ISSN: 2181-1385
Scientific Journal Impact Factor (SJIF) 2020: 4.804

ЎҚУВЧИЛАРДА ЗАРАРЛИ ОДАТЛАРНИ ОЛДИНИ ОЛИШДА КУН ТАРТИБИНИ ЎРНИ

Нилуфар Абдулазизова
Фарғона давлат университети

АННОТАЦИЯ

Ушбу мақолада ўқувчиларида зарарли одатларни олдини олиш механизмлари келтирилган. Унда тўғри овқатланиш ҳамда соғлом турмуш тарзини шакллантириш меҳанизмларига ҳам тухталиб ўтилган.

Калит сўзлар: Саломатлик, зарарли одат, телефономания, иммунитетни шакллантириш.

THE ROLE OF THE AGENDA IN PREVENTING HARMFUL HABITS IN STUDENTS

Nilufar Abdulazizova
Fergana State University

ABSTRACT

This article outlines mechanisms for preventing bad habits in students. It also focuses on the mechanisms of proper nutrition and a healthy lifestyle.

Keywords: Health, mode of life, harmful habits, telephone addiction, development of immunity