan ma`lum bo`lishicha, ich kiyimda 6 kundan keyin 4—5 foiz, 10 kunda esa 11 foizgacha kir yig`iladi. Ip gazlamadan to`qilgan ich kiyim qaynatib yuvilganda bir yo`la kirdan ham, mikroblardan ham tozalanadi.

Adyol va yostiqlar jildi, choyshablarning ip gazlamalardan tikilgani ma`qul.

Bularni kraxmallash (ohorlash) tavsiya etilmaydi. Oxorlangan matolar havoni o‘zidan kam o‘tkazishi bilan bir qatorda namlikni yaxshi shimmaydi.

Choyshablarni hovliga olib chiqib, tez-tez qoqish, xar etti-o‘n kunda almashtirish lozim.

BOLALAR O‘YINCHOQLARIGA BO‘LGAN GIGIYENIK TALABLAR

O‘zbekiston Respublikasi Vazirlar Mahkamasining 2020 yil 20 iyuldagi 451-son qarori bilan bolalar o‘yinchoqlarining xavfsizligi to‘g‘risidagi umumiy texnik reglament tasdiqlangan.

Ushbu Umumiy texnik reglament bolalar o‘yinchoqlari xavfsizligi, bolalar va ularga qarovchi shaxslarning hayotini muhofaza qilish maqsadida ishlab chiqilgan bo‘lib bolalar o‘yinchoqlarini xavfsiz ishlab chiqarish hamda sotish talablarini belgilaydi. Shuningdek, bolalar o‘yinchoqlaridan foydalanish va ularning xavfsizligi xususida iste‘molchilarni chalg‘ituvchi harakatlarning oldini oladi.

Mazkur Texnik reglamentda quyidagi atama va ta‘riflar qo‘llanilgan:

alanganish — yong‘in hosil qiluvchi manba ta‘sirida alanganing hosil bo‘lishi;

bajaradigan vazifasiga ko‘ra qo‘llanilishi — o‘yinchoqdan ishlab chiqaruvchining o‘yinchoqda yoki ishlatish tartibi qayd qilingan hujjatlarda bajaradigan vazifasiga ko‘ra foydalanish;

bolalar — o‘n sakkiz yoshga to‘lmagan (voyaga yetmagan) shaxslar;

bolalar o‘yinchog‘i — bolalar o‘ynashi uchun mo‘ljallangan buyum yoki material;

stol usti yig‘ma o‘yinchoq — to‘liq poligrafik usulda tayyorlangan, qo‘shimcha o‘yin elementlari qo‘llanilgan yoki qo‘llanilmagan o‘yinchoq;

ishlab chiqaruvchi — Texnik reglament asosida o‘yinchoqlarni o‘z nomidan xavfsizlik talablariga rioya qilingan holda ishlab chiqarishga mas‘ul bo‘lgan va sotishni amalga oshiruvchi yuridik yoki jismoniy shaxs sifatidagi tadbirkor;

kavsharlash — material qismlarini eritilgan qo‘lom bilan bir-biriga ulash;

kimyoviy o‘yinchoq — bolalarning kimyoviy tajribalarni bajarishlari uchun mo‘ljallangan bir yoki bir necha kimyoviy moddalardan va (yoki) kimyoviy reaktivlardan iborat bo‘lgan tajriba uskunalari bilan ta‘minlangan yoki tajriba uskunalarisiz kimyoviy to‘plam;

kimyoviy moddalarni o‘z ichiga olgan (kimyoviy tajribalar o‘tkazishga mo‘ljallanmagan) o‘yin to‘plami — gipsli quymalarni ishlab chiqarishga mo‘ljallangan qoliqlar; kichik hunarmandchilik ustaxonalarini jihozlashda qo‘llaniladigan sopol materiallar va qotiruvchi emallar; plastifitsitli polivinilxlorid asosidagi massani qoliplovchi to‘plamlar (pechda toblanadigan), badiiy quymalarni hosil qilishda qo‘llaniladigan to‘plamlar; plombalar uchun qo‘llaniladigan to‘plamlar; fotosuratlarini chiqarishda qo‘llaniladigan to‘plamlar; konstruktorlik ishlariga mo‘ljallangan yelimlovchi moddalar, bo‘yoqlar, laklar, aralashtirgichlar va tozalagichlar (eritgichlar) to‘plamlari;

konstruktorlik to‘plami — turli o‘yinchoqlarni yig‘ish uchun mo‘ljallangan, mexanik va (yoki) elektr (elektron) tarkibiy qismlardan iborat bo‘lgan to‘plam;

model-nusxa o‘yinchoq — o‘lchamlari real texnik qurilmaning masshtabi bo‘yicha kichraytilgan nusxasidan iborat bo‘lgan o‘yinchoq;

optik o‘yinchoq — ishlash prinsipi geometrik optika prinsiplaridan foydalanishga asoslangan o‘yinchoq;

o‘yinchoqlar materiali — o‘yinchoq tarkibiga kiruvchi barcha materiallar;

o‘yin to‘plami — bolalarning ijodkorligini oshirishga va qo‘l mehnati ko‘nikmalarini rivojlantirishga xizmat qiluvchi turli predmetlar, materiallar, moddalardan tashkil topgan o‘yinchoq;

foydalanuvchi — o‘yinchoqdan o‘z maqsadiga ko‘ra foydalanuvchi bola va bolaga qarovchi shaxs;

funksional o‘yinchoq — kattalar tomonidan foydalaniladigan buyum yoki qurilmaning ishlashi va uning bajaradigan vazifalariga taqlid qilib yasalgan o‘yinchoq;

xavf — bolaning hamda unga qarovchi shaxsning hayoti va sogʻligʻiga zarar keltiruvchi sabablar, bu zararlar oqibatlarining ehtimollik darajasi;

elektr oʻyinchoq — biror-bir funksiyasi elektr energiyasi hisobiga ishlovchi oʻyinchoq;



16-Bolalar oʻyinchoqlari

Bolalar oʻyinchoqlariga quyidagi xavfsizlik talablari qoʻyilgan:

1.Yongʻin xavfsizligi talablari

1. Yumshoq oʻyinchoqlar, karnaval kostyumlari va karnaval oʻyinchoq mahsulotlari (masalan, soqollar, moʻylovlar, pariklar, niqoblar, tojlar), shuningdek, bolalar ichiga joylasha oladigan oʻyinchoqlar yongʻindan himoyalangan boʻlishi zarur.

2. Tarkibida kimyoviy moddalar mavjud boʻlgan, lekin kimyoviy tajribalarga aloqasi boʻlmagan oʻyinlar toʻplami, moddalar aralashtirilganda yonmaydigan, shuningdek, zararli tutun va gazlarni hosil qilmaydigan boʻlishi zarur.

3. Bolalar oʻyinchogʻining tarkibi portlash xususiyatga ega boʻlgan moddalar va materiallardan iborat boʻlmasligi kerak.

4. Bolalar oʻyinchoqlarining, shuningdek, kimyoviy oʻyinchoqlarning tarkibida:

qizishi, shuningdek, oksidlanuvchi moddalarning birikishi natijasida reaksiyaga kirishib, portlovchi aralashma hosil qilish;

havo bilan aralashishi natijasida alanga yoki portlash xususiyatiga ega bo'lgan bug'ni hosil qiluvchi xususiyatga ega bo'lgan modda yoki reaktivlar bo'lmasligi kerak.

2. Kimyoviy xavfsizlik talablari

1. O'yinchoqlardan foydalanish vaqtida uning tarkibidagi kimyoviy moddalar foydalanuvchining nafas yo'liga, terisiga, ko'zlari va oshqozoni shilliq qavatiga tushishi natijasida sog'lig'iga zarar keltirmasligi zarur.

2. Bolalar o'yinchoqlarida zararli kimyoviy moddalarning tarqalish darajasi va ajralib chiqishi Texnik reglamentga 2-ilovada keltirilgan gigiyenik xavfsizlik talablariga muvofiq bo'lishi kerak.

3. Kimyoviy tajribalar to'plami uchun foydalanilmaydigan, tarkibida kimyoviy moddalar bo'lgan kimyoviy o'yinchoqlarda va o'yin to'plamlarida har bir modda uchun maksimal ruxsat etilgan miqdordan oshmagan taqdirda, ma'lum miqdorda moddalar yoki reaktivlar bo'lishiga ruxsat etiladi.

3. Toksikologik-gigiyenik xavfsizlik ko'rsatkichlari

1. Bolalar o'yinchoqlarining gigiyenik xavfsizligi, toksikologik-gigiyenik ko'rsatkichlari Texnik reglamentga 2-ilovada keltirilgan gigiyenik xavfsizlik talablariga mos bo'lishi kerak.

4. Elektr xavfsizlik talablari

1. Elektr o'yinchoqlarda, shuningdek, ularning tarkibiy qismining birortasida ham nominal kuchlanish 24 V dan oshmasligi kerak.

2. Bolalar o'yinchoqlarining elektr energiya bilan tutashtiruvchi yoki tutashish xususiyatiga ega bo'lgan qismlari, shuningdek, kabellar va simlar elektr toki urishi xavfini bartaraf etish maqsadida izolatsiyalangan va mexanik himoyalangan bo'lishi kerak.

3. Elektr toki manbai bilan ishlaydigan bolalar o'yinchoqlarining elektr ta'minot qismlari elektr tokidan shikastlanishdan himoyalaniishi, namlikka chidamlilik, o'tkazgichlar qobig'ining elektr qarshiligi, o'tkazgichlar qobig'ining

elektr mustahkamligi, mexanik mustahkamligi kabi elektr xavfsizlik ko'rsatkichlari talablariga javob berishi zarur.

4. Radioboshqaruvli, elektr va elektr-texnik o'yinchoqlarning elektr statik, elektr magnit va elektr maydonlarining kuchlanganlik darajasi Texnik reglamentga keltirilgan gigiyenik xavfsizlik talablariga muvofiq bo'lishi kerak.

5. Uchuvchi o'yinchoqlar uchun shnurlar metall bo'lmagan materialdan tayyorlanishi kerak.

5. Radiatsion xavfsizlik talablari

1. Tabiiy materiallardan tayyorlangan bolalar o'yinchoqlarining radiatsion xavfsizlik (tabiiy radionuklidlarning solishtirma aktiv samaradorligi) ko'rsatkichlari Texnik reglamentga keltirilgan gigiyenik talablarga muvofiq bo'lishi kerak.

6. Mikrobiologik xavfsizlik ko'rsatkichlari

1. Mikrobiologik ko'rsatkichlar Texnik reglamentga keltirilgan gigiyenik talablarga muvofiq bo'lishi zarur.

7. Qadoqlashga oid xavfsizlik ko'rsatkichlari

1. Bolalar o'yinchoqlari alohida yoki bir nechtasi birga qadoqlanadi. Qadoqlash vositasini qo'llash doirasi ishlab chiqaruvchi tomonidan belgilanadi.

2. Oziq-ovqat mahsulotlarida va (yoki) oziq-ovqat mahsulotlari bilan chakana savdoga chiqarilgan bolalar o'yinchoqlari o'zlarining alohida qadoqlariga ega bo'lishi talab etiladi. Qadoqlar xavfsiz bo'lishi va o'lchamlari bolaning bo'g'ilib qolishi xavfini yuzaga keltirmasligi kerak.

3. Sotuvdagi qadoqlangan bolalar o'yinchoqlarining qadoqlari foydalanishga mo'ljallangan bo'lsa, u holda qadoqlash vositasi o'yinchoqning tarkibiy qismi deb qaraladi.

8. Tamg'alashga oid xavfsizlik ko'rsatkichlari

1. Bolalar o'yinchoqlarining tamg'alanishi ishonchli bo'lishi, tekshiriladigan, aniq, oson o'qiladigan, ko'zdan kechirish va identifikatsiya qilish imkonini beradigan bo'lishi kerak.

2. Tamg'alach ishlab chiqaruvchi (ishlab chiqaruvchining vakolatli shaxsi) va import qiluvchi tomonidan amalga oshiriladi. Tamg'alach o'rni va usuli ishlab chiqaruvchi (ishlab chiqaruvchining vakolatli shaxsi) tomonidan belgilanadi.

3. Tamg'a quyidagi ma'lumotlardan tashkil topgan bo'lishi zarur:

bolalar o'yinchog'ining nomlanishi;

bolalar o'yinchog'ini ishlab chiqargan davlatning nomi;

belgilangan tartibda berilgan muvofiqlik sertifikatini bilan tasdiqlangan milliy muvofiqlik belgisi;

ishlab chiqaruvchining va import qiluvchining nomlanishi, ular joylashgan manzillar hamda bog'lanish uchun boshqa axborotlar;

ishlab chiqaruvchining tovar belgisi (mavjud bo'lsa);

bolalar o'yinchoqlarining qanday minimal yoshdagi bolalar uchun mo'ljallanganligi yoki bolalar yoshini bildiruvchi piktogramma;

asosiy konstruksion materiallar (3 yoshgacha bo'lgan bolalar uchun) (zarurat tug'ilganda);

bolalar o'yinchog'ini saqlash usullari (agar kerak bo'lsa);

ishlab chiqarilgan sana (oy, yil);

foydalanish yoki yaroqlilik muddati (ularni tayyorlanishida);

saqlash shartlari (agar kerak bo'lsa).

4. Bolalar o'yinchoqlarining turiga qarab tamg'alariga quyidagilar qo'shiladi: bolalar o'yinchoqlari tarkibiy qismlarining to'liqligi (to'plamlar uchun), o'yinchoqdan foydalanish qoidalari, gigiyenik qayta ishlash usullari, o'yinchoqdan foydalanganda xavfsizlik choralari, ogohlantiruvchi yozuvlar, uni yig'ish uchun yo'riqnoma.

5. Ogohlantiruvchi axborotlar Texnik reglamentga 3-ildavada keltirilgan bolalar o'yinchoqlaridan foydalanishda alohida ehtiyotkorlikni talab qiluvchi normativ ko'rsatmalarni o'z ichiga oladi.

6. Bolalar o'yinchoqlari jamlanmasi bilan birga taqdim qilinadigan tamg'alach va texnik hujjatlar davlat tilida, eksport uchun mo'ljallangan

o'yinchoqlar esa eksport qilinayotgan davlat qonunchiligi talablariga mos bo'lgan holda tayyorlanadi.

9. Boshqa xavfsizlik talablari

1. Bolalar o'yinchoq'i shunday ishlab chiqilishi va tayyorlanishi kerakki, u mo'ljallangan vazifasining bajarilishida bolalar va ularga qarab turuvchi shaxslarning sog'lig'iga va hayoti uchun xavf tug'dirmasligi shart. Jumladan:

o'yinchoqning konstruksiyasi tufayli;

qo'llanilgan materiali tufayli;

konstruksiyasi o'zgarganda, uning funksiyasini ham, materiali va asosiy tasnifini ham o'zgartirish talab qilinadigan o'yinchoqlardan foydalanishda;

o'yinchoqlardan foydalanish xavfi bolalarning yosh xususiyatiga bog'liq bo'lishi kerak.

2. Bolalar o'yinchoqlarini tayyorlashda foydalaniladigan xomashyo toza (iflos bo'lmagan), yuqimli kasalliklar bilan bog'liq bo'lmagan va mazkur Texnik reglamentga keltirilgan va texnik jihatdan tartibga solish sohasidagi normativ hujjat talablariga mos bo'lishi kerak.

3. 3 yoshgacha bo'lgan bolalar uchun mo'ljallangan o'yinchoqlarni tayyorlashda tabiiy mo'ynadan, tabiiy charmdan, oynadan, chinnidan, bo'yalgan kauchukdan, karton va qog'ozdan, nam muhitda o'lchamlari 5 foizdan ko'proqqa oshadigan predmetlardan hamda ovoz chiqaruvchi bolalar o'yinchoqlarini ichini to'ldirishda o'lchami 3 mm va undan kichik bo'lgan granulalardan foydalanish mumkin emas.

4. 3 yoshgacha bo'lgan bolalar uchun mo'ljallangan o'yinchoqlarda xavflilik darajasi texnik jihatdan tartibga solish sohasidagi normativ hujjatlarda ko'rsatilgan 1-toifaga mansub bo'lgan kimyoviy moddalarni qo'llashga yo'l qo'yilmaydi.

