SCIENCE
PROBLEMS.UZ

ISSN 2181-1342

Actual problems of social and humanitarian sciences
Актуальные проблемы социальных и гуманитарных наук

Ijtimoiy-gumanitar fanlarning dolzarb muammolari

Jild 3, Son S/8
2023

ISSN: 2181-1342 (Online)
Сайт: https://scienceproblems.uz
DOI: 10.47390/SPR1342V3SI8Y2023

SCIENCEPROBLEMS.UZ

ИЖТИМОИЙ-ГУМАНИТАР ФАНЛАРНИНГ ДОЛЗАРБ МУАММОЛАРИ

№ S/8 (3)-2023

АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ СОЦИАЛЬНО-ГУМАНИТАРНЫХ НАУК

ACTUAL PROBLEMS OF HUMANITIES AND SOCIAL SCIENCES

ТОШКЕНТ-2023

БОШ МУҲАРРИР:

Исанова Феруза Тулқиновна

ТАҲРИР ҲАЙЪАТИ:

07.00.00-ТАРИХ ФАНЛАРИ:

Юлдашев Анвар Эргашевич – тарих фанлари доктори, сиёсий фанлар номзоди, профессор, Ўзбекистон Республикаси Президенти ҳузуридаги Давлат бошқаруви академияси;

Мавланов Уктам Махмасабирович – тарих фанлари доктори, профессор, Ўзбекистон Республикаси Президенти ҳузуридаги Давлат бошқаруви академияси;

Хазраткулов Аброр – тарих фанлари доктори, доцент, Ўзбекистон давлат жаҳон тиллари университети.

08.00.00-ИҚТИСОДИЁТ ФАНЛАРИ:

Карлибаева Рая Хожабаевна – иқтисодиёт фанлари доктори, профессор, Тошкент давлат иқтисодиёт университети;

Худойқулов Садирдин Каримович – иқтисодиёт фанлари доктори, доцент, Тошкент давлат иқтисодиёт университети;

Азизов Шерзод Ўктамович – иқтисодиёт фанлари доктори, доцент, Ўзбекистон Республикаси Божхона институти;

Арабов Нурали Уралович – иқтисодиёт фанлари доктори, профессор, Самарқанд давлат университети;

Холов Актам Хатамович – иқтисодиёт фанлари бўйича фалсафа доктори (PhD), доцент, Ўзбекистон Республикаси Президенти ҳузуридаги Давлат бошқаруви академияси;

Шадиева Дилдора Хамидовна – иқтисодиёт фанлари бўйича фалсафа доктори (PhD), доцент в.б, Тошкент молия институти;

Шакаров Қулмат Аширович – иқтисодиёт фанлари номзоди, доцент, Тошкент ахборот технологиялари университети

09.00.00-ФАЛСАФА ФАНЛАРИ:

Ҳакимов Назар Ҳакимович – фалсафа фанлари доктори, профессор, Тошкент давлат иқтисодиёт университети;

Яхшиликов Жўрабой – фалсафа фанлари доктори, профессор, Самарқанд давлат университети;

Ғайбуллаев Отабек Мухаммадиевич – фалсафа фанлари доктори, профессор, Самарқанд давлат чет тиллар институти;

Ҳошимхонов Мўмин – фалсафа фанлари доктори, доцент, Жиззах педагогика институти;

Носирходжаева Гулнора Абдукаххаровна – фалсафа фанлари номзоди, доцент, Тошкент давлат юридик университети;

Турдиев Бехруз Собирович – фалсафа фанлари бўйича фалсафа доктори (PhD), доцент, Бухоро давлат университети.

10.00.00-ФИЛОЛОГИЯ ФАНЛАРИ:

Ахмедов Ойбек Сапорбаевич – филология фанлари доктори, профессор, Ўзбекистон давлат жаҳон тиллари университети;

Кўчимов Шухрат Норқизилович – филология фанлари доктори, доцент, Тошкент давлат юридик университети;

Салахутдинова Мушарраф Исамутдиновна – филология фанлари номзоди, доцент, Самарқанд давлат университети;

Кучкаров Рахман Урманович – филология фанлари номзоди, доцент в/б, Тошкент давлат юридик университети;

Юнусов Мансур Абдуллаевич –филология фанлари номзоди, Ўзбекистон Республикаси Президенти ҳузуридаги Давлат бошқаруви академияси;

Саидов Улугбек Арипович – филология фанлари номзоди, доцент, Ўзбекистон Республикаси Президенти ҳузуридаги Давлат бошқаруви академияси.

