

KICHIK MAKTAB YOSHIDAGI QIZ BOLALAR UCHUN ERGONOMIK TALABLAR

Hasanova Marjona Elbek qizi

Gafurova Nigora Tuymuradovna

Buxoro Davlat Texnika Universiteti magistiri

Buxoro Davlat Texnika Universiteti dotsenti

hasanovamarjona36@gmail.com

Annotatsiya: Maqolada hozirgi kunda kiyimga qoyiladigan muhim talablardan biri ergonomik talab asosida kichik maktab yoshidagi qiz bolalar kiyimini takomillashtirish, bolalar tanasining anatomik-fiziologik va psixologik xususiyatlari asosida kiyimning qulayligi, harakat erkinligi, xavfsizligi va sog'liq uchun foydaliligi kabi muhim omillar tahlil qilingan. Kiyimning konstruksiyasi, ishlatiladigan materiallar va dekorativ elementlarning bola organizmiga ta'siri o'rganilgan. Shuningdek, boshlang'ich maktab yoshidagi bolalarning dinamik mosligi va eng ko'p qiladigan harakatlari o'rganib chiqilgan. Maqola yakunida ergonomik talab asosida kichik maktab yoshidagi bolalar kiyimlarini loyihalashga doir taklif va tavsiyalar berilgan.

Kalit so'z: bolalar kiyimi, qulaylik, harakat erkinligi, anatomo-fiziologik xususiyatlar, psixologik qulaylik, yoshga mos kiyim, xavfsizlik, harakat dinamikasi.

Bolalar kiyimi har bir oilaning kundalik hayotida ajralmas qismidir. Kiyinish – bu nafaqat har bir insonning tashqi ko'rinishini, balki uning salomatligi va ruhiy holatini ham aks ettiradi. Xususan, bolalar uchun kiyimlar to'g'risida gapiradigan bo'lsak, ularning ehtiyojlari va tanlovlari kattalarga qaraganda o'ziga xos va ko'p jihatdan farqlidir. Kichik yoshdagi bolalar tez o'sib boradigan bo'lgani uchun, ularning kiyimlari nafaqat qulay va estetik jihatdan yoqimli bo'lishi, balki turli iqlim sharoitlariga mos kelishi ham zarur. Kichik maktab yoshidagi bolalar kiyimining assortimenti turli xil kategoriyalarga, dizayn va materiallarga qarab to'planishiga imkon beradi. Bugungi kunda bozorlar, do'konlar va onlayn platformalarda bolalar kiyimlari assortimenti juda keng, bu esa ota-onalarga ko'plab variantlarni tanlash imkoniyatini beradi

Boshlang'ich ta'lim tarbiyani insonparvarlashtirish uni yangilash jarayonining asosi hisoblanadi. Olimlar, amaliyotchi mutaxassislarining tobora ko'proq qismi kichik maktab yoshdagi bolalarni jismoniy tarbiyalash tizimi shaxsga majmuali, insoniy ta'sir o'tkazishi, har bir bolaning muntazam va imkon qadar to'la jismoniy rivojlanish huquqi amalga oshirilishini ta'minlashi kerak, degan xulosaga kelmoqdalar. Bolalarni o'rab

turgan muhit o'zgarib bormoqda. Oddiy, sodda o'yinlar o'rniga kompyuter o'yinlari kirib keldi.

Ergonomika (yunoncha: — ish, mehnat va — qonun) — kishi (kishilar guruhi)ni ishlab chiqarish faoliyati sharoitlari bilan bog'liq holda kompleks o'rganadigan fan; mehnat qurollari, sharoitlari va jarayonlarini takomillashtirish maqsadlarida inson, texnika, ishlab chiqarish muhitining o'zaro ta'siri va aloqalarini tadqiq etadi. Qadimdan mukammal mehnat qurolini ixtiro qilish, mehnat jarayonida inson organizmi holatini o'rganish biror ishini bajarish uchun eng maqbul sharoitlar yaratish maqsadlari bilan bog'liq bo'lgan. Insonning mehnat faoliyata uchun ent o'ng'ay mehnat qurollari, eng qulay mehnat sharoitlari yaratish yo'lidagi dastlabki qadamlar 20-asr bo'sag'asida boshlandi

Kiyim inson tanasining 80% ni qoplab, unda psixofiziologik taassurot (kayfiyat, toliqish xususiyati, issiqlik, suvuqlik, qulaylik va h.k) uyg'otadi.