5. Bolalar o'yinchoqlariga ikkilamchi xomashyolar, ya'ni boshqa maqsadlarda ishlatilgan va qayta ishlash natijasida olingan xomashyolarni qo'llashga yo'l qo'yilmaydi. Bolalar o'yinchoqlarini ishlab chiqarishda o'z korxonasining chiqindilaridan foydalanishga ruxsat beriladi.

4. Bolalar o'yinchoqlarining muhofaza-dekorativ yuza qoplamasi nam muhitga, so'lak va terlash ta'siriga chidamli bo'lishi kerak.

5. Bolalar o'yinchoqlari shunday konstruksiyalangan va ishlab chiqarilgan bo'lishi kerakki, ulardan o'z vazifasiga ko'ra foydalanilganda bolalarga va ularni nazorat qilib turgan shaxslarning hayoti va sog'ligiga xavf tug'dirmasligi kerak.

6. Bolalar o'yinchoqlari organoleptik ko'rsatkichlarining gigiyenik xavfsizligi Texnik reglamentga 2-ilovada keltirilgan talablarga muvofiq bo'lishi kerak.

7. Bolalar o'yinchog'ining fizik va mexanik xususiyatlari. Bolalar o'yinchog'i va uning tarkibiy qismlari hamda ularni biriktiruvchi qismlari, undan bajaradigan vazifasiga ko'ra foydalanilayotganida yuzaga keladigan mexanik zo'riqishlarga chidamli bo'lishi, buzilmasligi va o'z iste'mol xususiyatlarini yo'qotmasligi kerak.

8. Bolalar o'yinchog'ining qirralari, o'tkir uchlari, qattiq qismlari, prujinalar, mahkamlovchi qismlar, oraliqlar, burchaklar, bugrilar, elektr shnurlari, arqonlari va mahkamlagichlari bolalarga jarohatlanish xavfini tug'dirmasligi kerak. O'yinchoqlarning ochiq qirralari o'tkir bo'lmasligi yoki u qayrilgan bo'lishi, yoriqlar bo'lmasligi, mahkamlangan qismlar bolt va vint rezba uchlari 3 mm dan ko'p va chuqurligi 0,5 mm dan kam bo'lmasligi himoya qoplamasi bilan qoplangan bo'lishi kerak. Konstruktorlar bundan mustasno.

9. Ichi suyuqlik bilan to'ldirilgan bolalar o'yinchoqlarining suyuqligi sizilib chiqmasligi zarur.

10. Yog'ochdan tayyorlangan bolalar o'yinchoqlarida tugun va qurt tushgan joylari bo'lmasligi zarur.

11. Bolalar o'yinchog'ining harakatga keltiruvchi qo'shimcha qismlar bolaga jarohat olishi xavfini yuzaga keltirmasligi kerak. Harakatga keltiruvchi mexanizmlar qoplamalar bilan yopilgan bo'lishi lozim.

12. Ikki g'ildirakli bolalar o'yinchoqlarining old g'ildiragi to'g'ri harakatlanish chizig'iga nisbatan har ikki tomonga $90^{\circ} \pm 5^{\circ}$ ga burilishni ta'minlashi zarur.

13. 3 yoshgacha bo'lgan bolalar uchun mo'ljallangan, bevosita oziq-ovqat mahsulotlariga mahkamlanuvchi o'yinchoqlar va ularning ajraluvchi qismlari o'lchami shunday bo'lishi kerakki, u bolaning yuqori nafas yo'liga tushib qolish xavfini tug'dirmasligi kerak.

14. Shaqildoq o'yinchoqlarning og'irligi 100 g dan oshmasligi kerak.

15. 3 yoshgacha bo'lgan bolalar arg'imchog'ida bolalar yiqilishining oldini oluvchi qurilma bo'lishi va o'rindiqqa mahkamlangan oyoqlar orasidan o'tadigan kamar bilan ta'minlangan bo'lishi zarur.

16. Arg'imchoqqa o'rnatilgan himoya kamarlarining (arqon, zanjir va boshqalar) diametri 10 mm dan kam bo'lishi mumkin emas.

17. Yumshoq o'yinchoqlarning ichini to'ldiruvchi materillar tarkibida qattiq yoki o'tkir begona predmetlar bo'lmasligi, o'yinchoqlarning choklari mustahkam bo'lishi kerak.

18. Bolalar o'yinchoqlari va ularning tarkibiy qismlari bolada bo'g'ilib qolish xavfini yuzaga keltirmasligi kerak.

19. Havo o'tkazuvchi materiallardan tayyorlangan, bolaning boshini to'liq yopib turuvchi niqoblar va zarbdan saqlovchi bosh kiyimlar shunday tayyorlanishi kerakki, u havo yetmay qolishi natijasida bolaning bo'g'ilib qolish xavfini keltirib chiqarmasligi zarur.

20. Bolalar gavdasini suv yuzasida ushlab turishga mo'ljallangan bolalar o'yinchoqlari germetik va mustahkam bo'lishi zarur.

21. Bolalar ichiga joylashishi mumkin bo'lgan bolalar o'yinchoqlarida ichkaridan oson ochiladigan tirqishga, shuningdek, tashqi yuzasida havo almashtiruvchi ventilatsion tuynukka ega bo'lishi zarur.

22. Bolalar og'irligini ko'taradigan va u bilan harakatlanadigan o'yinchoqlar, mustahkam va turg'un bo'lishi kerak (ikki g'ildirakli velosipedlardan tashqari).

23. Mexanik yoki elektr uzatmaga ega bo'lgan, erkin harakatlanish mexanizmi yoki uzatish qutichasining neytral holati bo'lgan bolalar o'yinchoqlarida tormozlash qurilmasi bo'lishi shart. Bolalar og'irligini

ko'taradigan va g'ildiragining harakati bolaning qo'li yoki oyog'i orqali amalga oshiriladigan yoxud mexanik uzatma orqali elektr yuritma bilan jihozlangan bolalar o'yinchoqlarini tormozlash qurilmalarsiz ishlab chiqarishga ruxsat etiladi. Zanjirli uzatmaga ega bo'lgan bolalar o'yinchoqlari muhofaza qoplamasi bilan jihozlangan bo'lishi zarur. Tayanch yuzasiga sirpanishni bartaraf etuvchi elementlar o'rnatilgan bo'lishi kerak.

24. Bolalar og'irligini ko'taradigan va u bilan harakatlanishga mo'ljallanmagan bolalar o'yinchoqlari mustahkam va ag'darilishga turg'un bo'lishi kerak.

25. Otuvchi mexanizmli snaryadi kinetik energiyaga ega bo'lgan o'yinchoqlar bolalar va (yoki) ularga qarab turuvchi shaxslarga jarohat olish xavfini keltirib chiqarmasligi kerak.

26. 10 yoshgacha bo'lgan bolalarga mo'ljallangan konstruktor-yig'ilmalar va modellarni yig'ish jarayonida kavsharlashga yo'l qo'ymaslik kerak.

27. Tarkibida qizdirish elementi mavjud bo'lgan o'yinchoqlarni ishlab chiqarishda quyidagilar ta'minlanishi zarur:

foydalanuvchiga o'yinchoq yuzasidagi harorat kuyish xavfini keltirib chiqarmasligi zarur;

infraqizil nurlanish integral oqimining jadallik darajasi Texnik reglamentga keltirilgan gigiyenik xavfsizlik talablariga mos bo'lishi kerak;

bolalar o'yinchoqlaridagi suyuqlik, bug' yoki gazlar (agar bu o'yinchoqning ishlashi uchun zarur bo'lsa) kuyish yoki boshqa shikastlanishga olib kelmasligi uchun harorat yoki bosimning yuqori qiymatiga ega bo'lmasligi kerak.

28. Titrash manbaiga ega bo'lgan bolalar o'yinchoqlaridagi mahalliy titrash darajasi hamda tovush chiqaruvchi o'yinchoqlardagi jaranglash darajasi Texnik reglamentga keltirilgan gigiyenik xavfsizlik talablariga muvofiq bo'lishi kerak.

29. Bolalar uchun shaqildoq o'yinchoqlar va bolalar og'zi bilan to'g'ridan to'g'ri aloqada bo'luvchi bolalar o'yinchoqlarining sirtini bo'yash va rasmlar chizishga ruxsat etilmaydi.

30. Stol usti yig‘ma bolalar o‘yinchoqlarida qo‘llaniladigan tushuntirish matnlari hamda rasmlari aniq bo‘lishi, ular asosiy fondan ajralib turishi kerak.

31. Yig‘iladigan bolalar o‘yinchoqlarining (qo‘g‘irchoq aravachasi, dazmol qilish doskasi, yig‘iladigan stulcha va boshqalar) qismlari o‘z-o‘zidan bukilishiga va sirpanishiga yo‘l qo‘ymaslik uchun ular cheklovchi qurilma yoki ilgak bilan ta‘minlangan bo‘lishi zarur.

32. Bolalar o‘yinchog‘ining g‘ildiraklari va korpusi yoki uning qismlari (himoya to‘sqichi) orasidagi masofa g‘ildirakning har qanday holatida ham 5 mm dan kam yoki 12 mm dan ko‘p bo‘lishi zarur.

33. Stol usti yig‘ma o‘yinchoqlaridagi qog‘oz va kartonlar quyuc bo‘yoqlar bilan chaplanishiga yo‘l qo‘ymaslik kerak.

34. Optik bolalar o‘yinchoqlari shunday loyihalanishi va ishlab chiqarilishi kerakki, u bolaning ko‘rish qobiliyati yomonlashuvi xavfini keltirib chiqarmasligi zarur.

35. Svetodioldlardan foydalanib tayyorlangan bolalar o‘yinchoqlari ko‘rish organlariga salbiy ta‘sir etmasligi va zararli nurlanishlar hosil qilmasligi kerak.

36. Bolalar o‘yinchoqlarida lazerli nurlanish tizimining har qanday turidan foydalanish taqiqlanadi.

37. Bolalar o‘yinchoqlari ma‘naviy-axloqiy, psixologik xavfsizlikni ta‘minlashi hamda “ommaviy madaniyat”ni targ‘ib etmasligi lozim.

Xavfsizlikka muvofiqlikni ta‘minlanish talablari

1. Bolalar o‘yinchoqlarining Texnik reglamentga muvofiqligi quyidagi talablar bajarilishi bilan belgilanadi:

Texnik reglamentda keltirilgan gigenik xavfsizlik talablari;

bolalar o‘yinchoqlarini tadqiq qilish (sinovdan o‘tkazish) usullari va qoidalari, o‘lchash, shu bilan birga Texnik reglament talablarini qo‘llash va bajarish hamda mahsulotning muvofiqligini baholash (tasdiqlash) uchun zarur bo‘lgan namunalarni tanlash qoidalari texnik jihatdan tartibga solish sohasidagi normativ hujjatlarda keltirilgan.

Muvofiqlikni baholash

1. Bolalar o'yinchoqlarini savdoga chiqarish oldidan Texnik reglamentning xavfsizlik talablariga muvofiqligi tasdiqlanishi kerak.

2. Bolalar o'yinchoqlarining muvofiqligini tasdiqlash ularni sertifikatlashtirish yo'li bilan amalga oshiriladi.

3. Bolalar o'yinchoqlariga tegishli hujjatlar to'plami ishlab chiqaruvchilar tomonidan bolalar o'yinchoqlarining ishlab chiqarilishi to'xtatilgan (bekor qilingan) kundan, bolalar o'yinchoqlarini import qiluvchilar tomonidan oxirgi mahsulot sotilgan kundan boshlab kamida 10 yil davomida saqlanishi kerak.

O'tish davri

1. Texnik reglament amalga kiritilgan paytdan boshlab, O'zbekiston Respublikasi hududida amalda bo'lgan va bolalar o'yinchog'i mahsulotlariga xavfsizlik talablarini belgilaydigan, texnik jihatdan tartibga solish sohasidagi normativ hujjatlar Texnik reglamentga muvofiqlashtirilguniga qadar Texnik reglamentga zid bo'lmagan qismlari yuzasidan qo'llaniladi.

Texnik reglament talablariga rioya etilishi bo'yicha davlat nazorati

Texnik reglament talablariga rioya qilish bo'yicha davlat nazoratini O'zbekiston texnik jihatdan tartibga solish agentligi, O'zbekiston Respublikasi Sog'liqni saqlash vazirligi va uning hududiy organlari, shuningdek, boshqa maxsus vakolatli davlat organlari tomonidan o'z vakolatlari doirasida amalga oshiradi.

Texnik reglament talablariga muvofiq bo'lmagan bolalar o'yinchog'i mahsulotlarining muomalaga chiqarilishining oldini olish davlat nazoratini amalga oshiruvchi vakolatli organlar tomonidan qonun hujjatlarida belgilangan tartibda amalga oshiriladi.

Texnik reglament talablari buzilganligi uchun javobgarlik

Texnik reglament talablari buzilishida aybdor bo'lgan shaxslar O'zbekiston Respublikasi qonunchilik hujjatlariga muvofiq javob beradilar.

BOLALAR O‘YINCHOG‘I DEB QARALMAYDIGAN MAHSULOTLAR RO‘YXATI

1. Archa o‘yinchoqlari, sun‘iy archalar va ularga tegishli elektr girlyandlar.
2. 18 yoshgacha bo‘lgan bolalarga mo‘ljallanmagan, kolleksiya uchun to‘plangan masshtabli modellar.
3. Bolalarning o‘yin maydonlari jihozlari.
4. Sport inventarlari, shu jumladan suv ostida qo‘llaniladiganlari ham.
5. 18 yoshgacha bo‘lgan bolalarga mo‘ljallanmagan folklyor va dekorativ o‘yinchoqlar.
6. Jamoat joylarida umumiy foydalanishga mo‘ljallangan “professional” o‘yinchoqlar.
7. O‘yin avtomatlari.
8. 500 dan ziyod detallardan iborat bo‘lgan murakkab bosh qotirmalar.
9. Pnevmatik qurol.
10. Otuvchi qurilmalar va katapultlar.
11. Metall uchli otiluvchi snaryadlar.
12. O‘yinchoqlarni tarmoqdan ta‘minlovchi transformatorlar, akkumulyatorlarning zaryadlovchi qurilmalari, o‘yinchoqlar bilan birga yetkaziluvchilar ham.
13. Kattalar nazoratida o‘quv jarayonida foydalaniladigan, qizdiruvchi elementlari bo‘lgan buyumlar.
14. 18 yoshgacha bo‘lgan bolalar uchun mo‘ljallangan ichki yonuv dvigatelli transport vositalari.
15. Bug‘ dvigatelli o‘yinchoq mashinalar.
16. Umumiy foydalaniladigan yo‘llarda harakatlanishga mo‘ljallangan velosipedlar.
17. Nominal kuchlanishi 24 v dan yuqori kuchlanishda ishlaydigan o‘yinlar va o‘yinchoqlar.
18. O‘qotar qurollarning aniq nusxalari.
19. Bolalar uchun bijuteriyalar.

20. Suzish uchun moslamalar (masalan, qo'lga kiyiladigan dam berilgan manjetlar).

21. Himoya vositalari (suzish uchun ko'zoynaklar, quyoshdan himoyalovchi ko'zoynaklar, velosipedchining va skeytbordchining shlemlari).

22. Rezina shnur yordamida uchiriladigan o'yinchoqlar.

23. Tortilmagan holatida uzunligi 1 200 mm dan oshadigan kamonlar.

24. Lateks, rezina va silikonli elastomerdan bolalar uchun tayyorlangan sanitar-gigiyenik buyumlar.

Bolalar o'yinchoqlarining gigiyenik xavfsizligiga qo'yiladigan talablar

1. Bolalar o'yinchoqlarining gigiyenik xavfsizligiga qo'yiladigan talablar quyidagilardan iborat:

organoleptik ko'rsatkichlar (hidi, yoqimsiz ta'mi);

fizik omillar (tovush darajasi, elektro statik maydon kuchlanganligining darajasi, elektr magnit maydon kuchlanganligining darajasi, radiochastota diapazoni, elektr magnit maydon kuchlanganligi darajasi, infraqizil nurlanish integral oqimining intensivlik darajasi, mahalliy titrash darajasi, tabiiy radionuklidlarning aktivligi solishtirma samaradorligi);

sanitar-kimyoviy ko'rsatkichlar (namuna muhitida zararli kimyoviy moddalar tarqalishi, matriallar kimyovi tarkibini aniqlash bilan bog'liq bo'lgan ro'yxat va bolalar o'yinchog'idan ajralib chiqadigan zararli kimyoviy moddalar me'yori);

toksikologik-gigiyenik ko'rsatkichlar (shilliq qatlamda qichishish hosil qilishi, toksiklik ko'rsatkichi);

bundan tashqari, bolalar o'yinchoqlari tarkibida bo'lishi taqiqlangan va konsentratsiyasi bolalar o'yinchog'ida yoki uning tarkibiy qismlarida 100 mg/kg dan oshsa, bolalar o'yinchoqlarining tamg'alarida ko'rsatilishi lozim bo'lgan allergiya chaqiruvchi aromatizatorlar ro'yxati;

mikrobiologik ko'rsatkichlar.

