



\_\_\_\_\_ *hokimligi*  
*maktabgacha va maktab ta'limi*  
*boshqarmasi*

\_\_\_\_\_ *maktabgacha va*  
*maktab ta'limi bo'limi tasarrufidagi*  
\_\_\_\_ *-umumiy o'rta ta'lim maktabi*  
*to'garak rahbari*

\_\_\_\_\_ *ning*  
*texnologiya fanidan qiz bolalarga*  
*bo'sh o'zlashtiruvchi o'quvchilar*  
*5-9-sinflar uchun*

**“Mohir qo'llar”**

**TO'GARAK**  
**HUJJATLARI**

**To'garak a'zolari haqida ma'lumot**

| <b>№</b> | <b>Familiya ismi va sharifi</b> | <b>Tug'ilgan sanasi</b> | <b>Sinfi</b> | <b>Manzili (to'liq)</b> | <b>Ota-onasi (Ismi sharifi)</b> | <b>Telefon (uy yoki mobil)</b> | <b>Izoh</b> |
|----------|---------------------------------|-------------------------|--------------|-------------------------|---------------------------------|--------------------------------|-------------|
| 1.       |                                 |                         |              |                         |                                 |                                |             |
| 2.       |                                 |                         |              |                         |                                 |                                |             |
| 3.       |                                 |                         |              |                         |                                 |                                |             |
| 4.       |                                 |                         |              |                         |                                 |                                |             |
| 5.       |                                 |                         |              |                         |                                 |                                |             |
| 6.       |                                 |                         |              |                         |                                 |                                |             |
| 7.       |                                 |                         |              |                         |                                 |                                |             |
| 8.       |                                 |                         |              |                         |                                 |                                |             |
| 9.       |                                 |                         |              |                         |                                 |                                |             |
| 10.      |                                 |                         |              |                         |                                 |                                |             |
| 11.      |                                 |                         |              |                         |                                 |                                |             |
| 12.      |                                 |                         |              |                         |                                 |                                |             |
| 13.      |                                 |                         |              |                         |                                 |                                |             |
| 14.      |                                 |                         |              |                         |                                 |                                |             |
| 15.      |                                 |                         |              |                         |                                 |                                |             |

|     |  |  |  |  |  |  |  |
|-----|--|--|--|--|--|--|--|
| 16. |  |  |  |  |  |  |  |
| 17. |  |  |  |  |  |  |  |
| 18. |  |  |  |  |  |  |  |
| 19. |  |  |  |  |  |  |  |
| 20. |  |  |  |  |  |  |  |
| 21. |  |  |  |  |  |  |  |
| 22. |  |  |  |  |  |  |  |
| 23. |  |  |  |  |  |  |  |
| 24. |  |  |  |  |  |  |  |
| 25. |  |  |  |  |  |  |  |
| 26. |  |  |  |  |  |  |  |
| 27. |  |  |  |  |  |  |  |
| 28. |  |  |  |  |  |  |  |
| 29. |  |  |  |  |  |  |  |
| 30. |  |  |  |  |  |  |  |

O'tkazilgan xona \_\_\_\_\_





**“TASDIQLAYMAN”**  
**MMIBDO‘ \_\_\_\_\_**

**20\_\_-20\_\_-o‘quv yilida bo‘sh o‘zlashtiruvchi o‘quvchilar uchun tuzilgan**  
**“Mohir qo‘llar” nomli to‘garagining**  
**ISH REJASI**