12.00.00-ЮРИДИК ФАНЛАР:

Ахмедшаева Мавлюда Ахатовна – юридик фанлар доктори, профессор, Тошкент давлат юридик университети;

Мухитдинова Фирюза Абдурашидовна – юридик фанлар доктори, профессор, Тошкент давлат юридик университети;

Эсанова Замира Нормуротовна – юридик фанлар доктори, профессор, Ўзбекистон Республикасида хизмат кўрсатган юрист, Тошкент давлат юридик университети;

Ҳамроқулов Баҳодир Мамашарифович – юридик фанлар доктори, профессор в.б., Жаҳон иқтисодиёти ва дипломатия университети;

Зулфиқоров Шерзод Хуррамович – юридик фанлар доктори, профессор, Ўзбекистон Республикаси Жамоат хавфсизлиги университети;

Хайитов Хушвақт Сапарбаевич – юридик фанлар доктори, профессор, Ўзбекистон Республикаси

Президенти ҳузуридаги Давлат бошқаруви академияси;

Асадов Шавкат Ғайбуллаевич – юридик фанлар доктори, доцент, Ўзбекистон Республикаси Президенти ҳузуридаги Давлат бошқаруви академияси;

Утемуратов Махмут Ажимуратович – юридик фанлар номзоди, профессор, Тошкент давлат юридик университети;

Сайдуллаев Шахзод Алиханович – юридик фанлар номзоди, профессор, Тошкент давлат юридик университети;

Ҳакимов Комил Бахтиярович – юридик фанлар доктори, доцент, Тошкент давлат юридик университети;

Юсупов Сардорбек Баходирович – юридик фанлар доктори, доцент, Тошкент давлат юридик университети;

Амиров Зафар Актамович – юридик фанлар бўйича фалсафа доктори (PhD), Ўзбекистон Республикаси Судьялар олий кенгаши ҳузуридаги Судьялар олий мактаби;

Жўраев Шерзод Юлдашевич – юридик фанлар номзоди, доцент, Тошкент давлат юридик университети;

Бабаджанов Атабек Давронбекович – юридик фанлар номзоди, доцент, Тошкент давлат юридик университети;

Раҳматов Элёр Жумабоевич - юридик фанлар номзоди, Тошкент давлат юридик университети;

13.00.00-ПЕДАГОГИКА ФАНЛАРИ:

Хашимова Дильдархон Уринбоевна – педагогика фанлари доктори, профессор, Тошкент давлат юридик университети;

Ибрагимова Гулнора Хавазматовна – педагогика фанлари доктори, профессор, Тошкент давлат иқтисодиёт университети;

Закирова Феруза Махмудовна – педагогика фанлари доктори, Тошкент ахборот технологиялари университети ҳузуридаги педагогик кадрларни қайта тайёрлаш ва уларнинг малакасини ошириш тармоқ маркази;

Тайланова Шохида Зайниевна – педагогика фанлари доктори, доцент.

19.00.00-ПСИХОЛОГИЯ ФАНЛАРИ:

Каримова Васила Маманосировна – психология фанлари доктори, профессор, Низомий номидаги Тошкент давлат педагогика университети;

Ҳайитов Ойбек Эшбоевич – Жисмоний тарбия ва спорт бўйича мутахассисларни қайта тайёрлаш ва малакасини ошириш институти, психология фанлари доктори, профессор

Умарова Навбаҳор Шокировна – психология фанлари доктори, доцент, Низомий номидаги Тошкент давлат педагогика университети, Амалий психологияси кафедраси мудири;

Атабаева Наргис Батировна – психология фанлари доктори, доцент, Низомий номидаги Тошкент давлат педагогика университети;

Қодиров Обид Сафарович – психология фанлари доктори (PhD), Самарканд вилоят ИИБ Тиббиёт бўлими психологик хизмат бошлиғи.