Agar bolalar o'yinchog'i gigenik xavfsizlikka tekshirilayotganida nazorat qilinadigan birorta ko'rsatkichi mos kelmasligi tasdiqlangan taqdirda, bolalar o'yinchog'i bo'yicha bundan keyingi har qanday tadqiqotlar to'xtatiladi.

2. Organoleptik ko'rsatkichlar:

tabiiy sharoitda va suvli muhitda bolalar o'yinchog'i hidi intensivligi:

1 yoshgacha bo'lgan bolalarga mo'ljallangan o'yinchoqlarda 1 balldan oshmasligi kerak;

1 yoshdan katta bo'lgan bolalar uchun bu ko'rsatkich 2 balldan oshmasligi kerak;

suvli muhitda hidining namunaviy intensivligi 3 yoshdan katta bolalar uchun bolalar o'yinchoqlarida 2 balldan oshmasligi kerak;

3 yoshgacha bo'lgan bolalar uchun mo'ljallangan o'yinchoqlarda va og'iz bo'shlig'i bilan to'g'ridan to'g'ri aloqada bo'luvchi bolalar o'yinchoqlarida hosil bo'ladigan yoqimsiz ta'mning intensivligi 1 balldan oshmasligi kerak.

3. Fizik omillar:

a) ovoz chiqaruvchi bolalar o'yinchoqlarining tovushlari ekvivalentlik darajasi (sport o'yinlari modellaridan tashqari) quyidagi qiymatlarga teng bo'lishi talab etiladi:

3 yoshgacha bo'lgan bolalar uchun — 60 dBA (dBA — akustik detsibel);

3 yoshdan 6 yoshgacha bo'lgan bolalar uchun — 65 dBA dan yuqori bo'lmasligi kerak;

6 yoshdan katta bolalar uchun — 70 dBA dan yuqori bo'lmasligi kerak;

b) impulsi tovush chiqaruvchi bolalar o'yinchoqlaridan boshqa ochiq havoda o'ynaladigan bolalar o'yinchoqlari tovushining ekvivalentlik darajasi 75 dBA dan yuqori bo'lmasligi kerak;

v) bolalar o'yinchoqlari tovushining eng yuqori darajasi quyida keltirilgan ko'rsatkichlarga muvofiq bo'lishi kerak:

3 yoshgacha bo'lgan bolalar uchun — 70 dBA dan yuqori bo'lmasligi;

3 yoshdan 6 yoshgacha bo'lgan bolalar uchun — 75 dBA dan yuqori bo'lmasligi;

6 yoshdan katta bolalar uchun — 80 dBA dan yuqori bo‘lmasligi;

ochiq havoda o‘ynaladigan bolalar o‘yinchoqlari tovushning eng yuqori darajasi 85 dBA dan yuqori bo‘lmasligi kerak;

impulsi tovush chiqaruvchi bolalar o‘yinchoqlarining eng yuqori tovush chiqarish darajasi 90 dBA dan oshmasligi kerak;

g) bolalar o‘yinchoqlari yuzasidagi elektr statik maydon kuchlanganligi darajasi 15 kV/m dan oshmasligi kerak;

d) radio boshqaruvli, elektron va elektrotexnik bolalar o‘yinchoqlari tarqatadigan elektr magnit maydonlarining kuchlanganlik darajasi, chastota oralig‘i:

0,3 kHz dan 300 kHz gacha oraliqda o‘zgarganda 25 V/m dan;

0,3 MHz dan 3 MHz gacha oraliqda o‘zgarganda 15 V/m dan;

3 MHz dan 30 MHz gacha oraliqda o‘zgarganda 10 V/m dan;

30 MHz dan 300 MHz gacha oraliqda o‘zgarganda 3V/m dan;

0,3 dan 300 GHz gacha oraliqda o‘zgarganda $10 \mu\text{W}/\text{cm}^2$ dan oshmasligi kerak.

e) bolalar o‘yinchog‘ida sanoat chastotali (50 Hz) elektr toki hosil qiladigan maydonning kuchlanganlik darajasi 0,5 kV/m dan oshmasligi kerak;

yo) infraqizil nurlanish integral oqimining intensivlik darajasi $100 \text{W}/\text{m}^2$ dan oshmasligi kerak;

j) tebranish manbaiga ega bo‘lgan o‘yinchoqlarda o‘rtacha geometrik oktavalalar oralig‘idagi 8 Hz va 16 Hz chastotalar uchun mahalliy tebranish darajasi 63 dB dan oshmasligi kerak, 69 dB bo‘lganda — 31,5 Hz, 75 dB bo‘lganda — 63 Hz, 81 dB bo‘lganda — 125 Hz, 87 dB bo‘lganda — 250 Hz, 93 dB bo‘lganda — 500 Hz, 99 dB bo‘lganda — 1000 Hz chastotalarga ega bo‘ladi. Tebranish tezlanishining to‘g‘rilangan darajasi 66 dB dan oshmasligi kerak;

z) tabiiy materiallardagi tabiiy radionuklidlarning va bolalarning ijodiy o‘yinlarining jamlanmalari tarkibiga kiruvchi, ulardan tayyorlangan mahsulotlarning solishtirma samaradorlik darajasi 370 Bq/kg dan oshmasligi kerak.

4. Sanitar-kimyoviy ko'rsatkichlar:

a) bolalar o'yinchoqlarida namunali (suvli, havoli) muhitda zararli kimyoviy moddalarning tarqalish darajasi va namunaviy muhitda keltirilgan me'yorlardan oshib ketmasligi zarur;

“BOLALAR SOG‘LIGI UCHUN O‘YINCHOQLAR XAVFSIZLIGIGA QO‘YILADIGAN SANITARIYA-GIGIENA TALABLARI”

Bugungi kunda do'konlarda turli xil o'yinchoqlarning ko'pligi juda ham hayratlanarli. Rastalarda siz yumshoq o'yinchoqlar va chiroyli dizaynerlarga ega bo'lgan turli-tuman o'yinchoqlarni ko'rishingiz mumkin. Ammo farzandingizga o'yinchoq sotib olayotganda uning xavfsizligi haqida aslo unutmang. Sizni va farzandingizga yoqqan o'yinchoq sog'ligingizga ziyon keltirmasligi uchun avvalo unga tegishli bo'lgan hujjatlar bilan tanishishingiz kerak bo'ladi.

“Bolalar sog'ligi uchun o'yinchoqlar xavfsizligiga qo'yiladigan sanitariya-gigiena talablari”ga muvofiq, muomalaga qo'yilishidan oldin o'yinchoqlar gigienik tekshiruvdan o'tkaziladi va ulargagigienik sertifikat yoki sanitariya-epidemiologiya xulosasi beriladi. Shuningdek, o'yinchoqlar mahsulotlarni majburiy sertifikatlashtirish ro'yxatiga kiritilgan, O'zbekiston Respublikasining “Mahsulotlar va xizmatlarni sertifikatlashtirish to'g'risida”gi Qonunning 12-moddasiga muvofiq: Majburiy sertifikatlashtirilishi lozim bo'lgan mahsulotlarga qo'yiladigan talablar belgilangan.

Majburiy sertifikatlashtirilishi lozim bo'lgan mahsulotlar quyidagi hollarda: sertifikatlashtirishga taqdim etilmagan bo'lsa; sertifikatlashtirish talablariga muvofiq emasligi sababli sertifikatlashtirishdan o'tmagan bo'lsa; agar sertifikatning amal qilish muddati tugagan yoki uning amal qilishi to'xtatib qo'yilgan (bekor qilingan) bo'lsa, O'zbekiston Respublikasi hududida realizatsiya qilinishi mumkin emas.

Man etiladi: Qonunga xilof tarzda muvofiqlik belgisi bosilgan mahsulotlarni realizatsiya qilish.



16-rasm. Plastmassadan yasalgan o‘yinchoqlar.

**BOLALAR SOG'LIGI UCHUN O'YINCHALAR (O'YINLAR)
XAVFSIZLIGIGA BO'LGAN SANITARA-GIGIENIK TALABLAR
(SanQVM-0287-10)**

Davlat sanitariya-epidemiologiya nazorati o'yinchoqni ishlab chiqarishga kiritish bosqichida va uni ishlab chiqarish va sotish, chet eldan etkazib berish paytida amalga oshiriladi.

O'yinchoqni ishlab chiqarishga kiritish bosqichida gigienik baholash o'tkaziladi, uning natijalariga ko'ra gigienik sertifikat yoki sanitariya-epidemiologiya xulosasi beriladi.

Gigienik baholash uchun quyidagilar taqdim etilishi kerak: normativ-texnik hujjatlar, o'yinchoqlar namunalari va ishlatiladigan materiallar uchun retseptlar. Tadqiqot uchun zarur bo'lgan namunalar soni tadqiqotning xususiyati va hajmiga bog'liq bo'lib, manfaatdor tashkilot tomonidan ekspertiza o'tkazuvchi muassasa bilan kelishilgan holda amalga oshiriladi. Minimal miqdor - 3 ta namuna. Katta o'lchamli o'yinchoqlar ishlab chiqarilgan hollarda, ommaviy ishlab chiqarishda qo'llaniladigan texnologiyadan foydalangan holda ishlab chiqarilgan o'yinchoqlarning alohida qismlari laboratoriya tekshiruviga topshirilishi mumkin.

O'yinchoqlar (o'yinlar) tasdiqlangan namunaga mos kelishi kerak - "standart vakil" ("standart vakil" - ishlatiladigan materiallar va bo'yoqlarning bir xil texnologiyasidan foydalangan holda tayyorlangan o'yinchoq namunasi).

Tadqiqot uchun mo'ljallangan o'yinchoqlar namunalari ularni ommaviy ishlab chiqarish uchun tasdiqlangan texnologiyadan foydalangan holda ishlab chiqarilishi va ular ishlab chiqarilganidan keyin 10 kundan kechiktirmasdan va 30 kundan kechiktirmay tadqiqotga topshirilishi kerak.

Agar kerak bo'lsa, ishlab chiqaruvchi texnologik jarayonning tavsifini beradi. O'yinchoqlar (o'yinlar) namunalari va hujjatlar nusxalari qaytarilmaydi.

Mahsulotni sertifikatlash uchun arizani ko'rib chiqishda ishlab chiqaruvchiga gigienik sertifikatlash muddati, tadqiqot turlari va ishlarning narxi to'g'risida ma'lumot beriladi.

O'yinchoq ishlab chiqarishga kiritilganda, tadqiqot uchun namunalar ishlab chiqaruvchi tomonidan taqdim etiladi; tasodifiy yoki inspeksiya nazorati paytida namunalar olish davlat sanitariya-epidemiologiya nazorati organlari tomonidan tegishli hujjatlarni tayyorlash bilan amalga oshiriladi.

Import qilinadigan mahsulotlar va materiallar bolalar salomatligi uchun zararsizligini tasdiqlovchi sertifikatlar bilan taqdim etilishi kerak.

Ishlab chiqarilgan va sotiladigan o'yinchoqlar (o'yinlar) ustidan davlat sanitariya-epidemiologiya nazorati:

- ishlab chiqaruvchidan yoki savdodan olingan o'yinchoqlar namunalarini tanlab nazorat qilish yo'li bilan (o'yinchoqlar to'lanishi yoki qaytarilishi shart emas);
- sertifikatlangan mahsulotlar ustidan inspeksiya nazorati doirasida.

Agar ushbu talablarga javob bermaydigan o'yinchoqlar aniqlansa, ularni ishlab chiqarish yoki sotishni taqiqlash (to'xtatib turish) kerak.

Agar kamida bitta salbiy ko'rsatkich olingan bo'lsa, sinov namunasi tasdiqlash uchun rad etilishi (keyingi tadqiqot) yoki sotuvdan olib tashlanishi kerak.

Ushbu o'yinchoqlarni (o'yinlarni) keyingi ishlab chiqarish yoki sotishni to'xtatish to'g'risida qaror qabul qilinganda davlat sanitariya-epidemiologiya nazoratining yuqori organlari va boshqa manfaatdor idoralar va tashkilotlar xabardor qilinishi kerak.

O'yinchoqlar (o'yinlar) ishlab chiqarish uchun yangi materiallardan foydalanish to'g'risidagi ma'lumotlar bankini tuzish uchun sanitariya-epidemiologiya xizmati organlari va muassasalari har yili Sog'liqni saqlash vazirligining Sanitariya-epidemiologiya nazorati bosh boshqarmasiga taqdim etishlari shart. O'zbekiston Respublikasining mahalliy va import mahsulotlarining yangi tasdiqlangan materiallari to'g'risidagi ma'lumotlar.

Mazkur Sanitariya qoidalari talablariga rioya etish mulkchilik shaklidan qat'i nazar, o'yinchoqlar (o'yinlar) ishlab chiqarish, xorijdan olib kirish va olib kirish bilan shug'ullanuvchi fuqarolar va yuridik shaxslar uchun majburiydir.

O'YINCHALAR VA O'YINLARNI ISHLAB CHIQRISH VA SOTISHNI TASHKIL QILISHGA TALABLAR.

Korxonalar bolalar salomatligi uchun xavfsiz mahsulotlar ishlab chiqarishni kafolatlashi kerak.

O'yinchoqlar (o'yinlar) ishlab chiqariladigan ishlab chiqarish binolarini loyihalash va sanitariya-texnik xizmat ko'rsatish texnologik jarayonlarni tashkil etishning sanitariya qoidalari va ishlab chiqarish uskunalari qo'yiladigan gigiena talablariga muvofiq bo'lishi kerak:

O'yinchoqlarni (o'yinlarni) saqlash va sotish uchun mo'ljallangan chakana savdo va omborxonalar madaniy va maishiy tovarlarni saqlash va sotish uchun binolarga qo'yiladigan talablarga javob berishi kerak.

O'yinchoqlarni ishlab chiqarish, nazorat qilish va sotish bilan bevosita shug'ullanadigan ishchilar O'zbekiston Respublikasi Sog'liqni saqlash vazirligining amaldagi buyruqlariga muvofiq sog'lig'i sababli qarshilikka ega bo'lmasligi kerak.

O'YIN VA O'YINCHOQLARNI GIGIENIK TEKSHIRISH USULLARI

Gigienik xavfsizlik talablari quyidagi mahsulotlarga taalluqli emas:

- archa bezaklari;
- dekorativ qo'g'irchoqlar (kattalar, kolleksionerlar uchun);
- velosiped va skeytbord dubulg'alari;
- uchadigan o'yinchoqlar;

- otish uchun kamon.

O'yinlar va o'yinchoqlarni ishlab chiqarish va sotishga faqat tasdiqlangan usullar bo'yicha o'tkazilgan gigienik baholash natijalari asosida ruxsat berilishi mumkin.

O'yinlar va o'yinchoqlarni gigienik baholash laboratoriya va dala sharoitida o'tkazilgan organoleptik, sanitariya-kimyoviy, toksikologik tadqiqotlar natijalariga asoslanadi.

Tadqiqot doirasi har bir aniq holatda ishlatiladigan xom ashyo, materiallar, komponentlar, o'yinlar va o'yinchoqlardan foydalanish shartlariga qarab belgilanadi.

Organoleptik tekshirishlar.

O'yinchoq namunalarini organoleptik tekshirishlar davomida tashqi ko'rinishi, sirtining tabiati (quruq, yopishqoq, silliq, qo'pol, notekis va boshqalar), nuqsonlar va hid mavjudligi qayd etiladi.

O'yinchoqlarning (yoki kaputlarning) hidini aniqlash xona haroratida komissiya (kamida 5 kishi) tomonidan amalga oshiriladi. Hidning tabiati tavsiflovchi (begona, yoqimsiz, o'ziga xos aromatik, noaniq) qayd etilgan. Hidning intensivligi 2-jadvalda keltirilgan shkala bo'yicha ball bilan ifodalanadi.

