



_____ *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
6-sinflar uchun
“Mohir qo'llar” nomli

TO'GARAK
HUJJATLARI

To'garak a'zolari haqida ma'lumot

№	Familiya ismi va sharifi	Tug'ilgan sanasi	Sinfi	Manzili (to'liq)	Ota-onasi (Ismi sharifi)	Telefon (uy yoki mobil)	Izoh
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 yili uchun tuzilgan “Mohir qo‘llar” nomli to‘garagining
ISH REJASI**

№	Yillik ish reja mavzulari	Soat	Sana	Izoh
1.	Ovqatlanish ratsioni oziq-ovqat mahsulotlarining ozuqaviy qiymati	1		
2.	Oshpazlik mutaxassisligi haqida ma’lumot	1		
3.	Taom tayyorlashning xavfsizlik texnikasi va sanitariya-gigiyena qoidalari	1		
4.	Pazandachilik xonalari uchun sanitariya-gigiyena talablari	1		
5.	Ovqatlanish ratsioni oziq-ovqat mahsulotlarining ozuqaviy qiymati	1		
6.	Dasturxon tuzash	1		
7.	Tushlik dasturxonini tayyorlash qoidalari	1		
8.	Tushlik uchun dasturxon tuzash	1		
9.	Sut va sut mahsulotlari turlari	1		
10.	Sut mahsulotlari sifatiga bo‘lgan talablar, saqlanishi va muddati	1		
11.	Takrorlash	1		
12.	Un va don mahsulotlari. Ularning ozuqaviy qiymati. Ularning sifatini aniqlash va saqlash tartibi	1		
13.	Donlar tarkibidagi oziq moddalar miqdori	1		
14.	Makaron mahsulotlarining turlari	1		
15.	Milliy taomlar tayyorlash	1		
16.	Tushlik dasturxonini uchun tayyorlash texnologiyasi	1		
17.	Parhez	1		
18.	Dasturxon, salfetka-sochiqlarning turlari	1		
19.	Salfetka-sochiqlarni saqlash va yuvish	1		
20.	Parhez taomlar tayyorlash texnologiyasi	1		
21.	Jun gazlamalari	1		
22.	Ipak gazlamalari	1		
23.	Jun va ipak tolalarning xossalari	1		
24.	Gazlamalarning to‘qilishi	1		
25.	Atlas va satin to‘qish	1		
26.	Takrorlash	1		
27.	Furnitura turlari	1		
28.	Tugma qadash	1		
29.	Takrorlash.	1		
30.	Tikuv mashinasining ignasi	1		
31.	Tikuv mashina ignasini o‘rnatish tartibi	1		
32.	Ikki va uch uchli tikuv mashinasi ignasi	1		
33.	Tikuv mashinasida ishlatiladigan kichik mexanik vositalar	1		
34.	Tikuv mashinasidagi mayda nosozliklarni tuzatish	1		
35.	Tikuv mashinasidagi qo‘sh chok ichki chok	1		