22.00.00-СОЦИОЛОГИЯ ФАНЛАРИ:

Латипова Нодира Мухтаржановна – социология фанлари доктори, профессор, Ўзбекистон миллий университети кафедра мудири;

Сеитов Азамат Пўлатович – социология фанлари доктори, профессор, Ўзбекистон миллий университети;

Содиқова Шоҳида Мархабоевна – социология фанлари доктори, профессор, Ўзбекистон халқаро ислом академияси

23.00.00-СИЁСИЙ ФАНЛАР

Назаров Насриддин Атақулович –сиёсий фанлар доктори, фалсафа фанлари доктори, профессор, Тошкент архитектура қурилиш институти;

Бўтаев Усмонжон Хайруллаевич –сиёсий фанлар доктори, доцент, Ўзбекистон миллий университети кафедра мудири.

ОАК Рўйхати

Мазкур журнал Вазирлар Маҳкамаси ҳузуридаги Олий аттестация комиссияси Раёсатининг 2022 йил 30 ноябрдаги 327/5-сон қарори билан тарих, иқтисодиёт, фалсафа, филология, юридик ва педагогика фанлари бўйича илмий даражалар бўйича диссертациялар асосий натижаларини чоп этиш тавсия этилган илмий нашрлар рўйхати (Рўйхатга) киритилган.

Ижтимоий-гуманитар фанларнинг долзарб муаммолари электрон журнали 1368-сонли гувоҳнома билан давлат рўйхатига олинган.
Муассис: “SCIENCEPROBLEMS TEAM” масъулияти чекланган жамият.

Таҳририят манзили:
Тошкент шаҳри, Яккасарой тумани, Кичик Бешёғоч кўчаси, 70/10-уй. Электрон манзил: scienceproblems.uz@gmail.com
Телеграм канал:
https://t.me/scienceproblems_uz

МУНДАРИЖА

07.00.00 – ТАРИХ ФАНЛАРИ

Намазова Умида Нормуродовна
ФРАГМЕНТЫ ИЗ ИСТОРИИ САМАРКАНДСКОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО УНИВЕРСИТЕТА ВЕТЕРИНАРНОЙ МЕДИЦИНЫ, ЖИВОТНОВОДСТВА И БИОТЕХНОЛОГИЙ (1929-1945 ГОДЫ)........ 10-15

Эрназаров Туйгун Раджабович
ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ТАМОЖЕННОЙ СЛУЖБЫ ТУРКЕСТАНСКОГО ГЕНЕРАЛ-ГУБЕРНАТОРСТВА: КЛЮЧЕВЫЕ МОМЕНТЫ И ДОСТИЖЕНИЯ........ 16-21

Хужаниязов Уктам Ешбаевич
“ҚОРАҚАЛПОҚФИЛЬМ” СТУДИЯСИ ҲУЖЖАТЛИ ФИЛЬМЛАРИДА ТАРИХИЙ МАВЗУЛАР ТАЛҚИНИ........ 22-27

Шаимкулов Азамат Холмуратович
ҚАЙТА ҚУРИШ ДАВРИ МАТБУОТИДА ИҚТИСОДИЙ МАСАЛАЛАР ТАЛҚИНИ........ 28-38

Муродов Ҳалим Салимович
ТУРИЗМ РИВОЖИ ТАРИХИГА БИР НАЗАР........ 39-46

Юлдашев Саиданварбек Бахромжон ўғли
ФАРҒОНА ВОДИЙСИНИНГ– ҚОРАХОНИЙЛАР ТОМОНИДАН ЗАБТ ЭТИЛИШИ ТАРИХИДАН........ 47-51

Shonazarova Nargiza
TOSHKENT SHAHRIDA “OBOD MAHALLA” DASTURI VA UNING IJROSI XUSUSIDA AYRIM MULOHAZALAR........ 52-57

Axmadova Nafisa Axmad qizi
O‘ZBEKISTON VA FRANSIYA MADANIY ALOQALARINING RIVOJLANISHI........ 58-64

Qodirova Ra’no Mamirjonovna
O‘ZBEKISTON SSR MAKTABLARIDA 1930-YILLARNING IKKINCHI YARIMIDA TARIX FANINING O‘QITILISHI........ 65-70