Kiyim konstruksiyasining sifatini aniqlashda “qulay” va “komfort” degan tushunchalar yotadi. Shu bois inson – kiyim tizimini baholashda aniqroq standart ko'rsatkicglari qo'llaniladi: ergonomik, antropometrik, psixofiziologik [1].

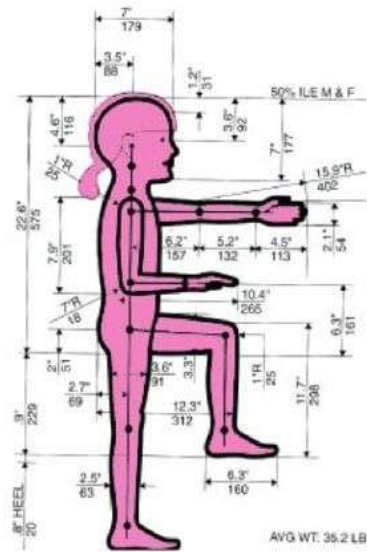
Ergonomik talablar — bu antropometrik, gigiyenik va psixofiziologik talablar majmuasini o'z ichiga oladi.

Antropometrik talablar kiyimning bolalar tanasining o'lchami, shakli, proporsiyalari, turli yosh guruhlariga xos tana tuzilishiga hamda bajariladigan harakatlar xarakteriga mos kelishini ta'minlashga qaratilgan. Ayniqsa, kiyimning eng harakatchan qismlaridan biri bo'lgan yeng qismiga katta e'tibor berish zarur. Noqulay kiyim bolalarni faollikdan mahrum qiladi, harakatiga xalal beradi, harakatlarni cheklaydi. Juda tor kiyim bolalar organizmining o'sishi va rivojlanishiga salbiy ta'sir ko'rsatadi — qon aylanishini buzadi, teri sathini shikastlaydi.

Ushbu yosh guruhidagi bolalarda gavda proporsiyalarining o'zgarishi bilan kiyim shakli va bel chizig'ining joylashuvi ham o'zgartirilishi lozim, 7–8 yoshli qizlar uchun kiyimlarda bel chizig'idan pastga qarab kengayuvchi erkin to'g'ri siluetlar xarakterlanadi, 9–10 yoshli qizlar uchun esa bel chizig'i bo'yicha yarim yopishgan (ya'ni yarim mos tushuvchi), pastki qismi keng va yuqori qismi erkin bo'lgan siluetlar ustunlik qiladi. Yengil ko'ylaklar odatda bel chizig'i bo'yicha kesilgan holda tayyorlanadi. Bunday yechimning varianti sifatida old qismi butun kesimda, yon tomonlari va orqa qismi esa alohida tikilgan ko'ylak bo'lishi mumkin. Bel chizig'i joylashgan joyida belbog' bilan ajratib ko'rsatish mumkin.

Bu yoshdagi qizlar uchun deyarli to'g'ri, erkin shakldagi siluetlar ham mos keladi (masalan, to'g'ri kesilgan bluzka va buklama yoki yig'ma yubkadan iborat kiyimlar kombinatsiyasi).

O'zgarib borayotgan proporsiyalar bel chizig'ini pastroq qilib turli detallar — qopqoqchalar, belbog'lar, tutqichlar, planlar bilan ajratib ko'rsatish imkonini beradi, shuningdek, tikuv, bezak lentalari yoki boshqa elementlar bilan bezatish mumkin [2].



1-rasm

Maktab formasi loyihalashtirilayotganda o'quvchilarga xos harakatlar doirasini hisobga olish muhimdir. Bu harakatlar nafaqat ularning kundalik jismoniy faolligining bir qismi, balki ularning ijtimoiy o'zaro ta'siri uchun ham ajralmas jihat hisoblanadi. Bu holatni tushunish forma dizaynida bolalarning faol hayot tarziga mos keladigan, shu bilan birga ularning qulayligi, funksionalligi va estetik ko'rinishini saqlab qoladigan kiyim yaratishga yordam beradi.

Masalan, shimlar va yubkalar uchun qulay elastik bel qismi mo'ljallangan bo'lishi maqsadga muvofiq, u o'tirishda cho'ziladi va noqulaylik tug'dirmaydi. Elastik tolali yumshoq matolar yoki trikotaj materiallar harakatni cheklamaslik va qulaylikni ta'minlashga yordam beradi. Shuningdek, shimlarning o'tirish balandligiga qo'shimcha hajm qo'shish, bel va son aylanasi yetarlicha erkinlik berish tavsiya etiladi.