	namunasini tayyorlash			
36.	Tikuv mashinasida choklarni bajarish texnologiyasi	1		
37.	Tikuv buyumlarini tikishda mashinada bajariladigan ishlar	1		
38.	Tikuv mashinalari vazifasiga kora turlari	1		
39.	Beldan kiyiladigan kiyim turlari	1		
40.	To'g'ri bichimli yubka chizmasi	1		
41.	Ikki chokli to'g'ri bichimli yubkalarni modellashtirish	1		
42.	Gazlama ustiga andazani joylashtirish. Yubkani bichish	1		
43.	Yubkaga belbog' o'tqazish	1		
44.	Yubkani bezash va oxirgi ishlov berish	1		
45.	Zardo'zlik san'ati	1		
46.	Zardo'zlikda ishlatiladigan asbob-uskunalar	1		
47.	Zar ipni o'rash	1		
48.	Zamindo'zi yoki guldo'zi usulida tikish	1		
49.	Nozmunchoq to'qish uchun zarur xomashyo va moslamalar	1		
50.	Nozmunchoqdan gul, geometrik va boshqa shakllar to'qish	1		
51.	Sumkaning turlari	1		
52.	Sumkaga andaza tayyorlash va bichish	1		
53.	Gazlamadan bezak tayyorlash turlari	1		
54.	Applikatsiyani ko'chirish	1		
55.	Xonani tozalash hamda namlikni saqlash	1		
56.	Artel" kompaniyasi tomonidan ishlab chiqarilayotgan konditsioner turlari	1		
57.	Oilaviy xarajatlarni hisoblash	1		
58.	Oziq-ovqat xarajatlari va ularni iqtisod qilish yo'llari	1		
59.	Maishiy kimyoviy vositalar	1		
60.	Kimyoviy qurollar	1		
61.	Xavfli maishiy moddalar bilan bog'liq hodisalarning oldini olishda qo'llaniladigan xavfsizlik choralari	1		
62.	Taomlar tayyorlash texnologiyasi	1		
63.	Stanoklar va ulardan foydalanish	1		
64.	Zardo'zlikda ishlatiladigan naqsh turlari	1		
65.	Oziq-ovqatlarning ozuqaviy qiymati	1		
66.	Oziq-ovqat maxsulotlarida oqsillar	1		
67.	O'smirning bir kunlik ovqatlanish ratsionini aniqlash	1		
68.	Don maxsulotlari turlari	1		

Sana: “ ” _____ 20__-yil. Sinflar: _____ To‘garak rahbari: _____

Mavzu: Ovqatlanish ratsioni. oziq-ovqat mahsulotlarining ozuqaviy qiymati.

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:

Axborotlar bilan ishlash kompetensiyasi:

yog‘ochning fizikaviy xossalari, yog‘och turlarining xususiyatlari, duradgorlikda ishlatiladigan yelimlar va bo‘yoqlar turlari, xususiyatlariga oid manbalaridan foydalana olish.

O‘zini o‘zi rivojlantirish kompetensiyasi:

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

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:

Ovqatlanish— organizm ish faoliyatini ta‘minlash, salomatligi va ish qobiliyatini saqlab turish uchun zarur oziq moddalarni o‘zlashtirish jarayoni. Kishi rejim bilan to‘g‘ri ovqatlansa, kasalliklarga kamroq chalilib, ularni oson yengadi. Ovqatlanish jarayonida organizm hayot faoliyati uchun muhim oziq moddalar (oqsil, yog‘, uglevod, vitaminlar, mineral tuzlar)ni olib turadi. Ularni o‘zlashtirish jarayonida organizmning energiyaga bo‘lgan ehtiyoji qondirib boriladi. Oziq-ovqat mahsuloti organizmda o‘zlashtirilganida ajralib chiqadigan energiya miqdori shu mahsulotning kaloriyasidir. Mehnat faoliyati xarakterini hisobga olgan holda ovqat ratsionini to‘g‘ri tuzish uchun ovqatlanish sohasidagi mutaxassis olimlar kishilarni 4 guruhga bo‘lishadi.

mexanizatsiyalashtirilgan korxonada
xodimlari va jismoniy zo‘riqmasdan
ishlovchi xodimlar: hamshira,
sanitarka, sotuvchi, aloqachi, tikuvchi,
avtomatlashtirilgan jarayonlarda band
ishchi va boshqalar;

jismoniy kuch sarf qilmaydigan yoki kam
jismoniy kuch sarflab ishlaydigan kishilar:
aqliy mehnat xodimlari, ishda asabiga
zo‘r keladigan xodimlar; boshqarish
pultlari xodimlari: dispetcherlar, barcha
xizmatchilar;

Don, dukkaklilar, kartoshka va boshqalar organizmni oqsillar bilan ta‘minlovchi qimmatli va muhim manbadir. Go‘sht va baliqda bo‘ladigan azotli ekstraktiv moddalar ovqatlanishda juda muhim ahamiyatga ega.

Normal hayot faoliyati uchun zarur energiyaning yarmidan ko‘prog‘ini odam organizmi uglevodlardan oladi. Ular, asosan, o‘simliklardan oldinadigan mahsulotlarda bo‘ladi. Uglevodlar non, yormalar, kartoshkada kraxmal va qand holida, qandolat mahsulotlari, shirin mevalarda esa qand holida ko‘p uchraydi.