2-jadval

Hidning intensivligini aniqlash

Hidning intensivligi (ballarda)	Tavsifi	Hidning paydo bo'lishi
0	Hid yo'q	Sezilarli hid yo'q
1	O'ta kam sezilarli	Aslida hid sezilarsiz, lekin tajribali degustator aniqlashi mumkin
2	Kam sezilarli	Diqqat bilan tekshirilganda tajribasiz degustator ham aniqlashi mumkin
3	sezilarli	Hid osongina seziladi va norozilikka sabab bo'lishi mumkin

4	Aniq seziladigan hid	E'tiborni tortadigan hid salbiy fikrlarni keltirib chiqaradi
5	Juda kuchli seziladigan hid	Hidi shunchalik kuchliki noqulaylik tug'diradi

Bir yoshgacha bo'lgan bolalar uchun barcha turdagi o'yinchoqlar (o'yinlar, qismlar) hidining darajasi 1 balldan, 1 yoshdan oshgan bolalar uchun 2 balldan oshmasligi kerak.

O'yinchoqlar materiallarga qo'yiladigan gigiyenik talablar

3 yoshgacha bo'lgan bolalar o'yinchoqlarida quyidagilarni ishlatish taqiqlanadi: mo'yna, charm, shisha, mo'ynali kauchuk, karton va qog'oz, shuningdek qalinligi 0,038 mm dan kam bo'lgan takrorlanmaydigan polimer plyonkalar, qurt teshiklari va tugunlari bo'lgan yog'och, selluloiddan foydalanish. , hajmi 3 mm yoki undan kam bo'lgan granulalarni to'ldirishga yo'l qo'yilmaydi, ichki qopqoq, qattiq yoki o'tkir begona jismlar (tirnoqlar, ignalar, metall parchalari, shisha yoki plastmassa parchalari va boshqa shunga o'xshash mahsulotlar), issiq gazlar va yonuvchan suyuqliklar bo'lgan plomba materiallari , o'yinchoqlarning plombalari, shang'illar kabi, ularning hajmi nam muhitda 50 foizdan ko'proq oshadi.

3 yoshdan oshgan bolalar uchun o'yinchoqlar, agar o'yinchoq o'z vazifasini bajarishi uchun zarur bo'lsa, shisha bo'lishi mumkin.

Boshni to'liq qoplaydigan o'tkazmaydigan materialdan tayyorlangan niqoblar va dubulg'alarining umumiy maydoni kamida 1300 mm bo'lgan shamollatish uchun kamida 2 ta teshik bo'lishi kerak. Yuzni qoplaydigan qattiq materiallar (ko'zoynaklar, dubulg'alar yoki niqoblar) o'tkir qirralari, uchlari yoki bo'sh qismlari bo'lmasligi kerak.

3 yoshdan oshgan bolaning qo'lida ushlab turish uchun mo'ljallangan yumshoq o'yinchoqlar, qo'g'irchoqlar va hayvonlarning haykalchalariga qo'yiladigan talablar.

Yumshoq to'ldirilgan o'yinchoqlardagi tikuvlar mustahkam bo'lishi kerak.

Yumshoq o'yinchoqlara mahkamlangan qattiq materiallar (metall, plastmassa, yog'och)ning qismlari bola ularni lablari (barmoqlari) bilan ushlamasligi, uzib olmasligi uchun mahkam yopishtirilishi kerak.

Ovozli o'yinchoqlarga qo'yiladigan talablar

Yopiq o'yin uchun mo'ljallangan o'yinchoq chiqaradigan tovush darajasi (sozlangan musiqa o'yinchoqlari, shamolli va zarbli asboblar bundan mustasno) 65 dBA dan oshmasligi kerak.

Ochiq o'yin uchun mo'ljallangan o'yinchoq chiqaradigan tovush darajasi 75 dBA dan oshmasligi kerak.

O'yin momenti sifatida impulsli shovqin hosil qiluvchi o'yinchoqning tovush darajasi (bir martalik va hokazo) 95 dBA dan oshmasligi kerak.

Yangi turdagi materiallarga qo'yiladigan talablar

Yangi turdagi (ilgari o'rganilmagan) materiallardan tayyorlangan o'yinchoqlarni gigienik jihatdan o'rganishda toksikologik tadqiqotlar o'tkazilishi kerak, undan oldin organoleptik va sanitariya-kimyoviy tadqiqotlar o'tkazilishi lozim.

Toksikologik tadqiqotlar uchun zarur bo'lgan namunalardan ekstraktlarni tayyorlash shartlari sanitariya-kimyoviy tadqiqotlar uchun qo'yilgan talablarga o'xshash bo'lishi kerak.

Toksikologik tadqiqotlar doirasi joriy usullar asosida amalga oshiriladi.

O'yinchoqlarning himoya va dekorativ qoplamasining tupurik, ter va nam ishlov berish ta'siriga chidamliligini aniqlash.

Himoya va dekorativ qoplamalar o'yinchoqni nam ishlatishga chidamli bo'lishi kerak. Chidamliligini aniqlash uchun o'yinchoqni $37+2^0$ S haroratda issiq suvda 3 daqiqa davomida neytral sovun yoki sintetik yuvish vositalaridan foydalangan holda, mexanik ishlovsiz, distillangan suv bilan chayish va xona haroratida quritish orqali amalga oshiriladi. Bunday holda, o'yinchoqning ko'rinishi o'zgarmasligi kerak.

O'yinchoq qoplamalarining tupurik va terga chidamliligini aniqlash yumshoq o'yinchoqlar bundan mustasno, barcha o'yinchoqlarga tegishli.

O'yinchoq qoplamalarining tupurik va terga chidamliligi amaldagi usullarga muvofiq sinovdan o'tkaziladi.

O'YINLAR VA O'YINCHOQLARNING SANITARIYA-KIMYOVIY TEKSHIRUVDAN O'TKAZISH

Polimer materiallardan tayyorlangan o'yinlar va o'yinchoqlarni sanitariya-kimyoviy tadqiqotlar o'tkazishda massadagi og'ir metallar va kimyoviy uchuvchi moddalar havo va suv muhitida simulyatsiya qilingan ish sharoitida aniqlanadi.

Simulyatsiya qilingan ish sharoitida sanitariya-kimyoviy tadqiqotlar:

Quyidagi materiallardan tayyorlangan o'yinchoqlardan sog'liq uchun zararli moddalar chiqarilishi quyida belgilangan standartlardan oshmasligi kerak:

- polimer va shunga o'xshash materiallar;

qog'oz va karton;

- to'qimachilik materiallari (to'qimachilik va sintetik tolali to'qimachilik materiallari);
- emprenye qilingan yog'och va teri;
- bolaning og'zi bilan aloqa qilish uchun metall (musiqiy o'yinchoqlar va boshqalar);
- iz qoldirish uchun mo'ljallangan materiallar (grafit, siyoh va boshqalar);
- modellash materiallari, shu jumladan qoliplash massasi va jellari;
- qattiq (suyuq) bo'yoqlar, shu jumladan barmoqlar, lak, kukun va boshqalar bilan qo'llaniladigan;
- kauchuk;
- bo'yoqlar, laklar, niello va shunga o'xshash qoplamalarning qoplamalari.

O'yinchoqlardan havoga chiqariladigan uchuvchi kimyoviy moddalarni aniqlash 20 va 37°S haroratda, havo almashinuvi - 1 hajm/soat va xonaning to'yinganligi 100 g/m³ o'yinchoq namunalari bilan amalga oshiriladi.

O'yinchoqning sinov namunasi shisha kameraga joylashtiriladi va yuqorida ko'rsatilgan sharoitlarda dinamik muvozanat o'rnatilgunga qadar (uchuvchi kimyoviy moddalar chiqarilishining dinamik muvozanati 24-48 soat ichida o'rnatiladi) aniqlanadi, uchuvchi kimyoviy moddalar ajralib chiqadi, aniqlash

sanitariya kimyoning umumiy qabul qilingan usullari bilan (asosan, gaz xromatografiyasi bilan) o'tkaziladi.

Aniqlangan moddalarning konsentratsiyasi atmosfera havosi uchun maksimal ruxsat etilgan konsentratsiya bilan taqqoslanadi: havodagi formaldegid uchun - 0,003 mg / mi, stirol uchun - 0,02 mg / mi.

Suv muhitida tahlil qiluvchi moddalarning konsentratsiyasi kimyoviy moddaning ruxsat etilgan migratsiya miqdori bilan taqqoslanadi: suv muhitida formaldegid uchun - 0,1 mg/dmi, stirol uchun - 0,01 mg/dmi.

O'yinchoqlardan suv muhitiga chiqarilgan kimyoviy moddalarni aniqlash 37⁰ S haroratda amalga oshiriladi. Sinov sanitar kimyoning umumiy qabul qilingan usullaridan foydalangan holda 3 soat davomida saqlanadi. Namuna massasi va suv hajmining nisbati 1x10.

Bolalar salomatligiga zarar etkazuvchi elementlarni standartlashtirish

(surma, mishyak, bor, kadmiy, xrom, qo'rg'oshin, simob, selen).

Barmoqlar bilan qo'llaniladigan qoliplash massalari va bo'yoqlardan tashqari har qanday o'yinchoq materiallarining 1 kg tarkibidagi zararli moddalarning chiqarilishi quyidagi standartlardan oshmasligi kerak:

* surma - 60 mg;

mishyak - 25 mg;

* bariy - 1000 mg;

kadmiy - 75 mg,

xrom - 60 mg;

qo'rg'oshin - 90 mg;

simob - 60 mg;

* selen - 500 mg

1 kg qoliplash massasi va barmoqlar bilan qo'llaniladigan bo'yoqlar tarkibidagi zararli moddalarning chiqishi quyidagi standartlardan oshmasligi kerak:

* surma - 60 mg;

mishyak - 25 mg;

*bariy - 250 mg;

kadmiy - 50 mg;

xrom - 25 mg;

qo'rg'oshin - 90 mg;

simob - 25 mg;

* selen - 500 mg.

* faqat retseptda materiallar mavjud bo'lsa yoki material haqida ma'lumot bo'lmasa.

O'YINCHOQLARNI (O'YINLARNI) RUXSAT BERISH PROTOKOLINI TO'LDIRISH QOIDALARI

O'yinchoq namunalarini gigienik ekspertizadan o'tkazish natijalari protokolda qayd etiladi, unda quyidagilar ko'rsatiladi:

- o'rganilayotgan namunaning nomi va qisqacha tavsifi;
- namunaning ishlab chiqarilgan sanasi va ekspertiza uchun qabul qilinganligi;
- ishlab chiqaruvchi;
- tadqiqot natijalari (umumiy xulosa).
- Sinov hisobotida quyidagi ma'lumotlar bo'lishi kerak:
- o'yinchoq va sinov materialining turi va identifikatsiyasi;
- ushbu SanPiNning belgilanishi;
- Har bir elementning miqdorini aniqlash uchun ishlatiladigan usul:
- iz qoldirish uchun mo'ljallangan materiallardan yog', moy, mum va shunga o'xshash moddalarni olib tashlash uchun ishlatiladigan erituvchi;
- test natijalari;
- belgilangan sinov tartibidan har qanday og'ishlar;
- sinov sanasi.

Monomerlar, plastifikatorlar, kauchuk ingredientlar va ularni o'zgartirish mahsulotlarining chiqarilishi oziq-ovqat mahsulotlari bilan aloqada bo'lgan polimerlar va boshqa materiallardan chiqarilgan kimyoviy moddalarning ruxsat etilgan migratsiya miqdori (AQM) uchun sanitariya me'yorlariga muvofiq belgilanadi.

Kimyoviy moddalarning migratsiyasini aniqlashda u materialning formulasiga asoslanadi.

O‘YINCHOQLAR XARIDI UCHUN SOTUVCHIDAN QANDAY MA‘LUMOT TALAB QILISHINGIZ KERAK?

O‘zbekiston Respublikasi “Iste‘molchilarning huquqlarini himoya qilish to‘g‘risida”gi Qonunning 6-moddasiga muvofiq sotuvchi ishlab chiqaruvchi (ijrochi, sotuvchi) iste‘molchiga o‘zi realizatsiya qilayotgan tovar (ish, xizmat)lar haqida o‘z vaqtida zarur, to‘g‘ri va tushunarli ma‘lumot berishi shart.

Tovar (ish, xizmat) haqidagi ma‘lumotda quyidagilar ko‘rsatilishi shart:

- tovar (ish, xizmat) majburiy talablariga muvofiq kelishi shart bo‘lgan normativ hujjatning nomi;
- tovar (ish, xizmat)ning asosiy iste‘mol xususiyatlari, shu jumladan, o‘ziga xos xususiyatlari ro‘yxati;
- bahosi (tarifi) va sotib olish shartlari;
- (ayrim turdagi tovarlarning ishlab chiqarilgan sanasi);
- ishlab chiqaruvchi (ijrochi)ning kafillik majburiyatlari;
- tovardan samarali va xavfsiz foydalanish qoidalari hamda shartlari;
- tovarning xizmat (yaroqlilik) muddati va ushbu muddat tugaganidan keyin iste‘molchi nima ishlar qilishi zarurligi, shuningdek bunday ishlarni bajarmaslik natijasida kelib chiqishi mumkin bo‘lgan oqibatlar to‘g‘risidagi ma‘lumotlar;
- ishlab chiqaruvchi (ijrochi, sotuvchi)ning nomi va mulkchilik shakli, ro‘yxatga olish va litsenziya guvohnomasining nomeri;
- ishlab chiqaruvchi (ijrochi, sotuvchi)ning hamda ular iste‘molchidan da‘vo qabul qilishga vakolat bergan, shuningdek, ta‘mirlashlarini bajaradigan va texnikaviy xizmat ko‘rsatadigan korxonalarining manzillari;
- tovarlarni saqlash, xavfsiz utilizatsiya qilish usullari hamda qoidalari.

Sertifikatlanishi shart bo‘lgan tovar haqida iste‘molchiga uning sertifikatlanganligi to‘g‘risida ma‘lumot taqdim etilishi lozim.

Tovar (ish, xizmat) haqidagi zarur axborotning yo'qligi bunday tovar (ish, xizmat)ni realizatsiya qilish ma'lumot berilgunga qadar tegishli davlat boshqaruvi organining ko'rsatmasi bo'yicha to'xtatib turilishiga sabab bo'ladi.

O'YINCHOQ TANLAYOTGANINGIZDA QUYIDAGILARGA

E`TIBOR QARATISH ZARUR:

- Shakli: bolaga shikast yetkazishi mumkin bo'lgan o'tkir chiqadigan qismlar, burmalar va o'tkir burchakli bo'lmasligi kerak;
- Rangi: tabiiy rangga iloji boricha yaqin bo'lishi kerak, aksincha g'ayritabiiy ranglar bolaning haqiqiy dunyo haqidagi g'oyasini buzishi va uni qo'rqitishi mumkin;
- Hidi: doimiy va yoqimsiz bo'lmasligi kerak;
- Ko'rsatma: unga ko'ra xarid qilishdan oldin o'rganib chiqish kerak. Ko'rsatma o'yinchoqning o'zida ham, o'ramida ham, yorlig'ida yoki qo'shimchalar shaklida ham qo'llanilishi mumkin.
- Ogohlantirish yozuvi: o'yinchoqdan xavfsiz foydalanishning maxsus qoidalarinni ko'rsatadi;
- Mavzular: bola ruhiyatiga xavf tug'dirmasligi zarur;
- Realizm: haqiqiy hayvonlar, odamlar, narsalar va shunga o'xshash narsalarga o'xshash o'yinchoqlarni sotib olish, bolaga ular o'rtasida o'xshashlikni bilishga yordam beradi;
- Ovoz: har qanday holatda eshitganda shovqin bermaydigan va bolani qo'rqitmaydigan bo'lishi kerak;
- Sifati: o'yinchoq va uning tarkibiy qismlari, shu jumladan, mahkamlagichlar, o'yinchoq o'ynaganda yuzaga keladigan mexanik zo'riqlishlarga bardoshli bo'lishi, buzilmasligi va iste'mol xususiyatlarini saqlab qolishi kerak.