Yunusxo‘jayev Habibulla Zafar g‘o‘li
SHARQDA KUCHLI IJTIMOIY HIMOYA TIZIMI TARIXI........ 71-75

Нарбеков Абдикамил
НАЦИОНАЛЬНАЯ ПОЛИТИКА СОВЕТСКОГО ГОСУДАРСТВА В ТУРКЕСТАНЕ И ЕГО СУЩНОСТЬ........ 76-80

Alimova G‘unchaxon Baxadirovna
JAMIYAT TARAQQIYOTINING TARIXIY RIVOJLANISH ASOSLARI DIN VA DAVLAT MISOLIDA........ 81-85

Jumanazarova Fotima
XOTIN QIZLAR BANDLIGINI TA'MINLASH TIZIMINING SHAKLLANISH JARAYONI VA RIVOJLANISH BOSQICHLARI........ 68-93

08.00.00 – ИҚТИСОДИЁТ ФАНЛАРИ

Ziyodilloev Khushnud Rahimboevich
PORTFOLIO OPTIMIZATION OF COMMERCIAL BANK CREDITS: A LITERATURE REVIEW........ 94-100

Hamrayev Amirzoda
ISLOMIY MOLIYA XIZMATLARINI KOʻRSATUVCHI TASHKILOTLAR KAPITAL STRUKTURASI SAMARADORLIGI TAHLILI 101-109

Хайтбоева Нигора Бакмататовна
ТЎҚИМАЧИЛИК САНОАТ КОРХОНАЛАРИДА МАРКЕТИНГ СТРАТЕГИЯСИДАН ФОЙДАЛАНИШ БЎЙИЧА ХОРИЖИЙ МАМЛАКАТЛАР ТАЖРИБАЛАРИ 110-119

Xalilov Qahramon Qurbonboyevich
MINTAQADA TURIZM HUNARMANDCHILIK KLASTERINI SHAKLLANTIRISHNING DESTINATSION MODELI 120-132

Махмудов Турсунпулат Давронович
ИНВЕСТИЦИЯ МАНБАЛАРИНИНГ МИНТАҚА ИҚТИСОДИЁТИГА ТАЪСИРИ 133-144

Ishchanova Salomat
KICHIK BIZNES VA XUSUSIY TADBIRKORLIKNI RIVOJLANTIRISHDA MARKETING FAOLIYATINING OʻRNI 145-150

Мўйдинова Зилола Вохид қизи
ЧЕГАРА БОЖХОНА ПОСТЛАРИ ФАОЛИЯТИДА “АВТОМАТЛАШТИРИЛГАН ЙЎЛОВЧИ ҲАРАКАТИ” МОБИЛ ИЛОВАСИНИ ЖОРИЙ ЭТИШ ОРҚАЛИ ИҚТИСОДИЙ ТАҲЛИЛНИ ТАКОМИЛЛАШТИРИШ 151-158

Samandarov Oʻgabek, Ismoilov Shohjahon
TURIZMNI RIVOJLANTIRISH OMILLARI VA ULARNING OʻZIGA XOS JIHATLARI 159-164

09.00.00 – ФАЛСАФА ФАНЛАРИ

Саидова Камола Усканбаевна
ФЕНОМЕН СВОБОДЫ ДЛЯ ЧЕЛОВЕКА И ОБЩЕСТВА: КОМПАРАТИВИСТСКИЙ АНАЛИЗ 165-173

Omonturdiyev Orzu Gʻafforovich
INSONNING MA’NAVIY MOHIYATINI SHAKLLANTIRISHDA QADRIYATLARNING AHAMIYATI 174-179

Очилова Гузаль Араловна
ЮКСАК МАЪНАВИЯТ–МАНФААТЛАР БИРЛИГИНИ ТАЪМИНЛАШНИНГ МУҲИМ ОМИЛИ 180-185

Nurmatova Umida Jalolidinovna
MUTOLAA, SAVODXONLIK VA TA’LIMNING ANTINOMIK XUSUSIYATLARI 186-192

Vafayeva Dilafruz Artikovna
AHMAD YASSAVIY TASAVVUFIY TA’LIMOTIDA MA’NAVIY BARKAMOLLIK 193-198