| <b>№</b> | <b>Yillik ish reja mavzulari</b>   | <b>Soat</b> | <b>Sana</b> | <b>Izoh</b> |
|----------|--|-------------|-------------|-------------|
| 1.       | Ovqatlanishning inson hayotidagi ahamiyati   | 1           |             |             |
| 2.       | Vitaminlar   | 1           |             |             |
| 3.       | Oshxona jihozlaridan (chinni, shisha, sopol, metall kabi) to‘g‘ri foydalanish tartibi        | 1           |             |             |
| 4.       | Tushlik dasturxonini tayyorlash qoidalari  | 1           |             |             |
| 5.       | Go‘shtdan tayyorlanadigan yarimfabrikatlar   | 1           |             |             |
| 6.       | O‘zbekistonda xalq hunarmandchiligining turlari  | 1           |             |             |
| 7.       | Xalq hunarmandlari tomonidan eksport va ichki bozor uchun ishlab chiqarilayotgan mahsulotlar | 1           |             |             |
| 8.       | Uzviy kompozitsiyaning eng muhim sifati  | 1           |             |             |
| 9.       | Buterbrod tayyorlash usuli   | 1           |             |             |
| 10.      | Gazlamaning o‘ng va teskari tomonlarini aniqlash   | 1           |             |             |
| 11.      | Jun gazlamalari  | 1           |             |             |
| 12.      | Baliq va dengiz mahsulotlari   | 1           |             |             |
| 13.      | To‘qish san‘ati  | 1           |             |             |
| 14.      | Bolalar ponchosini toqish texnologiyasi  | 1           |             |             |
| 15.      | Zamonaviy ishlab chiqarishning bozor munosabatlari bilan uzviyligi                           | 1           |             |             |
| 16.      | Ishlab chiqarishda fan-texnika taraqqiyotini jadallashtirish omillari va istiqboli           | 1           |             |             |
| 17.      | Buyumni bichish va tikish haqida ma‘lumot berish   | 1           |             |             |
| 18.      | Jun va ipak tolalarning xossalari  | 1           |             |             |
| 19.      | Qo‘l choklarining tikilishi  | 1           |             |             |
| 20.      | Tikuv mashinalarining ishlash prinsipi   | 1           |             |             |
| 21.      | Salat tayyorlash   | 1           |             |             |
| 22.      | Lag‘mon tayyorlash texnologiyasi   | 1           |             |             |
| 23.      | Dizayn va modellashtirish  | 1           |             |             |
| 24.      | Tikish   | 1           |             |             |
| 25.      | Beldan kiyiladigan kiyim turlari   | 1           |             |             |
| 26.      | Zardo‘zlik san‘ati   | 1           |             |             |
| 27.      | Mehmonxona interyerini yaratish  | 1           |             |             |
| 28.      | Interyerda o‘simliklar dunyosi   | 1           |             |             |
| 29.      | Karving san‘ati  | 1           |             |             |
| 30.      | Karving usulida bezash   | 1           |             |             |
| 31.      | Nozmunchoq to‘qish uchun zarur xomashyo va moslamalar  | 1           |             |             |
| 32.      | Sumkaning turlari  | 1           |             |             |
| 33.      | Ijodiy loyiha va ijodiv faoliyat sohasini loyihalash   | 1           |             |             |
| 34.      | Kasblarning tiplari  | 1           |             |             |

Sana: “ ” \_\_\_\_\_ 20\_\_-yil. Sinflar: \_\_\_\_\_ To‘garak rahbari: \_\_\_\_\_

**Mavzu:** Ovqatlanishning inson hayotidagi ahamiyati.

**Mashg‘ulotning maqsadi:**

**Ta’limiy maqsad:** turli xomashyo materiallaridan foydalanish, ularni amalda qo‘llash, ishlov berishga oid bilimlarini boyitish, zamonaviy ishlab chiqarishning bozor munosabatlariga asoslangan talablari asosida kasbiy tayyorgarligini oshirish va jismoniy mehnat turlaridan samarali foydalanishda ko‘nikma va malakalarini oshirish.

**Tarbiyaviy maqsad:** zamonaviy texnika va texnologiyalar, oziq-ovqat mahsulotlariga, materiallarga ishlov berish texnologiyasi, energiya ishlab chiqarish va undan foydalanish, mexatronika hamda ijtimoiy-iqtisodiy texnologiya asoslarini o‘rgatish, xalqimizning boy ma’naviy qadriyatlariga asosida ta’lim-tarbiya berish, axloqiy tushunchalarni shakllantirish.

**Rivojlantiruvchi maqsad:** mamlakatimizda amalga oshirilayotgan islohotlarni va bozor munosabatlarining rivojlanib borayotganligini, yangi texnika va texnologiyalar, zamonaviy materiallar yaratilayotganligini hamda inson mehnatini yengil qilishda mexatronik qurilmalarning hayotimizga kirib kelishini inobatga olgan holda ular haqidagi dastlabki bilim, ko‘nikma va malakalarni oshirib, kelajakda yurtimiz taraqqiyotiga, farovonligiga o‘z hissasini qo‘sha oladigan yuqori malakali raqobatbardosh kadrlarni tayyorlash.