O‘YINCHOQLARNI ALMASHTIRISH TARTIBI

O‘zbekiston Respublikasi “Iste`molchilarning huquqlarini himoya qilish to‘g‘risida”gi Qonunning 18-moddasiga muvofiq iste`molchi maqbul sifatli nooziq-ovqat tovarini xarid qilgan kundan e`tiboran o‘n kun ichida ushbu tovar sotib olingan joydagi sotuvchidan uni ayni shunday tovarga almashtirib olishga bunday tovar sotuvda bo‘lmasa, pulini qaytarib olishga haqli. Bu talab bolalar o‘yinchog‘iga ham tatbiq etilgan.

Qo‘shimcha – sifatli elektron o‘yinchoqlar esa qaytarib olinmaydi va almashtirilmaydi.

SOVG‘A SIFATSIZ VA KAMCHILIKLARGA EGA BO‘LSA-CHI?

O‘zbekiston Respublikasi 75-sonli qarori Chakana savdo qoidalarining 29-bandida o‘ziga zarur sifatga ega bo‘lmagan tovar sotilgan xaridor, agar nuqsonlar sotuvchi tomonidan aytilmagan bo‘lsa, o‘zining tanlashiga ko‘ra sotuvchidan :

- aynan shunday markadagi (model, artikuldagi) tovarga almashtirishni;
- xarid narxini tegishli ravishda qayta hisob-kitob qilgan holda boshqa marka (model, artikul)dagi aynan shunday tovarga almashtirishni;
- xarid narxi mutanosib ravishda kamaytirilishini;
- tovarning nuqsonlari darhol bepul bartaraf etilishini;
- tovarning nuqsonlarini bartaraf etish xarajatlari qoplanishini talab etishga haqlidir.

Bunda xaridor zarur sifatga ega bo‘lmagan tovar sotilganligi oqibatida o‘ziga yetkazilgan zarar to‘liq qoplanishini talab qilishga haqlidir.

Namunaviy muhitda (tuzli kislotada), bolalar o‘yinchog‘ining materiallaridan ajralib chiqadigan zararli moddalar 3- jadvalda keltirilgan me`yorlardan oshib ketmasligi kerak;

**Bolalar o‘yinchog‘ining materiallaridan ajralib chiqadigan zararli
moddalar me‘yorlari ro‘yxati**

Aniqlanadigan zararli kimyoviy moddalarning nomlanishi	Tarqalish darajasi	
	Bolalar o‘yinchog‘ining 1 kg tashkil etuvchi har qanday materiallaridan ajralib chiqadigan zararli moddalar miqdori, mg	Bolalar o‘yinchog‘ining 1 kg ni tashkil etuvchi massasidan va barmoq bilan surtiladigan bo‘yoqlaridan ajralib chiqadigan zararli moddalar miqdori, mg
surma	60	60
qo‘rg`oshin	90	90
simob	60	25
kadmiy	75	50
xrom	60	25
mishyak	25	25
bariy	1000	250
selen	500	500

Toksikologik-gigienik ko‘rsatkichlar:

- uch yoshgacha bo‘lgan bolalarga mo‘ljallangan, shuningdek, funksional xususiyatidan kelib chiqqan holda, bola og‘iz bo‘shlig‘i bilan to‘g‘ridan-to‘g‘ri aloqada bo‘ladigan bolalar o‘yinchoqlari bola og‘iz bo‘shlig‘i shilliq pardasiga yallig‘lantiruvchi ta’sir ko‘rsatmasligi kerak;
- bolalar o‘yinchoqlarida suvli muhitda (distirlangan muhitda) aniqlanadigan mahalliy teri qichishish ko‘rsatkichlari kuzatilmasligi yoki toksiklik ko‘rsatkichi suvli muhitda — 70 foizdan 120 foizgacha, havoli muhitda — 80 foizdan 120 foizgacha bo‘lishi kerak;

Bundan tashqari, 4-jadvalda keltirilgan allergiya chaqiruvchi aromatizatorlarning konsentratsiyasi o‘yinchoqda yoki uning tarkibiy qismlarida 100 mg/kg dan oshsa, ularning nomlari bolalar o‘yinchoqlari tamg‘alarida ko‘rsatilishi lozim.

4-jadval

**Konsentratsiyasi bolalar o‘yinchog‘ida yoki uning tarkibiy qismlarida
100 mg/kg dan oshsa, bolalar o‘yinchoqlarining tamg‘alarida
ko‘rsatilishi lozim bo‘lgan allergiya chaqiruvchi aromatizatorlar
ro‘yxati**

Nomlanishi	CAS raqami
Arpabodiyon spirti	105-13-5
Benzilbenzoat	120-51-4
Benzilsinamat	103-41-3
Sitronellol	106-22-9
Farnezol	4602-84-0
Geksilsinnamal	101-86-0
Lilial	80-54-6
d-limonen	5989-27-5
Linalool	78-70-6
Metilgeptinkarbonat	111-12-6
3-metil-4-(2.6,6-trimetil-2-siklogeksen 1-il)-3-buten-2-on	127-51-5

Bir yoshgacha bolalarga mo‘ljallangan o‘yinchoqlarni tashkil qiluvchi massasida va barmoqlar bilan surtiluvchi bo‘yoqlar tarkibida mikrobiologik ko‘rsatkichlar 5-jadvalda keltirilgan me‘yorlarga muvofiq bo‘lishi kerak.

5-jadval

O‘yinchoqlarning mikrobiologik ko‘rsatkichlari

O‘yinchoqlarning nomlanishi	Mikroorganizmlarning umumiy soni (mezofillar, aeroblarva fakultativ anaeroblar), KOE*	Xamirturushlar, xamirturushga o‘xshash, zamburug‘lar, o‘yinchoqlarning 1 g da (1 sm^2 , 1 sm^3)	Enterobakteriyalar oilasidagi bakteriyalar, o‘yinchoqlarning 1 g da (1 sm^2 , 1 sm^3)	Patogen stafilokokklar, o‘yinchoqlarning 1 g da (1 sm^2 , 1 sm^3)	Pseudomonas aerogenoza o‘yinchoqlarning 1 g da (1 sm^2 , 1 sm^3)
1 yoshgacha bo‘lgan	10^2 gacha	mavjud emas	mavjud emas	mavjud emas	mavjud emas

bolalarga mo'ljallangan ichi to'ldirilgan o'yinchoqlarn i tashkil qiluvchi massasida va barmoqlar bilan surtiluvchi bo'yoqlarda					
--	--	--	--	--	--

* Bakteriyalar zanjirini shakllantirish birligi.

Xavfilik darajasi yuqori bo'lgan bolalar o'yinchoqlaridan foydalanish xavflari va ularning me'yorlari haqidagi axborotlarga qo'yiladigan talablar

Bolalar uchun va (yoki) ularga qarab turuvchi shahslar uchun eng ko'p xavf tug'diruvchi bolalar o'yinchoqlari, ulardan foydalanishda yuzaga keladigan xavflar va ularni bartaraf etish choralari haqida axborotlar bilan ta'minlanishi kerak.

1. Uch yoshgacha bo'lgan bolalar uchun mo'ljallanmagan bolalar o'yinchoqlariga yosh guruhi ko'rsatilgan, taqiqlovchi shartli grafik belgi qo'yilgan bo'lishi kerak.



17-rasm. Shartli grafik belgi

Shartli grafik belgi quyidagi elementlardan tashkil topgan bo'ladi:
aylana va ichida kesishuvchi qizil yoki qora rangli chiziq;
aylana foni — oq rangda;

bolalar o'yinchog'ining yosh guruhiga mo'ljallanmaganligi matni qora siyohda yozilgan va bolaning yuz konturi qora rangda chizilgan bo'ladi. Shartli grafik belgining minimal diametri 10 mm dan kam bo'lmasligi kerak.

2. Osmo arg'imchoqlar, sirpanib uchiladigan yasama tepalik xalqalar, trapesiyalardan foydalanish hujjatlari.

Arqonlar va shunga o'xshash bolalar o'yinchoqlaridan foydalanish hujjatlarida tarkibiy qismlarini to'g'ri yig'ilishiga qo'yiladigan talablarning bajarilishi ularning noto'g'ri yig'ilishida yuzaga keladigan xavfning oshishiga va texnik xizmat ko'rsatishning buzilishiga olib kelishi mumkin bo'lgan holatlar ko'rsatiladi.

3. Funktsional bolalar o'yinchoqlarida yoki uning qadoqlovchi qismida «Diqqat! Bevosita faqat kattalar nazorati ostida foydalanilsin!» degan ogohlantiruvchi yozuv bo'lishi kerak.

Foydalanish hujjatlarida ogohlantiruvchi choralar va ko'rsatmalar bo'lishi shart, ularning bajarilmasligi bolalar o'yinchoqlaridan foydalanuvchilarni xavf ostida qoldiradi.

Foydalanish hujjatlarida bolalar o'yinchoqlarini bolalar qo'li yetmaydigan joylarda saqlash haqida ko'rsatma bo'lishi shart.

4. Kimyoviy bolalar o'yinchoqlaridan foydalanish to'g'risidagi hujjatlarda xavfli moddalar va reaktivlarning mavjudligi va ularning iste'molchi tomonidan qo'llanilishi xavfidan kelib chiqqan holda, xavfsizlik choralarini ko'rish to'g'risida ko'rsatmalar berilishi kerak. Foydalanish hujjatlarida birinchi tibbiy yordam ko'rsatish to'g'risida axborot berilishi, shuningdek, qanday yoshdagi bolalarga mo'ljallanganligi to'g'risidagi ko'rsatma ham bo'lishi kerak.

Kimyoviy bolalar o'yinchog'ining qadoqlovchi qismida «Diqqat! Faqat yoshdan katta bo'lgan bolalar uchun! Bevosita kattalar nazorati ostida foydalanilsin!» deb yozib qo'yiladi. Bolaning yoshini ishlab chiqaruvchi ko'rsatadi.

5. Oziq-ovqat mahsuloti qadoqlangan idishga bolalar o'yinchog'i joylashtirilgan bo'lsa, u holda qadoqlangan idishga «Ichida o'yinchoq bor» degan ogohlantiruvchi yozuv yozib qo'yilgan bo'lishi shart.

6. Rolikli konkilar va skeytbordlar bolalar o'yinchoqlari sifatida sotuvga chiqarilganida, ularda «Diqqat! Himoya vositalarini kiyib olish tavsiya etiladi!» degan ogohlantiruvchi yorlig'i bo'lishi kerak.

7. Bunday bolalar o'yinchoqlaridan foydalanish uchun ma'lum ko'nikmalarga ega bo'lish talab etiladi. Foydalanish hujjatlarida yiqilishi yoki urilib ketishi natijasida jarohat olishdan saqlanish maqsadida bolalar o'yinchog'idan ehtiyotkorlik bilan foydalanish to'g'risida, shuningdek, himoya vositalaridan (himoya shlemlaridan, qo'lqoplardan, tizza himoyalagichlaridan, tirsaklarni himoyalovchi qalqonchalardan va boshqalar.) foydalanish bo'yicha ko'rsatmalar bo'lishi talab etiladi.

8. Suv o'yinlari uchun foydalaniladigan bolalar o'yinchoqlarida «Diqqat! Sayoz suv havzalarida faqat kattalar nazorati ostida foydalaniladi!» degan yozuv matni qo'yilishi shart.

BOLALARNI YOSHIGA QARAB SOVG'A TANLASH

Bolalarga sovg'a tanlayotib, chalkashib ketmaslik uchun bolalarning yoshini inobatga olish kerak. Masalan:

- 1-2 yoshli bolakaylar qo'g'irchoqlar, yumshoq o'yinchoqlar, kubiklar, suratli kitoblar, piramidalar, chelakchalar, shaklchalarni yaxshi ko'rishadi.
- 2-3 yoshli bolalar uchun konstruktorlar, musiqiy o'yinchoqlar, bo'yoqlar, idishlar, qo'g'irchoq uchun kiyim va mebel, bola dunyoqarashini kengaytiradigan o'yinchoqlar tanlang.
- 3-4 yoshda bolani mozaika, stol o'yinlari, kaleydoskop, mashinalar, soldatchalar, qo'g'irchoq uchun kolyaska qiziqtiradi.
- 4-5 yoshli qizaloqlar uchun taqinchoqlar (masalan, soch uchun), o'g'il bolalar uchun esa bolalarbop loto yoki domino, bo'yash uchun yog'och shaklchalar olish mumkin.

- 5-6 yashar bolalar bolalarbop soatlar, magnitli alifbo, azbuka sovgʻa qilishsa, xursand boʻlishadi.
- 6-7 yoshli bolalarga esa bolalar ensiklopediyasi yoki ryukzak hadya qilishingiz mumkin.

Shuningdek, sovgʻa tanlashda farzandingizning istaklarini ham inobatga oling.



18-rasm. Bolalar oʻyinchoqlari

Qishda bolani toʻgʻri kiyintirish qoidalari

Qish faslida shamollash kasalliklarining oldini olishda bolaning qanday kiyinganligi katta ahamiyatga ega. Farzandingizning sogʻligʻi toʻgʻri tanlangan kiyimga ham bogʻliq.



19-rasm. Bolalarni qishki kiyimi.

Bolani koʻchadagi ob-havodan kelib chiqib kiyintirish lozim. Oʻzbekistonda qishdagi haroratni quyidagi diapazonlarga boʻlish mumkin:

5 daraja iliq — 5 daraja sovuq: bunday haroratda bolaning kiyimi sinteponli korjoma (kombinezon), kolgotka, uzun yengli futbolka, jun patakli issiq poyabzal, ip gazlamali paypoq, issiq qo‘lqop va jun qalpoqdan iborat bo‘lishi lozim.

5 — 10 daraja sovuq: bolaga yuqoridagi kiyimlarga qo‘shimcha ravishda sintetika yoki ip gazlamadan bo‘lgan vodolazka, yupqa paypoq ustidan esa yana jun paypoq ham kiydirish zarur.

10 — 15 daraja sovuq: bunday havoda bolaning ustki kiyimi kapyushonli tivit (puxovoy) kombinezondan iborat bo‘lishi kerak. Issiq poyabzalni etikka almashtirish, qo‘lqopning ham qalinini kiydirish kerak.

Bolani ob-havoga moslab kiyintirgan bo‘lsangiz-da, ko‘chaga chiqqanda uning ahvolidan xabardor bo‘lib turish lozim, toki u qizib yoki sovib ketmasin.

Agar:

- bola sovuqdan shikoyat qilmasa;
- yuzlari qizargan bo‘lsa (demak qon aylanyapti);
- orqasi, qo‘l panjasi salqin bo‘lib, muzdek bo‘lmasa;
- yuzi va burni salqin bo‘lib, muzdek bo‘lmasa — **bolaning ahvoli joyida** demakdir.

Agar:

- bolaning yuzi oqarib, burni qizarsa;
- bo‘yni, qanshari, qo‘l panjasining tepa qismi sovuq bo‘lsa;
- bola sovuqdan shikoyat qilsa — demak **u sovuq yegan**.

Bundan tashqari, **bolaning terlab va qizib ketganini** quyidagi belgilar orqali aniqlash mumkin:

- bolaning qo‘llari va oyoqlari issiq bo‘ladi;
- bo‘yni va orqasi nam va issiq bo‘ladi;
- 8 daraja sovuq payti ham bolaning yuzi issiq bo‘ladi.

Qizib ketgan yoki sovuq yegan bolani zudlik bilan uyga olib kirish lozim. Oyoqlari muzlagan bo‘lsa, qo‘shimcha jun paypoq kiydirish yoki aksincha oyog‘i terlagan bo‘lsa, paypog‘ini boshqa quruq va yengiliga almashtirish kerak.

“Farzand tarbiyasida kiyinish va kiyintirish odobi”

Farzand tarbiyasi nihoyatda muhim va nozik jarayon bo‘lib, unda e’tibor berilishi lozim bo‘lgan muxim jihatlardan biri kiyinish madaniyati va odobidir.

Kiyinish madaniyati– insonning tashqi ko‘rinishi, ma’naviy dunyosi, estetikasi, axloqiy sifatlari va salohiyatini ochib beradi.

Farzand o‘stirayotgan har-bir ota-ona va ularga ta’lim-tarbiya berayotgan tarbiyachi Ustozlarimiz bolalarimizga yoshliklaridan o‘zbekona madaniyatimiz va mentalitetimizga, musulmonchiligimizga xos kiyinish odobini ham o‘rgatib borishlari kerak.

