



\_\_\_\_\_ *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*  
*iqtidorli 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 iqtidorli 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.	Konditer mahsulotlari pishirish	1		
2.	Taom tayyorlashning xavfsizlik texnikasi va sanitariya-gigiyena qoidalari	1		
3.	Taom tayyorlashning xavfsizlik texnikasi va sanitariya-gigiyena qoidalari	1		
4.	Ziravorlar	1		
5.	Turli shakllarni toidirish usuli	1		
6.	Ovalsimon usul	1		
7.	Ayollar shimini bichish va tikish	1		
8.	Buterbrod. Buterbrod tayyorlash texnologiyasi	1		
9.	Parhez	1		
10.	Salfetka-sochiqlarni saqlash va yuvish	1		
11.	“Mimoza” salati	1		
12.	Kiyim haqida umumiy ma’lumot	1		
13.	Oziq-ovqat sanoati	1		
14.	Burmali yostiqcha tikish texnologiyasi	1		
15.	Qo‘l choklari. Qo‘l choklaridan namunalar tikish	1		
16.	Tikuv mashinasining turlari va tuzilishi	1		
17.	Furnitura turlari	1		
18.	Tikuv buyumlarini tikishda mashinada bajariladigan ishlar	1		
19.	Andazani gazlama ustiga joylashtirish	1		
20.	Vitaminli salat tayyorlash	1		
21.	Gul to‘qish	1		
22.	Ko‘ylakni zamonaviy uslubda bichish va tikish	1		
23.	Modellashtirish va andaza tayyorlash	1		
24.	Dazmol va dazmollash usullari	1		
25.	Zar ipni o‘rash	1		
26.	Quroq tikish	1		
27.	Konservalash	1		
28.	Idishlarni yuvish	1		
29.	Dazmollash qoidalari	1		
30.	Fartukka oxirgi ishlov berish	1		
31.	Parrandachilik	1		
32.	Asalari zotlari haqida	1		
33.	Dizayn komponentlari asosida turli buyumlarning loyiha variantlarini tayyorlash usullari	1		
34.	Tanlangan kasb-hunarga doir ma’lumotlar to‘plash va tahlil qilish	1		

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

**Mavzu:** Konditer mahsulotlari pishirish.

**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:**

**O‘zini o‘zi rivojlantirish kompetensiyasi:** o‘qib-o‘rganish uchun fan to‘garaklariga qatnashish, kutubxonada mutolaa qilish orqali bilimini 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:**

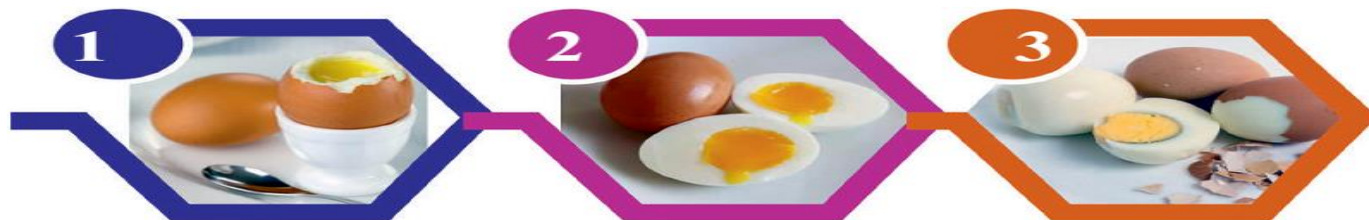
a) Salomlashish. b) Davomatni aniqlash.

**II. Uyga vazifani so‘rash:**

a) Savol – javob o‘tkazish. b) Topshiriqlarni tekshirish.