Karimov Zafarbek Ataboyevich
IJTIMOIY-PSIXOLOGIK MEXANIZMLARINING SOGʻLOM TURMUSH TARZINI SHAKLLANTIRISHDAGI AHAMIYATI 199-202

Bozorova Roʻzigul Sharofovna
MEHRSIZLIK HODISASINI KELTIRIB CHIQARUVCHI OMILLAR 203-212

Xudoyberdieva Anorabonu Hayotovna
DINIY MANBALARDA IJTIMOIY HAMKORLIK OʻOYALARI 213-218

Tursunkulova Shaxnoza Tuychiyevna
TASAVVUF FALSAFASIDA GOʻZALLIKNING IMMANENT JIHATLARI 219-224

Dehqonov Behzod Baxtityorovich
YANGI O‘ZBEKISTONDA UCHINCHI RENESSANS POYDEVORINI QURISHDA YETTI PIRNING BAG‘RIKENGLIK G‘OYALARINI O‘RNI VA AHAMIYATI 225-230

Abdullayeva Firuza Sharipovna
NASIRIDDIN TUSIYNING IDROK NAZARIYASI VA KOMILLIK FALSAFASI 231-236

Murtozayev Shahobiddin Baxriddinovich
SHIHOBUDDIN UMAR SUXRAVARDIYNING “AVORIF UL -MAORIF” ASARI VA UNDA ILGARI SURILGAN G‘OYALAR 237-243

Ибрагимов Солижон Эргашович
АХБОРОТ ХУРУЖИ ВА “ОММАВИЙ МАДАНИЯТ” ТАҲДИДИ....................244-251

10.00.00 – ФИЛОЛОГИЯ ФАНЛАРИ

Qodirova Mukaddas Tog‘ayena
BIZNES DISKURSINING MURAKKAB LINGVISTIK TABIATI....................252-257

Abdullayev Ikramjon Xashimdjanovich
DIFFERENT APPROACHES TO THE QUANTITATIVE-STATISTICAL CHARACTERISTICS OF PARTS OF SPEECH IN THE ENGLISH LANGUAGE 258-265

Hamroyeva Sharifa Shukur qizi
TARJIMADA MILLIY SO‘ZLARNING BERILISHI (OYBEKNING “NAVOIY” ROMANI INGLIZCHA TARJIMASI MISOLIDA) 266-271

Olimova Gulfiza Muradullayevna
BADIIY SAN’AT TURLARINING XORAZM DOSTONLARIDA QO‘LLANILISHI....................272-281

Айниддинов Иқрориддин Шарифович
АДАБИЙ МАНБАЛАРДА АШРАФ САМАРҚАНДИЙНИНГ ТАРЖИМАИ ҲОЛИНИНГ ЎРГАНИЛИШИ 282-287

Turaeva Dilfuza Daminovna
O‘ZBEK TILIDA OBRAZLI SO‘ZLARNING SEMANTIK XUSUSIYATLARI 288-295

Mahmudova Nilufarxon Ravshanovna
LISONIY GRADASIYANING MORFOLOGIK, LEKSIK-SEMANTIK SATHDA PARADIGMA SIFATIDA NAMOYON BO‘LISHI....................296-305

Ashurova Maftuna Asqar qizi, Yuldoshev Rustam Dilshod ugli
LINGUOCULTURAL COMPARATIVE ANALYSIS OF IDIOMS IN ENGLISH AND UZBEK LANGUAGES 306-311

Isroilova Manzura Jamolovna
FRANSUZ PUBLITSISTIK MATNLARDA KOMPARATIV FRAZEOLOGIK BIRLIKLARNING KOMMUNIKATIV TA`SIRI XUSUSIDA 312-317

Шамақсудова Саодат Хидоятовна
МАССМЕДИА АСПЕКТИНИНГ МЕДИАМАТН ШАКЛИГА КЕЛИШИДАГИ ЎЗИГА ХОСЛИКЛАР....................318-324

Шатова Ирина Юрьевна
ОСОБЕННОСТИ УПОТРЕБЛЕНИЯ ЛЕКСИКИ ПО РОДУ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ЛИЦ В РУССКОМ И УЗБЕКСКОМ ЯЗЫКАХ 325-330