Ba’zilar kiyinish masalasiga bunchalik katta e’tibor berishning boisi nima, axir bu arzimagan narsaku, deyishlari mumkin. Avvalo, kiyinish arzimagan narsa emas. Qolaversa, Islomda inson hayotining arzimaydigan tomonlari yo‘q, balki dinimizda inson hayotining barcha sohalari baravar e’tiborga sazovordir.

Insonning kiyinishi uning ichki-ma’naviy dunyosining sirtida aks etishidir, deyishimiz mumkin. Qaysi insonda uyat, hayo, or-nomus kabi tushunchalar bo‘lsa, o‘sha inson o‘z obro‘sini saqlaydigan holatda kiyinadi va kiyintiradi.

Insonni boshqa yaratilganlardan ham ajratib turadigan alomatlardan biri ham bu aynan libos xisoblanadi.

E’tibor bersak insondan boshqa birorta maxluqotlarga bu ne’mat berilmagan. Inson libosi bilan ham aziz va mukarramdir.

Libos bu –tengsiz ne’matlaridan biri desak mubolag‘a qilmagan bo‘lamiz. U insonni issiq-sovuqdan saqlaydi, avratlarini berkitadi va kishiga ziynat ko‘rk bo‘lib xizmat qiladi.

Buning ustiga, kiyim-bosh insonning doimiy hamrohi bo‘lgani uchun, unga ta’sir qilishi turgan gap. Misol keltiradigan bo‘lsak, askarlarga o‘ziga xos kiyim kiydirish hamma xalqlarda qadimdan odat bo‘lib kelgan. Bu avvalo, askarlarga o‘z vazifasini ado etishda qulaylik tug‘dirsa, ikkinchidan, maxsus kiyim ularga ta’sir qilib, askarlik ruhini tutib turishda, kuchaytirishda ish beradi. Hatto oddiy odam askar kiyimini kiyib olsa, askarlarga o‘xshab shaxdam yurishga intilib qolishi ham shundan.

Mana shu va shunga o'xshash boshqa ko'pgina mulohazalarga ko'ra, farzand tarbiyasida uning kiyinishiga yoshligidan alohida e'tibor qaratilgan.

Kitoblarimizda shunday deyiladi:

–Farzandlaringizning avratlarini yoshlikdan yopishga qiziqting, toki balog'atga yetgunlaricha odat bo'lib qolsin. Kalta, tor va yupqa liboslar kiyishlariga yo'l qo'ymang. O'g'il bola va qiz bolaning o'ziga xos kiyimi bo'lishini tushuntiring.

–Uylarga va xonalarga kirish oldidan ruxsat so'rashga odatlantiring. Uxlash paytida har birlariga o'zlari uchun to'shak qilib bering. O'g'il va qiz bolalarga alohida xona ajrating.

Demak avvalo ota ona o'z farzandini kiyinishiga va kiyintirishga alohida e'tibor berishi, doimiy nazorat qilishi zarur. Shundagina qizlarimiz kelajakda ibo hayoda barchaga namuna bo'lib, yigitlarimiz esa haqiqiy o'zbek o'g'loni sifatida tarbiya topib voyaga yetishadi.

BOLALARGA O'YINCHOQ TANLASH QOIDALARI

Nafaqat bayramlarda, balki oddiy kunlarda ham o'yinchoq tanlash muammosi har bir ota-ona qarshisida turgan masala bo'ladi. Yangi o'yinchoq doimo bolaning quvonchi va o'yin-kulgisiga sabab bo'ladi. Agar u bolakayni haqiqatan ham qiziqtirib qo'ysa, ota-onada biroz vaqtga uning tinimsiz savollaridan dam olish imkoniyati paydo bo'ladi.

O'yinchoqni e'tibor bilan tanlash kerak, uni tanlashda sifati, bolaning yoshi kabi mezonlarni e'tiborga olish zarur.

Zararli materiallardan tayyorlangan va maxsus tadqiqotlardan o'tmagan o'yinchoqlar farzandingiz uchun xavflidir. Bunday o'yinchoqdan foydalanganida bola organizmiga allergik reaksiya va zaharlanishni keltirib chiqaruvchi zararli moddalar tushib qolishi mumkin.

Bunday holatga tushmaslik uchun yaxshi va sifatli o'yinchoqlar sotiladigan ishonchli do'konga borish zarur. Shu bilan birga, u yerda ham tovar sifatini ko'rsatuvchi sertifikatni tekshirib ko'rishga erinmang. O'yinchoq o'rami yoki yorlig'ida uning sifati, davlat standarti, undan foydalanish yoki uni tozalash bo'yicha ma'lumotlar keltirilgan bo'lishi kerak.

Odatda o‘yinchoqning o‘zida u qanday yoshdagi bolalar uchun tavsiya etilishi ko‘rsatiladi. Shu bilan birga, ekspertlar har bir yosh kategoriyasi uchun qanday o‘yinchoqlar mos tushishini keltirib o‘tadi:

Yangi tug‘ilgan chaqaloqlar (6 oylikkacha) uchun karavot, beshik ustiga osib qo‘yiladigan, aylanma o‘yinchoqlar to‘g‘ri keladi. Shuningdek, ularga kichik yumshoq o‘yinchoq, shiqildoq, tishlash uchun halqacha berib ko‘rish mumkin.

6 oylikdan 1 yoshgacha bo‘lgan bolalar allaqachon o‘tirishga o‘rgangan bo‘ladi, shuning uchun ularning yoniga turli xil o‘yinchoqlar solingan qutini qo‘yib qo‘yish mumkin. O‘yinchoq oshxona anjomlari, ovoz chiqaradigan o‘yinchoqlar, koptokchalar, kubiklar, mashinachalar berish mumkin. Shuningdek, rang-barang rasimli katta kitob bolaning ko‘rib qabul qilish qobiliyatini rivojlantiradi.

Farzandingiz **1-1,5 yosh** oralig‘ida bo‘lsa, katta mashinalar, yumshoq o‘yinchoqlar, o‘yinchoq asboblari, telefon, musiqa chaladigan va harakatlanadigan o‘yinchoqlarga qiziqishi tayin. Unga soddaroq konstruktorni ham taklif qilib ko‘rish mumkin.

1,5-2 yoshli bola mashina yoki g‘ildirakli o‘yinchoqlarni yurgizish, turli kattalikdagi koptok va yumshoq o‘yinchoqlarni solishtirish, idishlarga qum yoki suv solib o‘ynashga juda qiziqadi. Ularga radioboshqaruvli mashina yoki elektr velosiped olib berish mumkin.

2-3 yoshda bolalar qo‘g‘irchoqlar, turli jonivorlar shakllari, ayniqsa, o‘yinchoq uy, kiyim va aksessuarlarga qiziqadi. Ularga bolalar idish-tovoqlari, yosh shifokor to‘plami, blokli konstruktor, qo‘g‘irchoqlar uchun uy sotib olish mumkin. Bu yoshda qog‘oz va asfaltga chizish bolalarning eng sevimli mashg‘ulotlaridan biri bo‘ladi.

4-5 yosh — **ijodkorlik va fantaziyani rivojlantirishning ayni payti**. Ular qalam, bo‘yoq, flomaster bilan chizishga, plastilindan turli shakllar, qog‘ozdan naqshlar yasashga qiziqadi. O‘yinchoq konstruktor, kegli, koptok ham bu yoshdagi bolalar uchun eng ommabop o‘yinchoqlardir.

5 yoshdan katta bolalarga ularni maktabga tayyorlay oladigan rivojlantiruvchi o‘yinlarni olib bergan ma’qul. Kitoblar, rivojlantiruvchi kubiklar, qizlar uchun — turli kiyimli qo‘g‘irchoqlar to‘plami, o‘g‘il bolalar uchun — radioboshqaruvli mashina ajoyib tanlov bo‘ladi.

Bolalarga o‘yinchoq sotib olayotib, ular ko‘p bo‘lmasligi kerakligini yodda tuting. Bir uyum o‘yinchoq bolaning qiziqishini so‘ndiradi, shuningdek uning fikrlashi faollik bilan rivojlanishiga yo‘l qo‘ymaydi. Bolada o‘yinchoqlar tanlovi cheklangan bo‘lsa, u fantaziyasini ishga solib, “eski personajlar” ishtirokida yangi o‘yinlar o‘ylab topa boshlaydi, sahnalar uyushtiradi, o‘yinchoqlarga turli kiyimlar kiydiradi.

O‘yinchoq bola ruhiyatiga ijobiy ta’sir o‘tkazishi kerak — qo‘rqinchli o‘yinchoqlarni, multfilmlarning yovuz qahramonlarini sotib olmang. O‘yinchoq estetik zavq keltirishi, bolani xursand qilishi va unga iliqlik bag‘ishlashi lozim.

O‘yinchoqlar bolada qanday xususiyatlarni shakllantiradi?

“Kubik-rubik”, “Lego” kabi o‘yinlar nafaqat bolalar ongini o‘stiradi, balki ularda rang ajratish qobiliyati to‘g‘ri shakllanishiga yordam beradi. Bundan tashqari, bolada emotsiya, muloqot, intellekt, yaratuvchanlik xususiyatlarini uyg‘otadi.

Bolalar lotosi sanashni, meva va jonivor turlarini ajratishni o‘rgatadi. Bola tabiatni sevadi va asrashga harakat qiladi. Lotoda bola sabzavotlarni alohida, hayvonlarni alohida turlarga bo‘lib yig‘adi. Bunday bolalar kelajakda metematika va mantiqni yaxshi o‘zlashtiradilar.

Bolalar dominosi ham turli suratlarga boy bo‘ladi. Bolada sanoqni eslab qolish orqali xotira rivojlanadi.

Qizlar uchun go‘dak qo‘g‘irchoq mos keladi. Chunki bunday qo‘g‘irchoqlar barbi kabi emas, jajjilarga mos kiyintirilgan bo‘lib, do‘mboq va pardozdan xoliligi bilan ajralib turadi. Qizaloqlar qo‘g‘irchoqni aravachasida sayr qildirishlari, “ovqatlantirishlari” mumkin. Shu orqali bolalarda o‘zidan kichiklarga nisbatan mehr-shafqat hislari shakllanadi.

Bolalarda mashinacha o'ynashga qiziqish asosan uch yoshdan so'ng uyg'onadi. Texnikaga qiziqish o'g'il bolalar uchun tabiiy xususiyat. Mashina turlaridan KaMaz, yengil avtomobil, quruvchi mashinalar mos keladi. Jangovar tanklar va o't ochar mashinalarda to'xtalmagan ma'qul.

Suvda o'ynaladigan o'yinchoqlar bola chiniqishiga yordam beradi. Tog'ora yoki suv havzasida cho'milish jarayonida bola qayiqcha, to'p, suv jonivorlarini o'ynab, energiya sarflaydi. Mushaklari chiniqib, suv haroratiga ko'nikma hosil qiladi.

Qurilish, hamshiralik anjomlari, bog'dorchilik qurollari ham bolalarda kelgusi kasblarini tanlashga ko'maklashadi. Bola atrof-tevarak obodligiga o'z hissasini qo'shgandek bo'lib quvonadi. Qurish, yasash, yaratish orqali ularda mehnatdan zavqlanish hissi uyg'onadi.

Musiqiy o'yinchoqlar: pianino, baraban va boshqa asboblarda bolalarda tinglash qobiliyatini rivojlantiradi. Musiqaga qiziquvchi bola shunday o'yinchoqlar vositasida musiqani saralashni, farqlashni o'rganadi.

Konstruksiyalar orqali qurish, qo'shish, yaratish mumkin. Bitta to'plamdan turli o'yinchoqlarni yasash bolada ijodiy va yaratuvchanlik qobiliyatini shakllantiradi.

Zararli o'yinchoqlar!

«Barbi», «Sindi», «Semmi» kabi yarim yalang'och ko'rinishdagi qo'g'irchoqlar «ommaviy madaniyat»ni targ'ib etadi. Ularni o'ynayotgan qizaloqda unga o'xshab kiyinish va pardoz qilish xohishi paydo bo'ladi, shunga taqlid qiladi.

Yumshoq o'yinchoqlar aksariyati sun'iy materiallardan tayyorlangan va changni ko'p yutadi. Bunday o'yinchoqlar to'qimasi nafas yo'llariga yoki og'izga tushsa, noxush oqibatlariga olib kelishi mumkin.

Monstr va maxluq qiyofasidagi niqoblar bolada faqat qo'rquv hissini shakllantiradi. Uni o'ynayotgan bolakay o'zini atrofdagilardan kuchli hisoblab, boshqa bolalar ustidan hukmronlik o'rnatishga harakat qiladi.

O‘yinchoqlarni bolalar salomatligiga ta’siri

Turli yoshdagi bolalar uchun xavfsizlik talablari farqlanadi. Bola qancha kichkina bo‘lsa, o‘yinchoq chidamli bo‘lishi kerak: chaqaloq qo‘liga tushgan narsani og‘ziga soladi, yalaydi va istagan paytda otib yuborishi mumkin. Uch yoshgacha bo‘lgan bolalarga mo‘ljallangan o‘yinchoqda barcha qismlar yetarlicha katta bo‘lishi kerak, chunki bola ularni yutvorishi mumkin. Mo‘rt plastik, shisha yoki o‘ta qattiq temir o‘yinchoqlarni ham bolajonlar qo‘liga tutqizib bo‘lmaydi.

Barcha ishlab chiqaruvchilar ham vijdonli emas. Masalan, o‘yinchoq qutisiga "tabiiy" va "ekologik mahsulot" tamg‘asi urilgani bilan har doim ham talabga javob beravermaydi. Tabiiy teri va mo‘yna ishlatilgan o‘yinchoqlar uch yoshgacha bo‘lgan bolalar uchun taqiqlanadi, chunki ular nafas yo‘llari allergiyasini chaqirishi yoki terida toshmalar paydo qilishi mumkin. Chiqindi qog‘oz, plastmassa yoki eski kiyimlardan umuman o‘yinchoq yasash mumkin emas.

O‘yinchoqlarni to‘g‘ri tanlashni bola ruhiyati va kelajakda kasb tanlashiga ta’siri

Mutaxassislarning fikricha insonning kelajakdagi hayoti, uning qanday kasb tanlashi bolaligida o‘ynagan o‘yinlari va o‘yinchoqlariga ham bog‘liq ekan. Xo‘sh, bolalarimizga qanday o‘yinchoqlar olib berganimiz ma’qul? O‘yinchoqlarning bola ruhiyatiga, uning ma’naviy va jismoniy salomatligiga foydali va zararli tomonlari qanday? Farzandlarimizga o‘yinchoq tanlashda nimalarga ahamiyat berish kerak? – Bolalar juda ziyrak va qiziquvchan bo‘lishadi. Dunyoga hayrat ko‘zi bilan boqib, o‘z tasavvurlaridagi olamni yaratishga xarakat qiladilar. Bunday paytda bolalarning qanday o‘yinchoq o‘ynashi ularning tarbiyasida, dunyoqarashida, kelgusi hayotida muhim o‘rin tutadi.

Har bir ota-ona o‘z farzandini aqlli, zukko, tarbiyali inson bo‘lib kamol topishini istaydi. Bunda bolalar o‘ynaydigan o‘yin va o‘yinchoqlar katta ahamiyat kasb etadi. O‘yinchoqlarning eng muhim, shu bilan birga, eng nozik jihati ham shunda. Negaki, globallashuv jarayonida turli buzg‘unchi g‘oyalar, ma’naviy va

mafkuraviy tahdidlar o‘yinchoqlar timsolida turmushimizga sezdirmasdan kirib kelishi mumkin.

Sir emas, bugun farzandlarimiz asosan xorijda ishlab chiqarilgan o‘yinchoqlarni o‘ynab ulg‘aymoqda. Ular orasida bolalarni tashqi olam bilan tanishtirishga xizmat qiladigan o‘yinchoqlar bilan birga, milliy mentalitetimizga to‘g‘ri kelmaydigan, o‘g‘il-qizlarimizning ruhiyati va ma‘naviy dunyosiga salbiy ta‘sir qiluvchi mahsulotlarni ham, afsuski, uchratish mumkin. Eng muhimi, milliy tabiatimizdan uzoq bunday o‘yinchoq va qo‘g‘irchoqlar bozorlarimizda ancha xaridorgir. Masalan, ular orasida uchraydigan qo‘rqinchli niqoblar, xanjarlar, g‘ayritabiiy hayvonlar, hasharotlar bolalarni urishqoqlikka va shafqatsizlikka undashi sir emas. Harbiy ko‘rinishdagi mahsulotlarda boshqa davlatlar ramzlari, qurolli kuchlarini ulug‘lovchi turli timsollar ko‘zga tashlanadi.

