

PAPER

PARHEZ TAOMLAR TAYYORLASH TEXNOLOGIYASI: INTERFAOL DARSLAR VA NOAN' ANAVIY PEDAGOGIK YONDASHUVLAR

Raxmatova Ferangiz Alisherovna^{1,*}

¹Buxoro davlat pedagogika instituti 7Tex-24 guruh magistranti

*raxmatova@gmail.com

Abstract

Mazkur maqolada oziq-ovqat mahsulotlari texnologiyasi fanini o'qitishda interfaol metodlardan foydalanish samaradorligi tahlil qilingan. Zamonaviy ta'lim jarayonida innovatsion yondashuvlar talabalarning bilim olish jarayoniga faol jalb qilinishini ta'minlaydi. Shuningdek, maqolada muallif tomonidan o'tkazilgan dars jarayoni va unda qo'llangan metodlarning o'ziga xos jihatlari yoritilib, ularning o'quv jarayoniga ta'siri baholangan. Tadqiqot natijalari interfaol usullar yordamida talabalarning bilim olishga bo'lgan qiziqishini oshirish, amaliy ko'nikmalarni shakllantirish va mustahkamlashga xizmat qilishini ko'rsatdi.

Key words: oziq-ovqat texnologiyasi, interfaol metodlar, innovatsion ta'lim, ta'lim samaradorligi, amaliy ko'nikmalar, pedagogik texnologiyalar, zamonaviy o'qitish usullari, talabalarning faolligi.

Kirish

Zamonaviy oziq-ovqat texnologiyasi ta'limida parhez taomlar tayyorlash muhim mavzu sifatida e'tirof etiladi. Sog'lom ovqatlanish va ratsional taom tayyorlash nafaqat individual salomatlik, balki jamiyatning umumiy farovonligini ta'minlashda ham katta ahamiyatga ega. Shu sababli, ta'lim jarayonida talabalarni faollashtirish, mustaqil fikrlash va amaliy ko'nikmalarni shakllantirish uchun interfaol dars usullari qo'llaniladi. Ushbu maqolada parhez taomlar tayyorlash texnologiyasi bo'yicha interfaol darslar, noan' anaviy metodlar va pedagogik texnologiyalar, jumladan, Klaster, "Aqliy hujum", Jigsaw (mozaika), K-W-L va "Refleksiya daraxti" metodlari batafsil yoritiladi.

Darsning asosiy maqsadi talabalarni parhez taomlarning ahamiyati, turlari va tayyorlash jarayoni bilan tanishtirish, ularning nazariy bilimlarini amaliyotda qo'llash va sog'lom ovqatlanish madaniyatini shakllantirishdir. Shu bilan birga, darslar interfaol yondashuvlar orqali talabalar o'rtasida mustaqil izlanish, guruhda ishlash va ijodiy fikrlash ko'nikmalarini rivojlantirishga yo'naltirilgan. Maqola davomida darsning strukturasi, qo'llanilgan metodlar va kutilayotgan natijalar haqida batafsil ma'lumot beriladi.

Nazariy ssoslar: parhez taomlar va ularning ahamiyati

Parhez taomlar - bu sog'lom ovqatlanish tamoyillariga moslashtirilgan, ratsional va oziqlanish muvozanatini ta'minlovchi taomlar hisoblanadi. Ular nafaqat organizmning zarur ozuqa moddalari bilan ta'minlanishini, balki turli kasalliklarning oldini olish va salomatlikni mustahkamlashga qaratilgan. Parhez taomlar tayyorlash jarayoni esa zamonaviy texnologiyalar, sifat nazorati va innovatsion retseptlar asosida tashkil etiladi.

Oziq-ovqat mahsulotlarini tayyorlash texnologiyasi fanida parhez taomlar mavzusi o'quvchilarga nafaqat nazariy bilim berish, balki amaliy ko'nikmalarni ham shakllantirishga xizmat qiladi. Talabalar parhez taomlarning tarkibi, tayyorlanish usullari, ingredientlar sifatini baholash va dietologiya asoslarini o'zlashtiradilar. Bunday bilimlar kelajakda sog'lom hayot tarzi, innovatsion retseptlar ishlab chiqish va professional sohada raqobatbardosh bo'lish uchun zarurdir.