**III. Yangi mavzu bayoni:**

Konditer mahsulotlari pishirishda, taom, salat, omeletlar tayyorlash uchun ishlatiladi. Tuxumni saqlash muddati parhez usulida 5 kungacha, umumiy saqlanishi 30 kunni tashkil etadi. Pazandachilikda, asosan, yangi taom tayyorlanadi. Tuxumning yangiligini bir necha usullarda aniqlash mumkin. 1-usul: 1 stakan suvga bir osh qoshiqda tuz solib, ichiga tuxumni solamiz. Yangi tuxum stakanning tubiga tushadi. Kerakli muddatgacha saqlangan tuxum suvda suzib yuradi. Saqlash muddatidan o‘tib ketgan tuxum suv ustiga chiqib qoladi. 2-usul: tuxum chaqilganda oqsil tiniq bo‘lib, sarig‘i yaltiramaydi. Muddati o‘tgan tuxum chaqilganda tiniqligi yo‘qolib, ko‘kimtir, noxush hidli bo‘ladi. Qattiq qaynatib pishirish uchun tuxumni qaynoq suvda 7–10 daqiqa ushlab kerak – oqsili ham, sarig‘i ham pishadi. Qaynatilayotganda tuxum yorilib ketmasligi uchun suvga 1 choyqoshiqda tuz solib qo‘yish kerak (suv tuxumni 1 santimetrcha ko‘mib turishi lozim). Pishgan tuxum qobig‘ini oson archish uchun pishganidan keyin uni darrov sovuq suvda 30 daqiqa tutib turish kerak.



**IV. Yangi mavzuni mustahkamlash:**

1. Tuxumni muz lat kichga nam sochiq bilan artib joylashtiring.

2. Qobig‘i yorilgan tuxumni ovqatga ishlatmang.

**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:** Taom tayyorlashning xavfsizlik texnikasi va sanitariya-gigiyena qoidalari.

**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:**

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

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

**Milliy va umummadaniy kompetensiya:**

turli materiallarga ishlov berishda moslamalarda xavfsizlik texnikasi qoidalari va sanitariya-gigiyena talablariga rioya qilgan holda ishlash.

**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. Uyga vazifani so‘rash:**

a) Savol – javob o‘tkazish. b) Topshiriqlarni tekshirish.

**III. Yangi mavzu bayoni:**

Pazandachilik xonasi nazariy va amaliy mashg‘ulotlar uchun alohida-alohida bo‘lgani ma‘qul. Amaliy mashg‘ulotlar xonasiga yorug‘lik yaxshi tushadigan, hid va ug‘lardan tozalash uchun maxsus shamollatkich moslamalar o‘rnatilgan bo‘lishi kerak. Uning devorlari kafel bilan qoplangan bo‘lib, qo‘l hamda oshxona idish-tovoqlarini yuvish uchun alohida chanoqlari bo‘lishi zarur. Oshxona jihozlarini saqlash uchun mebellar, mahsulotlarga ishlov berish va tayyorlangan taomlarni bezash uchun stollar bo‘lishi hamda mahsulotlarga issiqlik ishlovi berish uchun elektr plita va duxovkalar yong‘in hamda elektr xavfsizligi qoidalarga muvofiq o‘rnatilishi lozim. Idish-tovoqlar metall, sopol, chinni, shisha, plastmassadan tayyorlanadi. Metall idishlarning aluminiy, po‘lat, jez, cho‘yan, mis va boshqa metall hamda qotishmalardan ishlanadigan turlari mavjud.



**IV. Yangi mavzuni mustahkamlash:**

1. Pazandachilikda rioya qilinadigan xavfsizlik texnikasi qoidalarni sanab bering?

2. Pazandachilikda rioya qilinadigan xavfsizlik texnikasi qoidalarning vazifasi nimalardan iborat?

**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.

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



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

**Mavzu:** Taom tayyorlashning xavfsizlik texnikasi va sanitariya-gigiyena qoidalari.

**Mashg‘ulotning maqsadi:**

**Ta‘limiy maqsad:** egallagan bilim, ko‘nikma va malakalarini mustahkamlagan holda, turli materiallardan chiroyli buyumlar, mexanizmlar asosida harakatlanuvchi sodda jihozlar, robototexnika elementlari yordamida esa aqlli texnika va texnologiyalarni o‘z qo‘llari bilan yasashni o‘rgatish, ishni raqamli texnika va texnologiyalar asosida tashkil etish hamda boshqarish bo‘yicha dastlabki bilim va tushunchalarni shakllantirish.