Qizaloqlar sevib o‘ynayotgan “Barbi”, “Sindi”, “Semmi” kabi qo‘g‘irchoqlar yarim yalang‘och holatda ishlangan bo‘lib, ularning ko‘rinishi va liboslari “ommaviy madaniyat”ni targ‘ib etadi. O‘z-o‘zidan ma‘lumki, bunday qo‘g‘irchoqni o‘ynayotgan qizaloqda unga o‘xshab kiyinish va pardoz qilish xohishi paydo bo‘ladi, shunga taqlid qiladi. Bu esa qizlarda mustahkam oila qurib, farzand ko‘rish orzusini emas, balki o‘tkinchi hoyu havasga berilib, yengil-yelpi hayot kechirishga intilish istagini shakllantiradi. Bugun ko‘pchilik ota-onalar bilib-bilmay, farzandlariga ana shunday o‘yinchoqlarni olib berayotgani tashvishli holdir. So‘nggi paytlarda, ayniqsa, yumshoq o‘yinchoqlar xaridorgir bo‘lib bormoqda. Bilish mumkinki, hamma ham bu turdagi mahsulotlarning zararli ekanini to‘la anglab yetmagan. Negaki, aksariyat yumshoq o‘yinchoqlarning materiallari sun‘iy birikmalardan tayyorlangan va changni ko‘p yutadi. Bunday o‘yinchoqlar to‘qimasi nafas yo‘llariga yoki og‘izga tushsa, noxush oqibatlariga olib kelishi mumkin. Ochig‘i, ko‘pchiligimiz mahsulot xarid qilishda uning sifati, yaroqlilik muddati va muvofiqlik sertifikatini so‘rashga hamisha ham e‘tibor beravermaymiz. Sifatsiz mahsulotni, hech bo‘lmasa, hidi va rangidan ajratish mumkin.

Mutaxassislarning ta'kidlashicha, zararli o'yinchoqlarda boshni og'ritadigan yoqimsiz hid bo'ladi, ushlaganda qo'l terlaydi va rangi tez o'chadi. Bunday o'yinchoqlarni xarid qilish oqibatida bola organizmiga qanchadan-qancha mikroblar tushishini tasavvur qilish qiyin emas.

Ilmiy xulosalarga ko'ra, inson butun umri davomida oladigan barcha ma'lumotlarning 70 foizini besh yoshgacha qabul qilar ekan. Ilk hayotiy tasavvurlar, inson tafakkurida poydevor bo'luvchi tushunchalar bolalar ongiga aynan shu paytda singadi. Demak, besh yoshgacha bo'lgan bolalarning turli o'yinchoqlardan olgan taassurotlari ham uzoq muddat ular ongida saqlanib qoladi.

Eng asosiysi, o'yinchoq ishlab chiqarish yurtimizda keng yo'lga qo'yilsa, bu borada ko'proq o'z milliy-ma'naviy merosimizga, xalq og'zaki ijodiga murojaat etish ayni muddao bo'ladi. Qizlarimiz kalta yubka kiygan "Barbi" bilan emas, uzun atlas ko'ylak kiygan "Barchinoy"lar bilan do'stlashsa, o'g'il bolalarga mo'ljallangan harbiy sohaga oid o'yinchoqlarda davlatimiz bayrog'i, milliy Armiyamiz ramzlari porlab tursa, farzandlarimizda vatanparvarlik tuyg'ulari yanada teranroq shakllanishi, shubhasiz.

Kiyinish madaniyati – insonning tashqi ko'rinishi, ma'naviy dunyosi, estetikasi, axloqiy sifatlari va salohiyatini ochib beradi. Kiyinish madaniyatiga bo'lgan qarash insonning go'zallik, nafosat, odob borasidagi ko'z qarashlarini ifoda etadigan omil hamdir. Shuni alohida ta'kidlab o'tish joizki bugungi jadal rivojlanib borayotgan global davrda kiyimlar ham, kiyinishga bo'lgan e'tibor va talab ham o'zgarib bormoqda.



20-rasm. Kiyinish madaniyati

Yoshlarimizning moda ketidan ko‘r-ko‘rona quvishlari va yangi chiqqan tor, ochiq, kalta liboslarni moda deya e‘tirof etishlari va bu turdagi kiyimlar albatta kiyilishi kerak deb fikrlashlari ayni haqiqat. Bu kiyimlarning o‘zbekona madaniyatimizga mentalitetimizga xos emasligi haqida esa o‘ylab ko‘rishmayapti. Afsuski men bugungi yigit – qizlarimizning kiyinish madaniyati haqida ijobiy fikr bildiri olmayman. Chunki bugun ko‘cha kuyda, yevropaga taqlid qilib kiyinayotgan yoshlarimizda milliyeligimiz aks etgan kiyimlar tobora kamayib bormoqda. Aslida kiyinish madaniyati xam o‘zbekona madaniyatimizning ajralmas qismidir. Bu masalaning jiddiy tomoni shundaki yuzaga kelayotgan ushbu muammo bugungi kunning muxim dolzarb mavzusiga aylandi. Ko‘pchilik yoshlarimiz evropa uslubida kiyinmaslikni zamondan ortda qolish deb xisoblashmoqda. Bu fikrning mutlaqo noto‘g‘ri ekanligi haqida fikr yuritishmayapti.

Yevropa modasi deb urf bo‘lgan bemani kiyimlarni kiyib o‘zini bugunning zamonaviy yoshlari deb xisoblaydigan xar bir yigit qiz qattiq adashadi va aksincha ular o‘zlarining ma‘naviyati tafakkuri va dunyo qarashi qanchalik sayoz ekanligini “zamonaviy” liboslari orqali namoyon etishmoqda. Aslida insonning madaniyatga xos kiyinish uslubi uning ma‘naviy olami qanchalik boy ekanligini namoyon etuvchi muxim omil xisoblanadi. Shu o‘rinda bir haqiqatni aytish o‘rinli deb bilaman. Yigit qizlarimizning kiyinish madaniyatida ota-onalarning alohida o‘rni bor. Tanasiga yopishib turuvchi yoki kalta va ochiq kiyimlarni o‘z qizlariga olib berayotgan ayrim ota-onalar buning salbiy oqibatlariga olib kelishini bilisharmikan. Afsuski ota-onalar orasida qizlarining kiyinishiga befarq qaraydiganlar talaygina.

Kiyinish borasida nafaqat qizlarimiz balki yigitlarimiz ham tobora “zamonaviylashib” borishyapti. Har xil bemani yozuv va rasmlar tushirilgan futbolka, kalta shim va shippaklarda ko‘chani to‘ldirib yurishgani ayni haqiqat. Sigaret chekayotgan odamning surati tushirilgan yoki skelet rasmi solingan futbolkalarni kiyishga ishtiyoqmand o‘zbek yigitlarimizning bu ishlari o‘zbekona madaniyatimizga to‘g‘ri kelmasligini anglay olishmayapti. Tasavvur qilib ko‘ring kalta shim yoki futbolka kiyib olgan ota yoki tor va ochiq libosga burkangan ona

o'z farzandiga ibrat bo'lish o'rniga shu muhitda ulg'ayishi uchun zamin yaratayotgandek go'yo. Haqiqatki bunday ota-onalar ba`zi-ba`zida uchrab turibdi.

Eng avvalo ota ona o'z farzandini kiyinishiga e'tibor berishi, doimiy nazorat qilishi zarur. Shundagina yuqorida keltirilgan muammolar va salbiy fikrlar yuzaga kelmaydi. Istardimki qizlarimiz ibo hayoda barchaga namuna bo'lib, yigitlarimiz haqiqiy o'zbek o'g'loni sifatida qolishsa va kiyinish madaniyati xam milliyligimizni o'zida mujassam etgan eng muhim omil ekanligini yodda saqlashsa nur ustiga a`lo nur bo'ladi.

Talabalarni boshlang'ich bilimni tekshirish uchun nazorat savollari

1. Kiyimlarning gigienik talablarini tushuntirib bering.
2. Kiyimlarning turlarini tushuntirib bering.
3. Kiyimlarning materiallariga bo'ltan gigienik talablarni tushuntirib bering.
4. Gigroskopiklik nima?
5. Matoning bug` o'tkazuvchanlik talablarini tushuntirib bering.
6. SLO nima?
7. Issiqlik saqlash xususiyati nima va qanday usullarda aniqlanadi?
8. Kichik va o'rta maktab yoshidagi o'quvchilarning kiyimlariga bo'lgan gigienik talablarni tushuntirib bering.
9. Katta maktab yoshidagi o'quvchilarning kiyimlariga bo'lgan gigienik talablarni tushuntirib bering.
10. Sport kiyimlariga bo'lgan gigienik talablarni tushuntirib bering.

Mavzuga oid test savollari

1. Kiyimlarning asosiy gigienik xususiyatlarini ko'rsating

- A) Tashqi muhitning noqulay omillaridan ximoya qiladi.
- B) Milliy urf—odatlarni shakllantirish.
- V) Energiyani saqlash xususiyatiga ega.
- G) Vitamin D ni saqlash xususiyatiga ega.
- D) Estetik go'zallikni ta'minlaydi.

2. Qulay bug` o'tkazuvchanlikka ega bo'lgan kiyimlarni ko'rsating:

- A) Ipak shoyi materiallari.

- B) Ayrim polimer materiallar.
- V) Tabiiy matodan tayyorlangan materiallar.
- G) Lavsan materiallar.
- D) Poliakril materiallar.

3. Yangi tug`ilgan bolalar kiyimi qanday materiallardan tayyorlanishi kerak?

- A) Paxta va junli matodan.
- B) Junli pahmoqli matodan.
- V) Yupqa sintetik matodan.
- G) Yumshoq polimer materiallardan.
- D) Sintetik aralash matodan.

4. Yozgi kiyimlar uchun SLO ... teng kelishi kerak:

- A) 0,5 ga.
- B) 1,0 ga.
- G) 2,0—2,5 ga.
- D) 1,5 ga.
- G) 3,0—3,5 ga.

5. Yozgi kiyim ishlab chiqarishdagi materiallarning asosiy xususiyatini ko`rsating:

- A) Yuqori suv o`tkazuvchanlik va nam havo o`tkazuvchanlik.
- B) IQ va UBN o`tkazuvchanlik.
- V) Yuqori bug` o`tkazuvchanlik va yuqori havo o`tkazuvchanlik.
- G) Past darajadagi havo o`tkazuvchanlik.
- D) Infraqizil nurlarni o`tkazuvchanlik xususiyati.

6. Kiyimlarni issiqlik saqlash xususiyati quyidagi ahamiyatta ega:

- A) Laborator kuzatish natijalariga.
- B) Sub`ektiv baholash natijalariga.
- I) Ob`ektiv ma'lumotlarga.
- G) Xom ashyoning sifatiga.
- D) Hamma qayd etilganlarga.

7. O‘rtacha o‘lcham qiymatini aniqlash uchun issiqlik omilini o‘lchash .. o‘tkaziladi:

- A) Tana yuzasining 6—7 nuqtasida.
- B) Tana qismining 9—11 yuza nuqtasida.
- G) Tana yuzasining 6 ta nuqtasidan.
- D) Tana yuzasining 10 ta nuqtasida.
- G) Tana yuzasining 8—9 nuqtasida.

8. Harakat mobaynida organizmning issiqlik ajralish darajasi..

- A) 1—2 marta uzayadi.
- B) 3—6 marta uzayadi.
- V) 7—8 marta uzayadi.
- G) 7 — marta uzayadi.
- D) 2—5 marta uzayadi.

9. Kiyimlarni tajriba qilish uchun kiyishda to‘xtovsiz nazorat o‘tkazish vaqtida qaysi xususiyatga e‘tibor qaratiladi?

- A) Biologik xususiyatiga.
- V) Kimyoviy va biologik xususiyatiga.
- G) Gigienik va fizik—kimyoviy xususiyatiga.
- D) Fizikaviy va biologik xususiyatiga.
- G) Barcha qayd etilganlar.

10. Sintetik materiallardan tayyorlangan buyumlar yuzasida elektr maydonning kuchlanganligi qanchadan oshmasligi kerak?

- A) 0,3 kv.sm.
- B) 2,5 kv.sm.
- V) 0,1 kv.sm.
- G) 0,2 kv.sm.
- D) 3,0 kv.sm.

Mavzuga tegishli o‘rgatuvchi, nazorat qiluvchi dasturlar

1. Kiyimlarning asosiy gigienik xususiyatlarini ko‘rsating;

1. Milliy urf —odatlarini shakllantirish.

2. Tashqi muhitning noqulay omillaridan himoya qiladi.
3. Energiyani saqlash xususiyatiga ega.
4. Optimal issiqlik holatini ta'minlashda.
5. Shamollashni oldini oladi.
6. Estetik go'zallikni ta'minlaydi.
7. Havoni o'tkazib, terida havo almashinuvini ta'minlaydi.
8. Kasallanishning oldini oladi.
9. Jarohatlanishining oldini oladi.
10. D vitamini hosil bo'lishini kamaytiradi.

2. Qulay bug' o'tkazuvchanlikka ega bo'lgan kiyimlarni ko'rsating.

1. Ipak shoyi materiallari.
2. Ayrim polimer materiallar.
3. Tabiiy matodan tayyorlangan materiallar.
4. Junli, pahmoqli mato.

3. Yangi tug'ilgan bolalar kiyimi qanday materiallardan tayyorlanishi kerak?

1. Paxta matodan.
2. Junli matodan.
3. Yupqa paxta matodan.
4. Yumshoq paxtali matodan.
5. Sintetik aralash matodan.
6. Yozgi yengil matodan.
7. Qishki pahmoqli matodan.
8. Lavsanli matodan.

4. Bolalar kiyimini ishlab chiqaradigan matoga qo'yiladigan gigienik talablarning 4 ta ko'rsatkichini ko'rsating:

1. Matoning sifati.
2. Kimyoviy moddalarning miqdori.
3. Matoning tuzilishi.
4. Xavo o'tkazuvchanligi.

5. Matoning turlari.
6. Gigroskoplikligi.
7. Issiqlik o'tkazuvchanligi.
8. Issiqlik caqlash darajasi.

5. Gigroskopiklik bu ...

1. Matoning atrof — muhitdan suv bug'larini so'rib olish va uni ma'lum bir muddatda ushlab turish xususiyati.
2. Matoning suv bug'larini o'tkazish xususiyati.
3. Matoning havoni o'tkazish xususiyati.
4. Matoning havoni o'tkazmaslik xususiyati.

6. Oyoq kiyimining ratsional ahamiyati.

1. Tovonni mexanik ta'sirlardan caqlash.
2. Oyoqlarni zamburug'li kasalliklar bilan kasallanishini oldini oladi.
3. Tovonni normal caqlash uchun mushaklarni tik ushlashga yordam berish.
4. Tovon mushaklarini charchashini oldini oladi.
5. Organizmni sovuq qotishdan saqlaydi.
6. Qon aylanishini yaxshilaydi va chiniqtirishda samarali ta'sir ko'rsatadi.

7. Yozgi kiyim ishlab chiqarishdagi materiallarning asosiy xususiyatini ko'rsating:

1. Yuqori bug' o'tkazuvchanlik.
2. Suv o'tkazuvchanlik xususiyati.
3. Suv o'tkazmaslik xususiyati.
4. Yuqori havo o'tkazuvchanlik.
5. UBN o'tkazuvchanlik.
6. Matoning qulay gigienik xususiyati.

8. Bolalar va o'smirlar poyabzali poshnasiga tavsiya etilgan asosiy balandlikni ko'rsating:

1. 7 yoshgacha — 5—10 mm.
2. 7 yoshgacha — 2 — 3 mm.
3. 8 dan 12 yoshgacha — 5—10 mm.

4. 13—17 yoshgacha — 20 —30 mm.
5. 8 dan 12 yoshgacha — 10 — 20 mm.
6. 13—17 yoshgacha — 15—20 mm.