Shuningdek, parhez taomlar tayyorlash jarayonida gigiena, texnologik jarayonlarni boshqarish va mahsulot sifatini ta'minlash kabi amaliy jihatlar ham o'rganiladi. Ta'lim jarayonida

ushbu mavzuni interfaol darslar orqali o'rganish, talabalarni mavzuga chuqurroq jalb qilish va o'zaro fikr almashish imkoniyatini beradi. Shu tarzda, darslar nafaqat bilim berish, balki talabalar orasida sog'lom ovqatlanish madaniyatini shakllantirishga ham hissa qo'shadi.

Interfaol pedagogik metodlar va ularning ahamiyati:

Zamonaviy ta'lim usullari an'anaviy ma'ruzalar o'rniga interfaol metodlarni qo'llashga intiladi. Quyida darslarda qo'llaniladigan asosiy interfaol metodlar keltiriladi:

Klaster metodi

Klaster metodi orqali talabalar o'z fikrlarini erkin ifoda etishlari, mavzuni turli jihatlar bo'yicha guruhlash va umumlashtirish imkoniyatiga ega bo'ladilar. Masalan, "Parhez taomlar nima? Nima uchun ular kerak?" kabi savollar asosida talabalar fikrlarini ifoda etadilar, o'qituvchi esa doskada umumiy xulosalar chiqaradi.

Aqliy hujum (Brainstorming)

Aqliy hujum metodi talabalarining ijodiy va tanqidiy fikrlashini rag'batlantiradi. Ushbu usulda talabalar mavzu bo'yicha o'z fikrlarini erkin bayon qilib, dars jarayonida yangi g'oyalar ishlab chiqishadi. Bu metod yordamida darsning boshlanishida mavzuga qiziqish uyg'otilib, umumiy bilimlar bazasi shakllanadi.

Jigsaw (mozaika) metodi

Jigsaw metodi –talabalarni kichik guruhlar bo'lib, har bir guruhga mavzuning ma'lum bir qismini o'rganish topshirig'i beriladigan interfaol yondashuvdir. Har bir guruh o'z mavzusi bo'yicha mutaxassisga aylanish orqali keyin boshqa guruhlar o'z bilimlarini tushuntiradi. Ushbu metod talabalarining mustaqil izlanish, muloqot va hamkorlik ko'nikmalarini kuchaytiradi.

K-W-L Texnologiyasi

K-W-L (Know, Want to know, Learned) metodi darsning uch bosqichini tashkil etadi:

–**K (Bilaman):** Talabalar mavzu bo'yicha oldindan egallagan bilimlarini ifoda etadilar.

–**W (Bilmoqchiman):** Yangi o'rganmoqchi bo'lgan savollarini yozib chiqishadi.

–**L (O'rgandim):** Dars yakunida o'zlashtirilgan bilimlarini umumlashtirib, asosiy tushunchalarni belgilaydilar.

Ushbu metod orqali talabalar o'z bilimlarini tahlil qilish, savollar berish va o'zaro fikr almashish imkoniyatiga ega bo'ladilar.

Refleksiya daraxti

Dars yakunida "Refleksiya daraxti" metodi yordamida talabalar o'z o'rganish jarayonlarini vizual tarzda ifodalaydilar. Daraxtning ildizlari –dars oldidan mavjud bilimlar, tanasi –dars davomida olingan yangi ma'lumotlar, barglari esa yakuniy xulosalarni anglatadi. Bu metod talabalar uchun o'z fikrlarini tahlil qilish va o'zlashtirilgan bilimlarni mustahkamlashga yordam beradi.

Darsning amalga oshirilishi: reja va jarayon

Interfaol dars ishlanmalari parhez taomlar tayyorlash texnologiyasiga bag'ishlangan holda bir necha bosqichdan tashkil topadi. Quyida darsning asosiy bosqichlari va ularning mazmuni keltirilgan:

Tashkiliy qism

Dars boshida o'qituvchi talabalarga salom berib, darsning maqsadi va rejasini tushuntiradi. Bu bosqichda talabalar qisqa motivatsiya orqali darsga tayyorlanadi. Guruhlarga bo'linish "Jigsaw" metodiga asosan amalga oshiriladi, bu esa keyingi bosqichlarda mavzuni chuqurroq o'zlashtirish uchun poydevor bo'ladi.