O‘quvchilarda shakllantiriladigan tayanch kompetensiyalar elementlari:

**Milliy va umummadaniy kompetensiya:** yurish-turishda madaniy me‘yorlarga amal qilish. turli yo‘nalishdagi san‘at asarlarini tushuna olish va undan zavqlanish;

**Matematik savodxonlik, fan va texnika yangiliklaridan xabardor bo‘lish**

**hamda foydalanish kompetensiyasi:** shaxsiy, iqtisodiy munosabatlarda hisob-kitob bilan ish yuritishni bilish, hisob-kitoblarga asoslangan holda shaxsiy rejalarini tuza olish.

**Mashg‘ulot turi:** yangi bilim beruvchi, bilimlarni mustahkamlovchi, amaliy, nazariy, aralash, noan‘aviy, ananaviy.

**Mashg‘ulot uslubi:** tushuntirish, suhbat, tezkor savol – javob, amaliy mustaqil ishlar bajarish, munozara, muammoli topshiriq, ko‘rgazmali va boshqalar.

**Mashg‘ulot metodi:** guruhlarda ishlash, “kim epchil-u, kim chaqqon”, “ko‘rsam tezroq o‘rganaman”, “muammo va yechim” shu kabi metodlar.

**Mashg‘ulot jihozi:** mavzuga oid rasm, ko‘rgazmalar va tarqatma materiallar, o‘quv qurollari, elektron materiallar.

**Mashg‘ulotning borishi:**

**I. Tashkiliy qism:** a) Salomlashish. b) Davomatni aniqlash.

**II. Uyga vazifani so‘rash:** a) Savol – javob o‘tkazish. b) Topshiriqlarni tekshirish.

**III. Yangi mavzu bayoni:**

Pazandachilik amaliy san‘at sohasida ham, fan sohalari rivojlanishida ham o‘ziga xos o‘rin va ahamiyatga ega. Pazandachilik nafaqat texnologiya, balki tarix, kimyo, biologiya, fizika fanlari bilan ham chambarchas bog‘liq. Dasturxonga tortiladigan taom ilmiy asosda tayyorlanishi, nafosat bilan bezatilishi lozim. Masalliqni laziz va foydali taomga aylantirish pazandaning mahoratiga bog‘liq. Taom tayyorlashda pazandachilik san‘ati ro‘yobga chiqadi. Uni tayyorlash ilmining o‘ziga xos texnologiyasi mavjud.

Pazandachilik san‘ati insoniyatning eng qadimgi faoliyatlaridan biri bo‘lib, uning rivojlanishi har doim jamiyatning iqtisodiy ravnaqiga aloqador bo‘lgan. Ovqatlanish inson hayot kechirishining muhim vositasi, sihat-salomatligi va uzoq umr ko‘rishining garovidir.

**IV. Yangi mavzuni mustahkamlash:**

1. Ovqatlanishning inson hayotidagi ahamiyati nimalardan iborat?

2. Oziq-ovqat mahsulotlari necha turga bo‘linadi?

**V. Mashg‘ulotni yakunlash:** to‘garak a‘zolarini yutuq va kamchiliklarini muhokama qilish, rag‘batlantirish

**VI. Uyga vazifani e‘lon qilish:** yangi mavzuni to‘liq takrorlash va yangi mavzu yuzasidan bilimlarini mustahkamlab kelish.

Maktab MMIBDO‘ \_\_\_\_\_ sana \_\_\_\_\_ 20\_\_ yil



Sana: “ \_\_\_ ” \_\_\_\_\_ 20\_\_-yil. Sinflar: \_\_\_\_\_ To‘garak rahbari: \_\_\_\_\_

**Mavzu:** Vitaminlar.

**Mashg‘ulotning maqsadi:**

**Ta‘limiy maqsad:** turli xomashyo materiallaridan foydalanish, ularni amalda qo‘llash, ishlov berishga oid bilimlarini boyitish, zamonaviy ishlab chiqarishning bozor munosabatlariga asoslangan talablari asosida kasbiy tayyorgarligini oshirish va jismoniy mehnat turlaridan samarali foydalanishda ko‘nikma va malakalarini oshirish.

**Tarbiyaviy maqsad:** zamonaviy texnika va texnologiyalar, oziq-ovqat mahsulotlariga, materiallarga ishlov berish texnologiyasi, energiya ishlab chiqarish va undan foydalanish, mexatronika hamda ijtimoiy-iqtisodiy texnologiya asoslarini o‘rgatish, xalqimizning boy ma‘naviy qadriyatlarini asosida ta‘lim-tarbiya berish, axloqiy tushunchalarni shakllantirish.