Nortoyeva Nodira Muhammadaliyevna
FRAZEOLOGIK DERIVATLARNI KONTEKSTLARDA ISHLATILISHINING KOGNITIV ASOSLARI 331-335

Alimjanova Shohsanam Azamat qizi
KOʻP MAʻNOLI IBORALARNING KOGNITIV XUSUSIYATLARI 336-340

Турниязова Шахноза Нигматовна
МАТНДАГИ БОҒЛАНИШЛИЛИК ҲАҚИДА АЙРИМ МУЛОҲАЗАЛАР 341-347

Mamarasulova Iroda Jumanovna, Xojimetov Sa'dulla Jumanazarovich
INGLIZ ADABIYOTI TUSHUNCHALARINING XILMA -XILLIGI 348-352

Aminova Dilnoza Xikmatullayevna
THE IMPORTANCE OF INTERCULTURAL COMMUNICATION IN THE ORIGIN OF MILITARY TERMINOLOGY 353-358

12.00.00 – ЮРИДИК ФАНЛАР

Исломқулова Шоҳсанам Ваҳобжон қизи
ВРАЧНИНГ КАСБИЙ ЖАВОБГАРЛИГИНИ СУҒУРТА ҚИЛИШ ТУШУНЧАСИ ВА МОҲИЯТИ 359-365

Mamataliyev Toʻlqin Xushmamat oʻgʻli
OʻZBEKISTONDA MASOFAVIY TAʼLIM HUQUQIY ASOSLARINING SHAKLLANISHI 366-378

13.00.00 – ПЕДАГОГИКА ФАНЛАРИ

Saidov Jur’at Sodirovich
MAKTABGACHA TA’LIM TASHKILOTLARIDA BOLALARGA TARBIYA BERISHNING O‘ZIGA XOS XUSUSIYATLARI 379-384

Yusupaliyeva Shaxnoza Hakimjanovna,
TEXNIK OLIY OʻQUV YURTLARIDA OOʻZAKI NUTQ KOMPETENSIYALARINI RIVOJLANTIRISH USUL VA METODLARI 385-390

Таджиходжаева Эльвира Рашидовна
ОСОБЕННОСТИ ПРИМЕНЕНИЯ МЕТОДОВ ИГРОПЕДАГОГИКИ В ВЫСШЕМ ОБРАЗОВАНИИ 391-396

Тўрахонова Барно Турсунбой кизи
БЎЛАЖАК ПЕДАГОГ-ПСИХОЛОГЛАРНИ ТАРБИЯВИЙ ФАОЛИЯТНИ ТАШКИЛ ЭТИШГА ТАЙЁРЛАШНИНГ ДИДАКТИК ИМКОНИЯТЛАРИ 397-406

Ashurova Sitora Erkinovna
USING DIGITAL TECHNOLOGIES IN EDUCATION 407-412

Каримжонова Мунаввар Ибрагимовна
ХИЗМАТ ИТЛАРИНИ МАХСУС ЙЎНАЛИШГА ТАЙЁРЛАШДА УНГА ТАЪСИР ҚИЛУВЧИ ОМИЛЛАР ТАҲЛИЛИ (Божхона қўмитасининг Миллий кинология маркази мисолида)....................413-421

Xamirayev Rustam Abdirazakovich
VOLEYBOLCHILARDA HARAKAT SIFATLARINI RIVOJLANTIRISHNING USLUBIY ASOSLARINI TAKOMILLASHTIRISH 422-426

Хашимова Масуда Камилжановна
КОМПЛЕКСНЫЙ ПОДХОД К ПРОЦЕССУ НРАВСТВЕННОГО ВОСПИТАНИЯ НА ОСНОВЕ ИНТЕГРАЦИИ НАУК 427-435

Бердикулова Насиба Эркинжоновна
СОДЕРЖАНИЕ ПРИМЕНЕНИЯ ИННОВАЦИОННЫХ И ИНТЕГРАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ В НАЧАЛЬНОМ ОБРАЗОВАНИИ 436-442

Saidnazarova Gulshan Bolta qizi
AL-BUXORIYNING MA’NAVIY-AXLOQIY QARASHLARINI O‘RGANISH PEDAGOGIK MUAMMO SIFATIDA 443-448