Yangi mavzuni o'zlashtirish

Bu bosqichda o'qituvchi "Aqliy hujum" metodidan foydalanib, "Parhez taomlar nima? Nima uchun ular kerak?" kabi savollar orqali talabalarining mavzu bilan bog'liq fikrlarini yig'adi. Olingan ma'lumotlar doskada Klaster usuli yordamida umumlashtiriladi. So'ng, talabalar "Jigsaw" metodiga asosan kichik guruhlar bo'linib, mavzuning turli jihatlarini –parhez taomlarning turlari, tayyorlash usullari, foydali xususiyatlari va dietologiyadagi o'rni –o'rganadilar. Har bir guruh o'z mavzusi bo'yicha chuqur tahlil olib, keyin boshqa guruhlariga taqdimot qiladi.

Amaliy mashg'ulot

Darsning amaliy qismida "K-W-L" texnologiyasi asosida talabalar mavzu bo'yicha o'z bilimlarini aniqlashadi.

• **Bilaman:** Talabalar parhez taomlar haqidagi oldindan o'zlashtirilgan bilimlarini ifoda etadilar.

• **Bilmoqchiman:** Yangi o'rganmoqchi bo'lgan jihatlarini aniqlash uchun savollar yozib chiqishadi.

• **O'rgandim:** Dars yakunida o'zlashtirgan yangi tushunchalarini umumlashtiradilar.

Keyin, guruhlarda ijodiy vazifa sifatida parhez taomlar retseptlari ishlab chiqiladi. Laboratoriya sharoitida ba'zi oddiy taomlar (masalan, bug'da pishirilgan baliq yoki sabzavotli salatlar) tayyorlanadi. Guruhlar o'z ishlarini bir-biri bilan solishtirib, baholash orqali mustaqil ishlash va tahliliy fikrlash ko'nikmalarini rivojlantiradilar.

Yakuniy bosqich

Dars yakunida "Refleksiya daraxti" metodi yordamida talabalar o'z o'rganish jarayonlarini doskaga joylashtiradilar. Bu bosqichda o'qituvchi talabalar faoliyatini baholaydi va dars davomida olingan bilimlarni qisqacha umumlashtiradi. Shuningdek, uyga vazifa sifatida parhez taomlar bo'yicha mustaqil retsept tayyorlash topshirig'i beriladi.

Kutilayotgan natijalar va pedagogik foydalar

Ushbu interfaol dars ishlanmasining asosiy natijalari quyidagicha belgilangan:

• **Nazariy bilimlarni mustahkamlash:**

Talabalar parhez taomlar tayyorlash texnologiyasi bo'yicha to'liq tushunchaga ega bo'lishadi, ingredientlar sifatini baholash va innovatsion retseptlar ishlab chiqish jarayonini o'zlashtiradilar.

• **Amaliy ko'nikmalarni rivojlantirish:**

Laboratoriya sharoitida amaliy mashg'ulotlar va ijodiy vazifalar orqali talabalar parhez taomlar tayyorlash jarayonidagi

Mavzu:	Parhez taomlar tayyorlash texnologiyasi	
Ma'ruza mashg'ulotining maqsad, vazifalari	Ta'lim beruvchining o'quv maqsadlari: Ta'limiy: Talabalarga parhez taomlarning ahamiyati, turlari va tayyorlash texnologiyasini tushuntirish. Tarbiyaviy: Sog'lom ovqatlanish madaniyatiga rioya qilish va ratsional ovqatlanish ko'nikmalarini shakllantirish. Rivojlantiruvchi: Mustaqil fikrlash, guruhda ishlash va taom tayyorlash ko'nikmalarini rivojlantirish.	Ta'lim oluvchi uchun kutilayotgan natijalar: -parhez taomlar to'g'risidagi mavjud bilimlarini umumlashtiradi, mustahkamlaydi; -Parhez taomlar tayyorlash texnologiyasiga oid bilimlarini amaliy asoslaydi; -O'z mutaxassisligida noan'anaviy metodlardan foydalanish ko'nikmasiga ega bo'ladi.
	O'quv jarayonining mazmuni - Parhez taomlar tayyorlash tuzilmasi; - Ta'lim oluvchi faoliyatida innovatsiya; - Noan'anaviy ta'limning o'ziga xos xususiyatlari tahlili	
Ma'ruza mashg'ulotni amalga oshirish texnologiyasi	SHaki: maruza mashg'ulot, 80 daqiqa davomida	
	Metod: Klaster, "Aqliy hujum", Jigsaw (mozaika), KWL texnologiyasi	
	Vosita: tarqatma materiallar, elektron ishlanmalar, A-3 formatdagi qog'ozlar, markerlar	
	Nazorat: kuzatish, o'z-o'zini nazorat qilish, qiyosiy tahlil	
	Baholash: rag'batlantirish, ijodiy ish taqdimoti asosida mezoniy baholash	
	O'qitish sharoiti: Trening o'kazishga moslashtirilgan 107- o'quv xonasi	