**Tarbiyaviy maqsad:** o‘z oldiga aniq maqsad qo‘yishi, unga erishish uchun nimalarga e‘tibor berish kerakligini aniqlab olishi, zamonaviy texnika va texnologiyalar, asbob-uskuna va moslamalardan foydalana olish, ishlarni raqamli texnika va texnologiyalar asosida tashkil etish hamda boshqarish, sodda ko‘rinishdagi buyumlar yasash yoki ularni loyihalashtirish bo‘yicha hayotiy kompetensiyalarga ega bo‘lish.

**Rivojlantiruvchi maqsad:** mashaqqatlarni yengishga bo‘lgan qattiq ishonch, mustahkam iroda, tirishqoqlik, g‘ayrat-shijoat, o‘z qobiliyatini namoyon eta olish kabi xislatlarga ega bo‘lish, kelajak hayotlarida muhim o‘rin egallaydigan amaliy mehnat faoliyatiga tayyorgarlik ko‘rishida, o‘zlari 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:**

**Axborotlar bilan ishlash kompetensiyasi:**

axborot manbalaridan (ommaviy axborot vositalari: jurnal, gazeta, televizor, radio audio-video yozuv, kompyuter) foydalana olish, media vositalardan zarur bo‘lgan axborotlarni izlab topa olish.

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

o‘zining qiziqishlariga ko‘ra qobiliyatlarini namoyon qila olish, shaxsiy gigiyena va texnika xavfsizligi qoidalariga rioya qilish.

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

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

**III. Yangi mavzu bayoni:**

Taomlarni mohirlik bilan tayyorlash, did bilan bezatish, dasturxonga ya‘ni xo‘randalarga xush keladigan tarzda tortishda qo‘llaniladigan qator xavfsizlik texnikasi hamda sanitariya-gigiyena qoidalari mavjud. To‘g‘ri ovqatlanish borasida ko‘plab ma‘lumotlar mavjud. Ularning ayrimlari go‘shetni cheklash kerak desa, boshqasi faqat ma‘lum bir mahsulotlardan iborat taomnomadan foydalanishni tavsiya qiladi. Aslida inson tanasi juda murakkab tizim bo‘lib, u normal ishlashi uchun ham go‘shetli, ham sabzavotli taomlar iste‘mol qilinishi lozim. Shu sababli to‘g‘ri ovqatlanish qoidalarini bilish juda muhim sanaladi. Dasturxon va stol– ovqatlanish jarayoni muntazam olib boriladigan joy.

Mehmon kutish ham aslida bir kichik san‘at. Uyingizga tashrif buyurgan mehmon san‘atingizdan xushnud bo‘lsa, bu juda voqimli holat. Buning uchun dasturxonga tortiladigan taomlarning bir-biriga uyg‘unligini e‘tiborga olish zarur.



**IV. Yangi mavzuni mustahkamlash:**

1. Taom tayyorlashda ishlatiladigan xavfsizlik texnikasi qoidalarini sanab bering.
2. Taomnoma tuzishda qanday tartib qoidalarga amal qilinadi?

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

**VI. Uygaz 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:** Ziravorlar.

**Mashg‘ulotning maqsadi:**

**Ta‘limiy maqsad:** egallagan bilim, ko‘nikma va malakalarini mustahkamlagan holda, turli materiallardan chiroyli buyumlar, mexanizmlar asosida harakatlanuvchi sodda jihozlar, robototexnika elementlari yordamida esa aqlli texnika va texnologiyalarni o‘z qo‘llari bilan yasashni o‘rgatish, ishni raqamli texnika va texnologiyalar asosida tashkil etish hamda boshqarish bo‘yicha dastlabki bilim va tushunchalarni shakllantirish.