SCIENCE PROBLEMS.UZ

Ижтимоий-гуманитар фанларнинг долзарб муаммолари. -№ S/8 (3)-2023. ISSN: 2181-1342 (Online) https://scienceproblems.uz

09.00.00–Фалсафа фанлари

Karimov Zafarbek Ataboyevich
Fanlasafa fanlari doktori (PhD)
Urganch Davlat Universiteti
Pedagogika fakulteti oʻqituvchisi

IJTIMOIY-PSIXOLOGIK MEXANIZMLARINING SOGʻLOM TURMUSH TARZINI SHAKLLANTIRISHDAGI AHAMIYATI

Annotatsiya. Ushbu maqolada, turmush tarzi, eng avvalo, kishilar xulq-atvoridagi rang-baranglikning mohiyati, uni faol oʻzlashtirishning ijtimoiy tabiati ifodalanishi, shu bilan birga uni ozʻgartirish shakli, usullari haqida fikr yuritilgan.

Kalit soʻzlar: Sogʻlom turmush tarzi, dietologiya, harakat omillari, repraduktiv salomatlik, ruhiy salomatlik.

Karimov Zafar Ataboyevich
Doctor of Philosophy (PhD)
Urgench State University Tarikh Faculty

THE IMPORTANCE OF SOCIAL AND PSYCHOLOGICAL MECHANISMS IN THE FORMATION OF A HEALTHY LIFESTYLE

Abstract. In this article is analyzed lifestyle of society, first of all, to the importance of diversity in people`s behavior, the social nature of their activity and the ways of changing it.

Key words: Healthy lifestyle, dietetics, movement factors, reproductive health, mental health.

Каримов Зафар Атабоевич
доктор философии (PhD)
Факультет педагогики Ургенчского
государственного университета

ЗНАЧЕНИЕ СОЦИАЛЬНЫХ И ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ МЕХАНИЗМОВ В ФОРМИРОВАНИИ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ.

Аннотация: В этой статье основное внимание уделяется тому, как образ жизни связан, прежде всего, с важностью разнообразия в поведении людей, социальной природой их активново развития, а также путями и средствами его изменения.

Ключевые слова: здоровый образ жизни, диетология, двигательные факторы, репродуктивное здоровье, психическое здоровье.

DOI: https://doi.org/10.47390/SPR1342V3SI8Y2023N27

Kirish

Keyingi yillarda aholi orasida sogʻlom turmush tarzini shakllantirish borasidagi harakatlar izchillik bilan olib borilmoqda. Ta’kidlash muhimki, bu yoʻnalish davlat siyosatining

ustuvor vazifalaridan biriga aylangan. Sogʻlom turmush tarzi iborasining zaminida inson salomatligi qolaversa yoshlar kelajagi yotar ekan, bu jamiyat taraqqiyotining yuksalishida asosiy oʻringa ega boʻlishi tabiiydir. "Jamiyat barqarorlshib boradigan hodisa boʻlganligi sababli, - deb yozadi J. Neru, insonning aqli hamisha shaxsiy barkamollik toʻgʻrisida fikr yuritib kelgan".[1, 136-137] Sogʻlom turmush tarzining hayotiyligini ta'minlash quyidagi omillarga bogʻliqdir.

Eng asosiy omillardan biri ovqatlanish omilidir. Ovqatlanish hayot uchun kurash shakllaridan biri sifatida jamiki jonzodning oldida turgan asosiy masala hisoblanadi. Inson ham bundan istisno emas. Qadimgi antik davrdan boshlab, ovqatlarning tarkibiy mutanosibligi, energiya muvozanati, mikroblar, ovqatlanish rejimi va tartibi haqida ilmiy qarashlar paydo boʻla boshladi. Ovqatla¬nish haqidagi fan — dietologiya shakllandi. Hozirgi kunga kelib esa, notoʻgʻri ovqatlanish kishilar oʻrtasida uchrayotgan oshqozon va ichaklar, yurak va qon tomirlari, ichki sekretsiya bezlari hamda bgʻgʻimlar, modda almashinuvining buzilishi, shuningdek, rak kabi kasalliklarning asosiy sababchisi ekanligi ilmiy ravishda isbotlandi. Hatto Jahon Sogʻliqni Saqlash Tashkilotining ekspertlari P. Revel hamda Ch. Revellar, "Kishilar oʻrtasida uchrayotgan kasalliklarning 80 foizi notoʻgʻri ovqatlanishdan", degan fikrni ilgari suradilar. Shuning uchun ham bugungi kunda ovqatlanishni toʻgʻri tashkil etish, inson kundalik turmushining eng asosiy talablaridan biri va buni sogʻlom turmush tarzini tashkil etishda hisobga olmaslik mumkin emas.