Figure 1. Ma'ruza o'quv mashg'ulotining texnologik xaritasi

Faoliyat bosqichlari, vaqti	Faoliyat mazmuni	
	Trening harakatlari	Talaba faoliyati
1-bosqich. Kirish	1.1.Auditoryaning trening mashg'ulotiga tayyorgarlik holatini tekshiradi.	1.1.Treningga lanadi. tayyor-
(10 daqiqa)	1.2.Talabalarni «Aqliy hujum» metodi asosida tayyorlagan uy ishlarini tekshiradi, baholaydi. 1.3.Talabalarni «Jigsaw» metodi yordamida kichik guruhlariga bo'ladi.	1.2. «Aqliy hujum» asosida tayyorlagan ijodiy ishini taqdimot qiladi. 1.3. «Jigsaw» metodi yordamida kichik guruhlariga bo'linadi.
2-bosqich. Asosiy qism (60daqiqa)	2.1.Mavzu, trening maqsadi, undan kutilayotgan natijalarni e'lon qiladi. 2.2. «K-W-L» texnologiyasi asosida: • KNOW: Talabalar parhez taomlar haqida oldindan bilgan ma'lumotlarini baham ko'radi. • WANT TO KNOW: Yangi o'rganmoqchi bo'lgan narsalarini yozib chiqishadi. • LEARNED: Mashg'ulot yakunida o'zlashtirgan bilimlarini umumlashtirib aytishadi. 2.3.Talabalarning «K-W-L» texnologiyasi asosida tayyorlagan ijodiy ish taqdimotlari namoyishini tashkil etadi, bildirilgan fikr-mulohazalarni navbatli bilan tinglaydi va ularni umumlashtiradi. 2.4.Taqdimotdan so'ng talabalarga «K-W-L» metodidan darslarda foydalanish metodikasini tushuntiradi, va o'z mutaxassisligiga moslashtirish vazifasini topshiradi. 2.5.Kichik guruhlar tomonidan tayyorlangan ijodiy ishlanmalar namoyishini tashkil etadi va faol guruhlarini rag'batlantiradi.	2.1.Tinglaydi, yozib oladi. 2.2.Tinglaydi, kichik guruhlarda ishladi, o'z munosabatini yozma tarzda bildiradi. 2.3. Taqdimot o'kazadi, fikrlarini asoslab beradi, muhokamada ishtirok etadi. 2.4.Tinglaydi, tasavvurlarini aniqlashtiradi, kichik guruhlarda ijodiy ish tayyorlaydi. 2.5.Taqdimot o'kazadi, tinglaydi, mulohaza bildiradi.
3-bosqich. Yakuniy qism (10daqiqa)	3.1.Mavzuni mustahkamlash maqsadida talabalar bilan «Refleksiya daraxti» metodi yordamida dars bo'yicha fikr-mulohazalar olinadi. Talabalar tomonidan ma'ruza va interfaol metodni o'zlashtirilganlik darajasini individual baholaydi. 3.2.Mustaqil ta'lim uchun «Refleksiya daraxti» metodi asosida o'z mutaxassisligidan ixtiyoriy ma'ruza mashg'ulot ishlanmasini tayyorlab kelishni topshiradi va zaruriy ko'rsatmalarni beradi.	3.1. Mashg'ulotda ishtirok etadi, baholanadi. 3.2. Tinglaydi, topshiriqni va zaruriy ko'rsatmalarni yozib oladi.

Figure 2. Ma'ruza mashg'ulotining texnologik xaritasi

texnologik usullarni sinab ko'rishadi, natijada ularning praktika ko'nikmalari oshadi.

• Interfaol o'qitishning afzalliklari:

Klaster, Aqliy hujum, Jigsaw, K-W-L va Refleksiya daraxti metodlari yordamida talabalar o'zaro muloqot, hamkorlik va mustaqil izlanish ko'nikmalarini rivojlantiradilar. Bu esa ularning tanqidiy fikrlash va ijodiy yondashuvlarini mustahkamlashga yordam beradi.