**Rivojlantiruvchi maqsad:** mamlakatimizda amalga oshirilayotgan islohotlarni va bozor munosabatlarining rivojlanib borayotganligini, yangi texnika va texnologiyalar, zamonaviy materiallar yaratilayotganligini hamda inson mehnatini yengil qilishda mexatronika qurilmalarning hayotimizga kirib kelishini inobatga olgan holda ular haqidagi dastlabki bilim, ko‘nikma va malakalarni oshirib, kelajakda yurtimiz taraqqiyotiga, farovonligiga o‘z hissasini qo‘sha oladigan yuqori malakali raqobatbardosh kadrlarni tayyorlash.

O‘quvchilarda shakllantiriladigan tayanch kompetensiyalar elementlari:

**Kommunikativ kompetensiya:** texnologiyaga oid atamalarni xorijiy tillarda o‘rganish, so‘z boyligini oshirib borish; jamoa bilan ishlashda jamoa fikrini qo‘llab-quvvatlash, o‘z hissasini qo‘sha olish.

**O‘zini o‘zi rivojlantirish kompetensiyasi:** o‘qib-o‘rganish uchun fan to‘garaklariga qatnashish, kutubxonada mutolaa qilish orqali bilimni mustaqil ravishda oshirib borish; o‘z sog‘ligini asrash.

**Ijtimoiy faol fuqarolik kompetensiyasi:** o‘z oilasi, mahallasi, yurti oldidagi burchini bilish; mahallada tashkil etilgan hasharlarda, shanbaliklarda faol ishtirok etish.

**Mashg‘ulot turi:** yangi bilim beruvchi, bilimlarni mustahkamlovchi, amaliy, nazariy, aralash, noan‘aviy, ananaviy.

**Mashg‘ulot uslubi:** tushuntirish, suhbat, tezkor savol – javob, amaliy mustaqil ishlar bajarish, munozara, muammoli topshiriq, ko‘rgazmali va boshqalar.

**Mashg‘ulot metodi:** guruhlarda ishlash, “kim epchil-u, kim chaqqon”, “ko‘rsam tezroq o‘rganaman”, “muammo va yechim” shu kabi metodlar.

**Mashg‘ulot jihozi:** mavzuga oid rasm, ko‘rgazmalar va tarqatma materiallar, o‘quv qurollari, elektron materiallar.

**Mashg‘ulotning borishi:**

**I. Tashkiliy qism:** a) Salomlashish. b) Davomatni aniqlash.

**II. Uyga vazifani so‘rash:** a) Savol – javob o‘tkazish. b) Topshiriqlarni tekshirish.

**III. Yangi mavzu bayoni:**

Oqsillar – organizm hujayralari va to‘qi ma sining asosini tashkil qiladi. Oqsillar tuxum, sut va sut mahsulotlari, go‘sht, baliq, shuningdek, o‘simlik mahsulotlari loviya, bug‘doyning un dirilgan doni, dengiz o‘tlari, oqloviya, non, xamirli makaron mahsulotlari, jigarrang guruch, yong‘oqda mavjud bo‘ladi. O‘simlik oqsillari kerakli oziqlar bilan organizmni to‘liq ta‘minlay olmaydi, shuning uchun inson albatta go‘sht iste‘mol qilishi kerak. Organizmda oqsilning yetishmasligi insonni og‘ir kasalliklarga olib keladi. Oqsil moddalarini saqlashning qaysi usuli bo‘lmasin (muzlatish va eritish, uzoq muddat issiqlikda qayta ishlash, konservalash), ularning oziqlik qiymatini pasaytiradi. Oqsillarga ega bo‘lgan foydali tabiiy mahsulotlar – qaynatilgan go‘sht, yangi baliq, tuxum, parranda go‘shti, donli, dukkakli o‘simliklar, mevalar, sabzavotlar. Uglevodlar organizmni kuch-quvvat bilan ta‘minlovchi manba hisoblanadi va mushak larimizning (muskul) ishlashiga yordam beradi.