9.Yozgi kiyimlar uchun qulay bo'lgan materiallarning asosiy turini ko'rsating:

1. Batist.
2. Kapron.
3. Lavsan.
4. Toza tabiiy shoyi.
5. Chit.
6. Atlas.

10.Maktab yoshdagi bolalar kiyimining maxsus turini ko'rsating:

1. Maktab formasi.
2. Yozgi yengil kiyimlar.
3. Qishki qulay kiyimlar.
4. Sport kiyimi.

11.Mato ishlab chiqarishda foydalaniladigan sintetik tolalarning turlari ko'rsating:

1. Poliakrilamidli tolalar.
2. Sintetik jun ipli gazlama.
3. Paxta va shoyi tolali.
4. Kapron — sintetik tolali gazlama.
5. Lavsan — yuqori molekulali sintetik gazlama.
6. Polivinilxloridli sintetik tolalar.

12.Bolalar kiyimini gigienik ekspertiza qilishda hisobga olinishi kerak bo'lgan ko'rsatkichlarni ko'rsating:

1. Oyoq kiyim og'irligi.
2. Materialning sifati.
3. Estetik go'zalligi.
4. Egiluvchanligi.

5. Issiqlik saqlash holati xususiyati.
6. Ichki moslamalar borligi.

13. Bolalarda yassi oyoqlilikning rivojlanish sabablarini ko'rsating:

1. Oyoq kiyimning egiluvchanligining yetishmasligi.
2. Juda yumshoq oyoq kiyimlar.
3. Ichki stilkalarning sifatsizligi.
4. Poyabzal ishlab chiqarishda toza charmdan foydalanilmaslik.

Mavzuga tegishli o'qitishning yangi innovatsion texnologik usullari

«Kiyimlarga gigienik baho berish usullari» mavzusi bo'yicha o'qitishning yangi texnologik usullaridan «**Asalarilar uyasi**» uslubini qo'llash.

Ushbu uslub asosan talabalarning dastlabki bilim saviyasini tekshirishda foydalaniladi, shu bilan birgalikda talabalarni ogohlantiruvchi davlat sanitariya nazoratinn o'tkazish va mavzuni to'liq o'zlashtirishga, o'zlashtirish saviyasini tekshirish va mustahkamlashga yordam beradi. Talabalarga beriladigan muammoni hal qilishda barcha guruh yoki 2 ta kichik guruh ishtirok qilishi mumkin. Talabalarga beriladigan topshiriq bir xil yoki bir necha xilda bo'lishi mumkin. 10— 15 daqiqa davomida ishtirokchilar tomonidan hal qiladigan masalalar tahlili qilinadi va barchaga javob varianta eshittiriladi. Eng to'liq va to'g'ri variant o'qituvchi ishtirokida tanlanadi va to'g'ri javob varianti deb qabul qilinadi.

Talabalarga mavzu bo'yicha quyidagi muammoli savollar berilishi mumkin.

- Kiyimlarning asosiy vazifalarini tushuntirib bering.
- Kiyimlarning asosiy turlarini tushuntirib bering.
- Kiyimlarning materiallariga bo'lgan gigienik talablarni tushuntirib bering.
- Matoning gigienik xususiyatlarini tushuntirib bering.
- Kiyimlar matolarining tarkibidagi sintetik materiallarning tarkibini asosiy talablarini tushuntirib bering.

Amaliy ko'nikma

Mazkur tekshirish turi bolalar va o'smirlar gigienasi sohasidagi ogohlantiruvchi sanitariya nazoratining ikkinchi bosqichini amalga oshirishda foydalaniladi. Tekshirishni olib borish uchun quyidagilar zarur:

Tekshirishladigan predmetlar (bolalar kiyimlari), sanitariya me'yor va qoidalari.

Xarakat algoritmi

- Bolalar kiyimining sanitar ekspertizasi:
- Kiyim tayyorlangan gazlamaning fizikaviy va gigienik ko'rsatkichlarini baholash:
- Qalinligi, vazni, g'ovakligi;
- Havo va bug' o'tkazuvchanligi, gigroskopikligi, suv tutish xususiyati, gidro va lipofilligi;
- Issiqlik o'tkazuvchanligi.
- Chiqarilayotgan bolalar kiyimiga xulosa berish.

Talabalarni boshlang'ich bilimni tekshirish uchun nazorat savollari

1. O'yinchoqlarni ishlab chiqarish va sotishda ogohlantiruvchi nazoratni tashkillashtirish tartibini tushuntirib bering.
2. O'yinchoqlarni tayyorlash uchun ishlatiladigan xom ashyo va materiallarga bo'lgan gigienik talablarni tushuntirib bering.
3. O'yinchoqlarni konstruksiyasiga (tuzilishiga) bo'lgan gigienik talablarni ko'rsating.
4. O'yinchoqlar tayyorlashda foydalaniladigan bo'yoqlarga bo'lgan gigienik talablarni tushuntirib bering.
5. Optik o'yinchoqlarga bo'lgan gigienik talablarni asoslab bering.
6. O'yinchoqlarni laborator tekshiruv uslubini tushuntirib bering.
7. Bolalar o'yinchoqlari ishlab chiqaradigan korxonalarda sanitar nazorati o'tkazish talablarini asoslab bering.
8. Bolalar o'yinchoqlari ishlab chiqaradigan korxonada ishchilarini tibbiy nazoratdan o'tkazish tartibini tushuntirib bering.
9. O'yinchoqlardan chiqadigan shovqin balandligi va ularni o'lchash uslubini ko'rsating.
10. Bolalar muassasalaridagi o'yinchoqlar ustidan joriy nazoratni tashkillashtirish va o'tkazish tartibini va uning gigienik talabalarini tushuntirib bering.

MAVZUGA TEGISHLI TEST SAVOLLARI

1.Yumshoq o‘yinchoqlarni to‘ldirish uchun ishlatiladigan granulalarning eng kichik o‘lchami qancha?

1. 2 mm.
2. 6 mm.
3. 3 mm.
4. 8 mm.
5. 5 mm.

2. Ovoz qurilmasi bor o‘yinchoqlarda shovqin kuchi qanchadan oshmasligi kerak?

1. 65 dB.
2. 70 dB.
3. 79 dB.
4. 35 dB.
5. 40 dB.

3.O‘yinchoq tayyorlash uchun qanday material ishlatib bo‘lmaydi?

1. Plastmassa.
- 2.Shisha.
- 3.Metall.
- 4.Karton.
- 5.Mato.

4.Mexanik harakat qurilmasi bor o‘yinchoqlarda shovqin kuchi qanchadan oshmasligi kerak?

1. 50 dB.
2. 45 dB.
3. 70 dB.
4. 30 dB
5. 65 dB

5.O‘yinchoqlarni zararsizlantirish uchun qaysi modda ishlatilmaydi?

- 1.Sodali eritma.
2. Kaliy permanganat eritmasi.
- 3.Tuz, kislota eritmasi.
- 4.Sovunli eritma.
5. Xlorli oxak.

6.Optik o‘yinchoqlarda tasvirning minimal kattaligi qancha?

- 1.2,75 mm.
2. 4 mm.
3. 3 mm.
4. 6 mm.
5. 5 mm.

7.Yog‘ochdan tayyorlangan o‘yinchoqarning ruxsat etilgan namligi qancha bo‘lishi kerak?

1. 20%.
2. 60%.
3. 40%.
4. 80%.
5. 15%.

8.Bolalar uyinchogini yasaydigan materiallar tarkibida simob miadorining ruxsat etilgan mizdori:

- 1.0,0005 mg/l.
- 2.0,0003 mg/l.
- 3.0,0001 mg/l.
- 4.0,002 mg/l.
- 5.0,1 mg/l.

9.Xarakatli o‘yinlar rivojlanishga ta’sir qiluvchi omil hisoblanadi:

- 1.Xotira.
- 2.Xarakat ko‘nikmalari.
- 3.Faol tarbiyaga qodirlilik.

4. Teranlik va tetiklik.
5. «A» dan taiqari hamma qayd etilganlar.

MAVZUGA TEGISHLI O'RGATUVCHI NAZORAT, QILUVCHI DASTURLAR

1. Bolalar o'rinchoqlarining davlat santariya nazorati bosqichlarini ko'rsating:

1. O'rinchoqning nomi va uning qisqacha ta'rif.
2. Xom ashyo nazorati.
3. O'rinchoqning shakli va o'lchamini aniqlash.
4. Bo'yoq mustahkamligini laborator sharoitida aniqlash.

2. Ishlab chiqarish jihozlarning ustidan texnik nazorat.

1. O'rinchoqning og'irligini aniqlash.
2. Sotish joyi va urnini nazorat qilish.
3. Sanitariya gigienik qoidalariga rioya qilish.
4. O'rinchoqning materialiga ta'rif berish.

3. O'rinchoqlar ishlab chiqarish uchun nimadan foydalanishga ruxsat etadi:

1. Yog'och
2. Rangli qog'ozlar.
3. Metall.
4. Karton.
5. Shisha.
6. Polimerlar.

4. O'rinchoq ishlab chiqarishga ruxsat berilmaydigan materiallarni

ko'rsating:

1. Yog'och
2. Karton.
3. Shisha.
4. Yaroksiz materiallar.

5. Veterinariya xiziati ruxsatndan utkazilishi kerak bulgan materiallarni

ko'rsating:

1. Polimerlar.
2. Mexsimon materiallar.
3. Mex.
4. Teri.
5. Soch.
6. Sun`iy soch tolalar.

6. Bog'cha yoshidagi bolalar o'yinchog'ining tarkibiy qismlarini

ko'rsating:

1. Aylana.
2. Sharikchalar.
3. Metall turtburchaklar.
4. Shisha uchburchaklar.

7. Bolalar o'yinchoqlarining og'irligini ko'rsating:

1. Bog`cha yoshidagilar—200 grammgacha.
2. Kichik maktab yoshidagilar—800 gr.
3. Bog`cha yoshidagilar—400 gr.
4. Kichik maktab yoshidagilar —1,5 kg.dan ortiq

8. Bo'yoq mustahkamligini tekshirish bosqichlarini ko'rsating:

1. I bosqich — oddiy suvda yuvish mumkin.
2. II bosqich - 2% li xlorli ohakda 3 daqiqa.
3. III bosqich - 1% KON, NaCl, NaHCO₃ mumkin bo'lsa foydalanish kerak.
4. I bosqich — 60 Sli sovunli suvda 3 minut.
5. II bosqich — 2% li xlorli ohakda 30 daqiqa kerak.
6. III bosqich - 1% KON, NaCl, NaHCO₃ - 2 minut.

9. Polimer materiallardan tayyorlangan bolalar o'yinchoqlarining 3 ta afzalligini ko'rsating:

1. Materiallarning yengilligi.
2. Korroziyaga uchrash xususiyati.

3.Bo'yash uchun qulay.

4.Elastik.

5.Yengil yuviladi.

6.Tannarxining arzonligi.

10.Jarohatlanishni oldini olish uchun «pushka», «to'pponcha», «pichoq» turidagi o'yinchoqlardan foydalanishga ruxsat berilmaydigan materiallarni ko'rsating:

1.Polimer materiallar.

2.Tabiiy mato materiallari.

3.O'tkir jihozlar.

4.Portlovchi moddalar

Mavzuga tegishli o'qitishning yangi innovatsion texnologik usullari

«O'yinchoqlarga gigienik baho berish usullari» mavzusi bo'yicha o'qitishning yangi texnologik usullaridan «Asalarilar galasi» uslubini qo'llash.

Ushbu usul asosan talabalarining dasglabki bilim saviyasini tekshirishda foydalaniladi, shu bilan birgalikda talabalarni keltirilgan ogohlantiruvchi davlat sanitariya nazoratini oshirish va mavzuni to'liq o'zlashtirishga, o'zlapggirish saviyasini tekshirish va mustahkamlashga yordam beradi. Talabalarga beriladigan muammoni hal qilishda barcha guruh yoki 2 ta kichik guruh ishtirok qilishi mumkin. Talabalarga beriladigan topshiriq bir xil yoki bir necha xilda bo'lishi mumkin. 10- 15 minut davomida ipggirokchilar tomonidan hal qiladigan masala tahlil qilinadi va barchata javob varianti eshittiriladi. Eng to'liq va to'g'ri variant o'qituvchi ishtirokida tanlanadi va to'g'ri javob varianti deb qabul qilinadi.

Talabalarga mavzu bo'yicha quyidagi muammoli savollar berilish mumkin

1.O'yinchoqlarga bo'lgan gigienik talablarni ko'rsating.

2.O'yinchoqlarning materiallariga bo'lgan gigienik talablarni asoslab bering.

3.O'yinchoqlarni ishlab chiqarish ustidan ogohlantaruvchi Davlat sanitariya nazoratini tashkillashtirish.

4.O'yinchoqning yangi namunalariga ruxsat berish tartibini asoslab bering.

5.O'yinchoq ishlab chiqarishda qo'llaniladigan bo'yoqlar va ularning

mustahkamligini tekshirish tartibi.

6. O'yinchoq ishlab chiqaradigan korxonada ishchilarini tibbiy nazorat qilish talablarini tushuntirib bering.

Amaliy ko'nikma

Bolalar o'yinchoqlarini sanitar-gigienik tekshiruvdan o'tkazish

Mazkur tekshirish turi bolalar va o'smirlar gigienasi sohasidagi ogohlantiruvchi sanitariya nazoratining ikkinchi bosqichini amalga oshirishda foydalaniladi.

Tekshirishni olib borish uchun quyidagilar zarur:

Tekshiriladigan predmetlar (bolalar o'yinchoqlari), reaktivlar, sanitariya me'yori va qoidalari.

Xarakat algoritmi

1. O'yinchoqlarga umumiy ta'rif berish (nomi, qaysi yoshdagi bolalar uchun mo'ljallangan)
2. O'yinchoq tayyorlangan materialning turi va sifatiga baho berish.
3. O'yinchoqning shakli va kattaligini baholash, o'tkir, osonlikcha ajraladigan qismlari bor — yo'qligini baholash.
4. O'yinchoqning vaznini baholash.
5. Bo'yog'ining mustahkamligini aniqlash.
 - 3 daqiqa davomida 60° li suvda yuvish so'ngra bo'yog'ining holatini aniqlash.
 - 2 daqiqa davomida iliq suvda yuvish 2 %li xlorli ohak eritmasida yuvish, so'ngra bo'yog'ining holatini aniqlash.
 - O'yinchoqda ketma—ket 2 daqiqali muddatlarda xlorid kislotasi, kaliy ishqori eritmasi ta'sir etgirilgandan keyin bo'yog'ining holatini aniqlash.
6. Olingan natijalarni baholash va xulosa berish.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. O'zbekiston Respublikasi Vazirlar Mahkamasining 2020 yil 23 iyuldagi 451-son qarori.
2. B.A.Do'stjonov "Umumiy gigiyena" Toshkent-2008
3. G.Shayxova "Bolalar va o'smirlar gigiyenasi" Toshkent-2011
4. Санитарно- гигиенические требования к производству и реализации игр и игрушек, СанПиН № 0234-07.
5. Гигиенические требования к одежде для детей и подростков, СанПиН № 0235-07.
6. Санитарно- гигиенические требования к безопасности игрушек (игр) для здоровья детей. СанПиН № 0287-10.
7. Абдуллаев К.Ф., Жураев Б.Т. Формирование правильной осанки ребенка в семье //Вестник науки и образования.- 2020. - №. 21-3 (99). - С. 30-33.
8. Жураев Б.Т. Деятельность педагога по гуманизации учебно-воспитательного процесса //Научные школы. Молодежь в науке и культуре XXI в.: материалы междунар. науч.-творч. форума. - 2017. - Т. 31.
9. Ortiqov O.R. O'qituvchi faoliyatida pedagogik deontologiya va kompetlikning roli va ahamiyati //Scientific progress - 2021.- Т. 2.- №5.- С. 42-47.
10. Ortiqov O.R. Globalashuv jarayonida bo'lajak o'qituvchilarda mafkuraviy immunitetni rivojlantirish omillari.Scientific progress-2021.-Т.1.- №. 5.
11. K.U.Najmiddinova "Oila tarbiyasida milliy va umuminsoniy axloqiy madaniyatning o'rni". Monografiya. Toshkent-2016

Internet saytlari:

<https://daryo.uz/k/2017/11/23/qishda-bolani-tog`ri-kiyintirish-qoidalari>.