• Tarbiyaviy jihatlar:

Dars davomida sog'lom ovqatlanish madaniyati shakllanadi,

ratsional ovqatlanish tamoyillari va parhez taomlarining ijtimoiy ahamiyati o'z ifodasini topadi. Bu nafaqat individual sog'lom uchun, balki jamiyatning farovonligi uchun ham zarurdir.

Muhokama va tahlil

Interfaol metodlarning qo'llanilishi dars jarayonida talabalar faoliyatini sezilarli darajada oshiradi. Aqliy hujum orqali erkin fikr almashish, Klaster usuli yordamida bilimlarni umumlashtirish va Jigsaw metodida kichik guruhlarda chuqur tahlil olib borish talabalar orasida hamkorlikni kuchaytiradi. K-W-L texnologiyasi esa darsning boshidan oxirigacha talabalar bilimlarini tartibga solib, o'z-o'zini nazorat qilish imkoniyatini beradi. Yakuniy bosqichda esa «Refleksiya daraxti» metodi yordamida olingan natijalar ustida tahliliy fikr yuritish, dars samaradorligini oshirishga va keyingi darslarda e'tiborni muhim jihatlariga qaratishga yordam beradi. Bunday yondashuv orqali o'qituvchi o'z dars rejasini moslashtirish, talabalar ehtiyojiga javob beruvchi innovatsion metodlarni joriy etish va interfaol muloqotga asoslangan o'quv jarayonini yaratish imkoniga ega bo'ladi. Natijada, talabalar nafaqat parhez taomlar tayyorlash texnologiyasi bo'yicha nazariy bilimlarga, balki amaliy tajriba, ijodiy fikrlash va mustaqil ish yuritish ko'nikmalariga ham ega bo'ladi.

Xulosa

Ushbu maqolada parhez taomlar tayyorlash texnologiyasiga bag'ishlangan interfaol darslar va noan'anaviy pedagogik yondashuvlarning samaradorligi tahlil qilindi. Dars ishlanmalari orqali talabalar sog'lom ovqatlanish tamoyillari, innovatsion retseptlar ishlab chiqish va amaliy jarayonlarni o'zlashtirish imkoniyatiga ega bo'lishadi. Interfaol metodlar – Klaster, Aqliy hujum, Jigsaw, K-W-L va Refleksiya daraxti – o'quvchilarning ijodiy, tanqidiy va hamkorlikda ishlash ko'nikmalarini mustahkamlab, ularni kela-jakda o'z mutaxassisliklarida innovatsion yechimlar yaratishga tayyorlaydi. Umuman olganda, interfaol darslar yordamida parhez taomlar mavzusini o'zlashtirish nafaqat nazariy bilimlarni mustahkamlash, balki talabalar amaliy ishlarni bajarish, ijodiy fikr yuritish va hamkorlikda ishlash qobiliyatini rivojlantirishda muhim rol o'ynaydi. Kelajakda ushbu metodlarning yanada kengaytirilishi va boshqa fanlar doirasida ham qo'llanilishi, o'quv jarayonining sifatini oshirish va talabalarning professional tayyorgarligini kuchaytirishga xizmat qiladi.

Adabiyotlar ro'yxati

- Yusupova, G.X. Oziq-ovqat mahsulotlari texnologiyasi. Toshkent: O'qituvchi, 2019.
- Shodmonov, Sh. Pedagogik texnologiyalar va innovatsiyalar. Toshkent: Fan va Texnologiya, 2021.
- Jalolov, J.J. Zamonaviy ta'lim metodlari. Toshkent: Ilm Ziyo, 2020.
- Maxkamova, D.N. Interfaol ta'lim metodlari: nazariya va amaliyot. Toshkent: Innovatsiya, 2022.
- Jonson, D.W., Jonson, R.T. Cooperative Learning Methods. Cambridge: Cambridge University Press, 2019.
- Food Science and Technology: Principles and Practices. Springer, 2018.
- Innovatsion ta'lim: Nazariy va amaliy yondashuvlar. Toshkent: Ilm-Fan, 2020.
- O'zbekiston Respublikasi. Ta'lim to'g'risidagi Qonuni. (O'zbekiston Respublikasi qonun hujjatlari, 2020).