**IV. Yangi mavzuni mustahkamlash:**

1. Dasturxonga o‘tirishdan oldin qo‘lni yaxshilab yuvish.

2. Dasturxon atrofida kattalarga hurmatda, kichiklarga izzatda bo‘lish.

**V. Mashg‘ulotni yakunlash:** to‘garak a‘zolarini yutuq va kamchilliklarini muhokama qilish, rag‘batlantirish

**VI. Uyga vazifani e‘lon qilish:** yangi mavzuni to‘liq takrorlash va yangi mavzu yuzasidan bilimlarini mustahkamlab kelish.

**Vitaminlar**



**Mineral moddalar**





Sana: “ ” \_\_\_\_\_ 20\_\_-yil. Sinflar: \_\_\_\_\_ To‘garak rahbari: \_\_\_\_\_

**Mavzu:** Oshxona jihozlaridan (chinni, shisha, sopol, metall kabi) to‘g‘ri foydalanish tartibi.

**Mashg‘ulotning maqsadi:**

**Ta‘limiy maqsad:** texnologik jarayonlar bajarilishi bo‘yicha tegishli xulosa chiqarish, mehnat operatsiyalari hamda mahsulot sifatini baholay olish, mashg‘ulotlar davomida zamonaviy texnika va texnologiyalardan foydalana olish, ishni raqamli texnika va texnologiyalar asosida tashkil etish hamda boshqarish bo‘yicha dastlabki bilim va tushunchalarni shakllantirish.

**Tarbiyaviy maqsad:** zamonaviy texnika va texnologiyalar, oziq-ovqat mahsulotlariga, materiallarga ishlov berish texnologiyasi, energiya ishlab chiqarish va undan foydalanish, mexatronika hamda ijtimoiy-iqtisodiy texnologiya asoslarini o‘rgatish, xalqimizning boy ma‘naviy qadriyatlarini asosida ta‘lim-tarbiya berish, axloqiy tushunchalarni shakllantirish.

**Rivojlantiruvchi maqsad:** buyuk kelajakni yaratuvchi, yangi texnologiyalarni hayotga tatbiq etuvchi, buning natijasida mamlakatimiz rivojiga ulkan hissa qo‘shuvchi shaxs hisoblanishi, olgan bilimlarini kelajak hayotida muhim o‘rin egallaydigan amaliy mehnat faoliyatiga tayyorgarlik ko‘rishiga hamda o‘zini qiziqqan kasb-hunar turlaridan birini to‘g‘ri tanlashi hamda mustaqil fikrlashga qodir bo‘lgan, hozirgi zamon bozor sharoitlarida ishni izchil tashkil eta oladigan, yuqori malakali raqobatbardosh kadrlarni tayyorlash.

**O‘quvchilarda shakllantiriladigan tayanch kompetensiyalar elementlari:**

**Kommunikativ kompetensiya:**

hamkorlikda ishlash jarayonida jamoa va guruh a‘zolari fikrini tinglay bilish, hurmat qilish, to‘g‘ri qabul qilish.

**O‘zini o‘zi rivojlantirish kompetensiyasi:**

duradgorlikda ishlatiladigan yelimlar va bo‘yoqlarni ishlatilish sohasini axborot manbalaridan qidirib topish.

**Matematik savodxonlik, fan va texnika yangiliklaridan xabardor bo‘lish hamda foydalanish kompetensiyasi:**

hisob-kitoblarga asoslanib shaxsiy, rejasini tuza olish va hisob-kitob bilan ish yuritish.

**Mashg‘ulot turi:** yangi bilim beruvchi, bilimlarni mustahkamlovchi, amaliy, nazariy, aralash, noan‘aviy, ananaviy.

**Mashg‘ulot uslubi:** tushuntirish, suhbat, tezkor savol – javob, amaliy mustaqil ishlar bajarish, munozara, muammoli topshiriq, ko‘rgazmali va boshqalar.

**Mashg‘ulot metodi:** guruhlarda ishlash, “kim epchil-u, kim chaqqon”, “ko‘rsam tezroq o‘rganaman”, “muammo va yechim” shu kabi metodlar.

**Mashg‘ulot jihozi:** mavzuga oid rasm, ko‘rgazmalar va tarqatma materiallar, o‘quv qurollari, elektron materiallar.

**Mashg‘ulotning borishi:**

**I. Tashkiliy qism:** a) Salomlashish. b) Davomatni aniqlash.

**II. Uyg‘a vazifani so‘rash:** a) Savol – javob o‘tkazish. b) Topshiriqlarni tekshirish.

**III. Yangi mavzu bayoni:**

Aluminiy idishlar shtampovkalab, quyib tayyorlanadi. Qalin qilib quyilgan aluminiy idish (tova, kastrul, qozon kabi)lar, asosan, yog‘ dog‘lab, masalliqni qovurishga, quyuyq taomlarni pishirishga mo‘ljallangan. Aluminiy idishlar kumushsimon rangda xira sirlab, silliqlab, jilolab, xromlab, bo‘yamay yoki har xil rangga bo‘yab sirlab ishlanadi.