Ko'ylak va bluzkalar uchun yeng va qo'ltiq qismlari bolaga erkin harakatlanish, egilish, cho'zilish va qo'llarini ko'tarish imkonini berishi kerak. Buni amalga oshirish uchun orqa uzunligiga va qo'ltiq kengligiga dinamik qo'shimchalar kiritiladi. O'lchov natijalarini tizimli tahlil qilib, ushbu omillarni maktab formasini loyihalashda inobatga olgan holda, kiyim ishlab chiqaruvchilar maktab formasining ergonomik xususiyatlarini sezilarli darajada yaxshilashlari mumkin. Bunday yondashuv forma faqat tashqi ko'rinish jihatidan chiroyli bo'lishini emas, balki butun o'quv kuni davomida bolalarning o'zini qulay his etishini ham ta'minlaydi.

Yapon olimlarining tadqiqotlari shuni ko'rsatadiki, siquvchi kiyim kiyilganda qo'l va oyoq haroratining oshishi kuzatiladi. Kiyim tomonidan tananing siqilishi

teridagi nerv uchi ta'sirlanishiga olib keladi va bu holat tananing haroratni boshqarish mexanizmini o'zgartiradi.

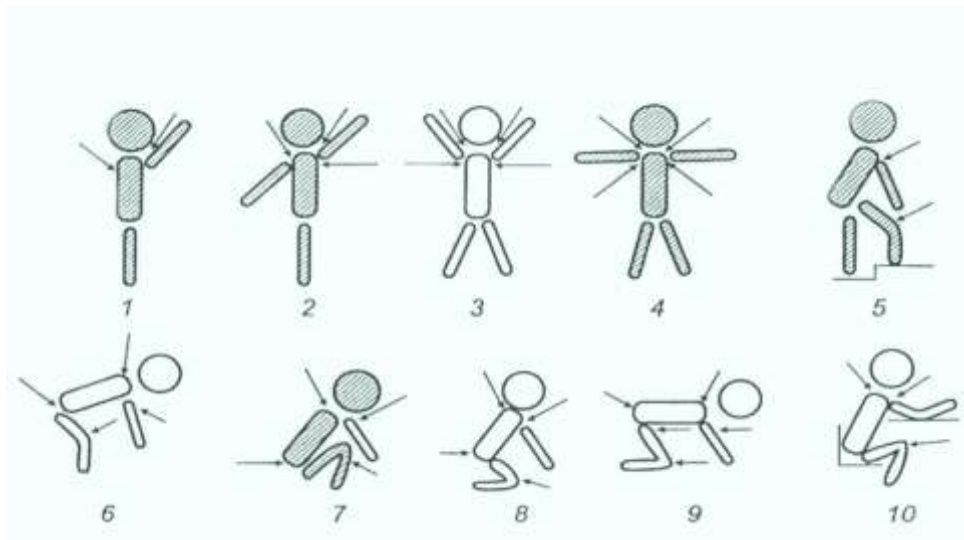
Tikuv buyumlari konstruksiyasining sifatini baholashda eng ko'p qo'llaniladigan tushunchalar bu "qulaylik" va "komfort" hisoblanadi. Statik moslik — bu kiyim konstruksiyasining o'lcham va shakl jihatidan optimal bo'lishini aniqlash uchun boshlang'ich nuqtadir. Biroq, bolalar odatda harakatda bo'lganliklari uchun, kiyim sifatini baholashda dinamik moslik ko'rsatkichlari muhimroq ahamiyat kasb etadi. Bu masala bir nechta variantlarni ko'rib chiqib, ularni solishtirish va eng yaxshisini tanlashni talab qiladi.

Bolalar harakatlarining dinamik mosligini aniqlash uchun eng xarakterli harakat va holatlar tanlab olingan. Barcha harakatlar ikki asosiy guruhga ajratilgan: tik turgan holatda bajariladigan harakatlar va o'tirgan holatda bajariladigan harakatlar.

Yuqori oyoq-qo'l harakatlari juda xilma-xildir, lekin asosan tirsak bo'g'imida bukish va yozish, yelka bo'g'imida oldinga-orqaga va yon tomonga harakatlantirish kabilarni o'z ichiga oladi. Pastki oyoq harakatlari esa quyidagilarni o'z ichiga oladi:

- tayanch funksiyasi bilan bog'liq harakatlar;
- oyoqning amortizatsion funksiyasini bajarish orqali amalga oshiriladigan harakatlar;
- yurish, yugurish va sakrashdagi harakatlar.

Tana harakatlari — bu oldinga, orqaga va yon tomonga egilish va yozilish kabi harakatlarni o'z ichiga oladi.