**Tarbiyaviy maqsad:** o‘z oldiga aniq maqsad qo‘yishi, unga erishish uchun nimalarga e‘tibor berish kerakligini aniqlab olishi, zamonaviy texnika va texnologiyalar, asbob-uskuna va moslamalardan foydalana olish, ishlarni raqamli texnika va texnologiyalar asosida tashkil etish hamda boshqarish, sodda ko‘rinishdagi buyumlar yasash yoki ularni loyihalashtirish bo‘yicha hayotiy kompetensiyalarga ega bo‘lish.

**Rivojlantiruvchi maqsad:** mashaqqatlarni yengishga bo‘lgan qattiq ishonch, mustahkam iroda, tirishqoqlik, g‘ayrat-shijoat, o‘z qobiliyatini namoyon eta olish kabi xislatlarga ega bo‘lish, kelajak hayotlarida muhim o‘rin egallaydigan amaliy mehnat faoliyatiga tayyorgarlik ko‘rishida, o‘zlari 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, muloqotda o‘zidan kattalarga hurmat, kichiklarga izzat ko‘rsata olish.

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

o‘zining qiziqishlariga ko‘ra qobiliyatlarini namoyon qila olish, shaxsiy gigiyena va texnika havfsizligi qoidalariga rioya qilish.

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

**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 ephil-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. Uygaz vazifani so‘rash:** a) Savol – javob o‘tkazish. b) Topshiriqlarni tekshirish.

**III. Yangi mavzu bayoni:**

Ziravor– taomlarga lazzat kirituvchi va xushbo‘ylik beruvchi, taomni mineral tuzlar bilan boyituvchi o‘simlik yoki kimyoviy (organik va mineral) qo‘shimchalar. Ko‘pgina ziravorlar taomga qo‘shimcha lazzat berish bilan birga, uning to‘yimlilikini ham oshiradi. O‘zbek pazandachiligida ko‘p ishlatiladigan ziravorlarga qalampirmunchoq, zanjabil, kardamon, dafna yaprog‘i, murch, qalampir, zira, za‘faron, zarchava, sedana, kashnich doni, vanil, tuz, sirka, xantal, anor suvi, limon kislotasi va har xil souslar kiradi. Har bir ziravor o‘ziga xos maza va ta‘mga ega. Ta‘mi achchiq. Tabiiy va quritilgan holda ishlatiladi. Metabolizmni tezlashtiradi, yog‘ qatlamlarini parchalaydi, hazm qilishni yaxshilaydi. O‘simlik holida ham, ziravor holida ham ishlatiladi. Ishtahani yaxshilaydi, immunitet tizimini tiklaydi, tanani quvvatga to‘ldiradi. Ta‘mi achchiq. Don va maydalangan holida ishlatiladi. Ortiqcha kaloriyani parchalaydi, oziq-ovqat mahsulotlarining organizmga singishini yengillashtiradi, isituvchi xususiyatga ega.



Dolchin



Zanjabil



Qora murch



Zira

**IV. Yangi mavzuni mustahkamlash:**

1. Ziravorlar tarkibiga nimalar kiradi?

2. Ziravorlarning qanday turlarini bilasiz, ularni kundalik hayotda qanday ishlatasiz?

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

**VI. Uygaz 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 iqtidorli o'quvchilarga 34 soatli to'garakni to'liq holda olish uchun telegramdan yozing.***



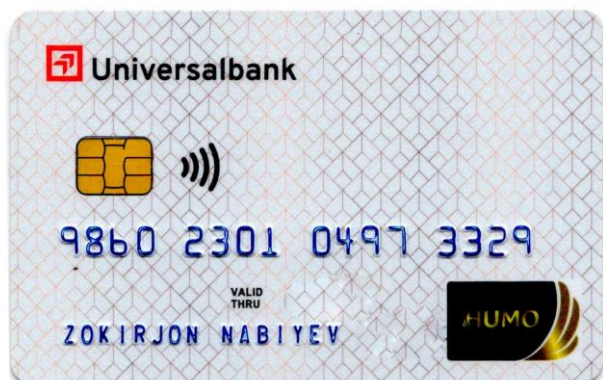
**Narxi: 20 ming so'm**

**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 gruppalarga tarqatmang.

**OMONATGA**

**HIYONAT QILMANG.**