IV. Yangi mavzuni mustahkamlash: Po‘lat idishlaremallab, ruxlab, qalay bilan oqartirib ishlanadi.

Emallangan po‘lat idishlarga organik kislotalar, tuz, sovun, ishqor ta‘sir etmaydi, ular tez yuviladi, ovqat tayyorlashdan tashqari oziq-ovqat mahsulotlarini uzoq vaqt saqlashga ham yaraydi. Lekin quyuyq taomlarni, ayniqsa, bo‘tqa, palov kabi taomlar bunday idishlarda tayyorlanmaydi. Zanglamaydigan po‘latdan tayyorlangan idishlarda suyuq taomlar tayyorlash va saqlash mumkin. Chinni idishlar nafis chinni limon va sirka kislotalariga chidamli, yupqa sirlangan, qattiq (qirilmaydi) bo‘ladi, jaranglaydi, asosan, oq, ba‘zan esa rangli sirlanadi. Dag‘al chinni qalin, sirlangan, nafis chinniga nisbatan ancha chidamsiz (tez sinuvchan), nisbatan yengil, yirik idishlar sifatida (masalan, katta kosa, guldon, sut va yog‘ solinadigan idishlar, qanddon) juda qulay.



**IV. Yangi mavzuni mustahkamlash:**

O‘tilgan mavzu yuzasidan mavzuni o‘qib kelish.

**V. Mashg‘ulotni yakunlash:** to‘garak a‘zolarini yutuq va kamchilliklarini muhokama qilish, rag‘batlantirish

**VI. Uyg‘a vazifani e‘lon qilish:** yangi mavzuni to‘liq takrorlash va yangi mavzu yuzasidan bilimlarini mustahkamlab kelish.

Maktab MMIBDO‘ \_\_\_\_\_ sana \_\_\_\_\_ 20\_\_ yil

*v**eb**-saytimiz: **Zokirjon.com***

***Hujjat Word variantda beriladi.***

***Zokirjon Admin bilan***

***90-530-00-68 nomerga murojaat qilishingiz, shu nomerdagi telegram orqali bog‘lanishingiz yoki nza4567 izlab telegramdan yozishingiz so‘raladi.***

***Telegramda murojaatingizga o‘z vaqtida javob beriladi***

***40 listdan iborat texnologiya fanidan 5-9-sinf bo‘sh o‘zlashtiruvchi o‘quvchilarga 34 soatli to‘garakni to‘liq holda olish uchun telegramdan yozing.***



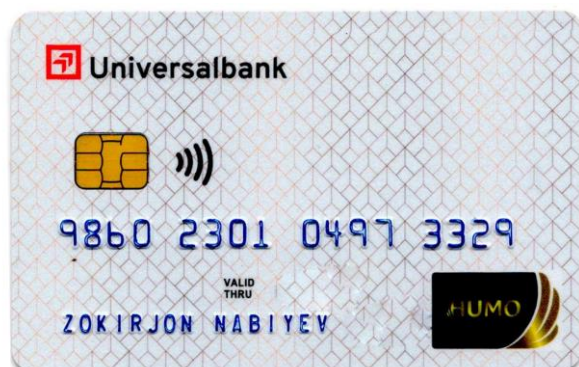
**Narxi: 20 ming so‘m**

**Telegram kanalimiz:**

**@Maktablar\_uchun\_hujjatlar**

**To‘lov uchun: UZCARD \*880\*9860230104973329\*summa#**

**Plastik egasi Nabiyev Zokirjon**



**DIQQAT!!!**

Sizga bu **OMONAT** qilib beriladi.

To‘liq holda olganingizdan so‘ng:

Faqat o‘zingiz uchun foydalaning.

Hech kimga bermang hattoki eng yaqin insoningizga ham.

Internet orqali veb-saytlarga joylamang.

Kanal va gruppalariga tarqatmang.

**OMONATGA**

**HIYONAT QILMANG.**