2 - rasm. Eng ko'p uchraydigan dinamik harakatlar

Bolalar tomonidan ichki va tashqi sharoitda bajariladigan harakatlar orasidan eng tipiklari tanlab olingan. Ergonomik sxemada ko'rsatilganidek, bolalar orasida qo'l harakatlari eng xilma-xil hisoblanadi. Masalan, qo'lni oldinga va yuqoriga ko'tarishda

(1, 2, 5 va 6-harakatlar) yeng harakatlanadi va natijada yeng bilan tutashgan orqa va old qismlar yuqoriga ko'tarilib, deformatsiyaga uchraydi.

Bu ayniqsa, qorin qismi biroz oldinga chiqib turgan kichik maktab yoshdagi bolalarda yaqqol ko'zga tashlanadi. Ushbu yoshdagi bola o'yin bilan band bo'lganida, ular ko'pincha "cho'kkalab o'tirish" va "o'tirish" holatida bo'ladi. Shuning uchun faqat kiyimning yuqori qismi emas, balki patki qismi, uning deformatsiyasi va tananing mos qismlariga bosim ko'rsatishini hisobga olinish zarur.

Ergonomik sxemalardan ko'rinib turibdiki, asosan orqa qism, qo'ltiq-yeng tuguni, hamda shimning old va orqa qismlari deformatsiyaga uchraydi va harakatlanadi. Bu jarayonda orqa qismga kiyimning bosimi doimiy kuzatiladi, pastki oyoq-qo'l (ya'ni oyoqlarga) bosim esa bola holatiga qarab farqlanadi.

Masalan, bola o'tirgan yoki tizzasida turgan holatda bo'lsa (8, 9 va 10-harakatlar), shim tizzada deformatsiyalanadi va aynan shu sohada eng kuchli bosim yuzaga keladi.

Shu boisdan ham, muayyan turdagi kiyim uchun xarakterli bolalar harakatlarini hisobga olgan holda ularning real faoliyatini modellashtiruvchi ergonomik tadqiqotlar o'tkazilishi juda muhimdir. Bu harakatlarni aniqlash va tahlil qilish uchun kerak.

Kichik maktab yoshidagi qiz bolalar uchun kiyimlarni loyihalashda ergonomik talablarga amal qilish ularning jismoniy rivojlanishi, psixologik qulayligi va kundalik faoliyatini to'laqonli amalga oshirishi uchun muhim omil hisoblanadi. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, bolalar organizmining anatomo-fiziologik xususiyatlari, gavda proporsiyalarining tez o'zgarishi, yuqori darajadagi harakat faolligi, shuningdek, o'yin va o'qish jarayonidagi dinamik holatlar kiyim konstruksiyasi va materiallarga alohida yondashuvni talab qiladi. Ayniqsa, kiyimning yeng, bel qismi, qo'ltiq tuguni va pastki detallarining harakat davridagi deformatsiyasi bolalarning harakat erkinligiga sezilarli ta'sir ko'rsatadi.

Ergonomik tahlillar natijasida aniqlanishicha, bolalarning eng ko'p bajaradigan harakatlari — qo'lni ko'tarish, bukish, o'tirish, cho'kkalash, yugurish va sakrash kabi dinamik holatlar kiyimning moslashuvchanligini ta'minlash uchun qo'shimcha erkinliklar, elastik elementlar va yumshoq strukturali materiallardan foydalanishni talab etadi. Shu bois, kichik maktab yoshidagi qiz bolalar kiyimini loyihalashda antropometrik moslik, gigiyenik talablarga rioya qilish, psixofiziologik qulaylikni ta'minlash, xavfsizlikka doir omillarni inobatga olish va bolalarning real harakat faoliyatini modellashtirgan holda konstruksion yechimlar yaratish zarur. Ergonomik yondashuv asosida ishlab chiqilgan kiyimlar nafaqat bolalarning sog'lom rivojlanishiga, balki o'qish jarayonidagi faollik va o'ziga ishonchini oshirishga xizmat qiladi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR:

1. X.X. Kamilova, N.K. Xamrayeva “Tikuv buyumlarini konstruksiyalash” 2011.
2. Е.М. Гнеушева, Т.В. Кваскова, М.В. Родичева, А.В. Абрамов Конструирование одежды. Конструирование и технология изготовления детской одежды 2010: 18-с
3. Рахимова Н.Ш., Шарипова Д.А. *Эргономические требования к проектированию детской одежды.* — Ташкент: ТИТЛУ, 2020.
4. Юсупова Г.Т. *Конструирование и технология изготовления детской одежды.* — Ташкент: Фан ва технология, 2019.