IV. Yangi mavzuni mustahkamlash:

1. Ovqatlanish nima?

2. Uglevodlar odam organizmi uchun qanchalik zarur?

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: Oshpazlik mutaxassisligi haqida ma’lumot.

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.

Ijtimoiy faol fuqarolik kompetensiyasi:

o‘zining fuqarolik burch va huquqlarini bilish.

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:

Yog‘lar organizmni energiya bilan ta’minlab turuvchi tayyor yonilg‘i materialidir. Ular organizm tomonidan oqsillar, ba’zi mineral tuzlar, shuningdek, yog‘da eriydigan vitaminlarning normal o‘zlashtirilib borishi uchun ham zarur. Ovqat ratsionida yog‘lar bo‘lishi taomning mazasini yaxshilaydi va ishtahani ochadi. Yog‘larga bo‘lgan ehtiyojning qondirilishi yog‘ning turi va sifatiga bog‘liq. Hayvon va o‘simlik yog‘lari bir-birining o‘rnini bosa oladi. Ovqat ratsionidagi yog‘lar me‘yori odamlarning yoshi, mehnat faoliyati va iqlimiy xususiyatlarga qarab belgilanadi. O‘zbekiston aholisi uchun taklif etilgan ovqat me‘yorlarida kaloriyalarning 30 % ini yog‘lar hisobiga qondirish ko‘zda tutilgan. Oziq moddalarning organizmda sarflanishida energiya hosil qilmasa ham, suvsiz hayot bo‘lmaydi. Ovqat ratsionida zarur miqdorda suyuqlik bo‘lsa, ovqatning hajmi (og‘irligi) kerakli darajaga yetadi va to‘yanlik hissi vujudga keladi. Suvga bo‘lgan kunlik ehtiyoj gavda og‘irligining har 1 kg vazniga 35—40 ml ni, ya’ni taxminan 2,5 lni tashkil etadi.

mehnat sharoitlari qisman mexanizatsiyalashtirilgan korxonalar va xizmat ko‘rsatish sohasida ancha jismoniy kuch sarflab ishlaydigan xodimlar: dastgohchilar, to‘quvchi, poyabzalchi, metro poyezdi va avtobus haydovchilari, umumiy ovqatlanish korxonalari xodimlari;

yarim mexanizatsiyalashtirilgan yoki mexanizatsiyalashtirilmagan korxonalarda o‘rtacha og‘ir va og‘ir mehnat qiladigan xodimlar: kon ishchilari, shaxtyorlar, yuk avtomobillari haydovchilari, metallurklar, temirchilar, qishloq xo‘jaligi xodimlari va mexanizatorlar, yog‘och tayyorlashda band bo‘lgan ishchilar va boshqalar.

IV. Yangi mavzuni mustahkamlash:

1. Shifobaxsh profilaktik ovqatlarga nimalar kiradi?

2. O‘smirning bir kunlik ovqatlanish ratsioni qanday bo‘lishi kerak?

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: 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 ephil-u, kim chaqon”, “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

*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

75 listdan iborat texnologiya fanidan 6-sinf o‘quvchilarga 68 soatli to‘garakni to‘liq holda olish uchun telegramdan yozing.



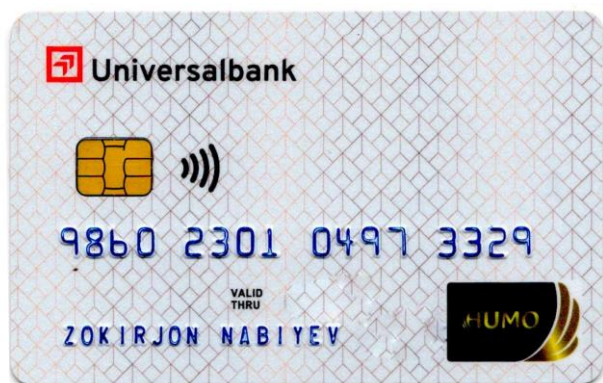
Narxi: 30 ming so‘m

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.