Mavzuga oid adabiyotlar tahlili

Harakat omillari ham sogʻlom turmush tarzining bir boʻlagidir. Demak, insoniyat uchun harakat va uning turlarini oʻzining kundalik turmushiga ongli ravishda kiritish zarurati paydo boʻldi. Shu bilan birga, gigiena fani xulosalari badan muntazam ravishda parvarishga muxtoj ekanligini va uni toʻgʻri parvarish qilish umrni uzaytirish bilan bevosita aloqadorligini ham isbotladi. Shu nuqtai nazardan harakat va badantarbiya salomatlik yoʻlidagi muhim omil boʻlib, sogʻlom turmush tarzining asosiy talablaridan biri boʻlib qoladi. Bioritmik omillar esa insonning evolyutsion rivojlanish jarayonida uning tanasi takomillashuviga, hayotiyligini ta'minlashga olib kelgan yana bir asosiy omildir, bu tabiatdagi davriylik, botartiblik qonuniyatidir. Kecha va kunduz, yil fasllarining deyarli bir vaqtda takrorlanib turishi, kun, hafta, oy, yil davomidagi biologik faollik hamda susayishlarning davriy oʻzgarishlari, koinotdagi planetalar joylashuvi va aylanishi, buyuk yoritqich — quyoshning yerga nisbatan oʻzgarishi, magnit maydoni va shu kabilar erdagi jamiki jonzod, jumladan, odam badanida ham ma'lum qonuniyatlarni shakllantirgan. Shuningdek, badanimizdagi faollik va sustlikning oʻzgarishlari xafta, oy, yil davomida ham sodir boʻladi va bu hodisa bioritmik hodisalar, deb yuritiladi. Olimlarning ta'kidlashlariga qaraganda, kishi badanidagi bunday bioritmik hodisalar 300 tadan ham ortiqroqni tashkil qilar ekan.

Jinsiy, irsiy va oilaviy omillar ham insoning reproduktiv salomatligiga ta'sir qiluvchi jaryondir. Bu omil hayotning davom etishi nasl qoldirish va koʻpayish bilan bogʻliq. Bu biologik hodisaning asosida jinsiy munosabat yotadi. Insondan boshqa barcha tirik mavjudotda jinsiy muomala nasl qoldirishning asosiy talabi hisoblanadi. Insonda bu muomala nasl qoldirish bilan bir qatorda, uning hayot lazzatini ham ta'minlagan. Shuning uchun kishilik jamiyati oʻzining uzoq taraqqiyoti davomida bu masalani oila shaklida qonunlashtirgan. Oila munosabatlar jarayonida insonlar yana bir muhim oʻzaro munosabat omillariga kirishadi. Respublikamiz Prezidenti SH.M.Mirziyoyevning 2020 yil 18 fevralda imzo chekkan "Jamiyatda ijtimoiy-

ma'naviy muhitni soo'lamlashtirish, mahalla institutini yanada qo'llab-quvvatlash hamda oila va xotin-qizlar bilan ishlash tizimini yangi darajaga olib chiqish chora-tadbirlari to'g'risida" gi farmonida "oila institutini mustahkamlash bo'yicha, eng avvalo "Sog'lom oila-sog'lom jamiyat" g'oyasini hayotga tatbiq etishga yo'naltirilgan yagona davlat siyosatini olib borish, notinch va muammoli oilalarga manzilli ko'maklashishni tashkil etish zarur",[2,1] deb ko'rsatiladi. Agar bu fikrdan kelib chiqsak, ijtimoiy hayotda qaror topadigan soo'-salomatlik, sog'lom avlod shakllanishining ibtidosi oiladadir, degan xulosaga kelamiz.

Tadqiqot metodologiyasi

Insoniyat o'z taraqqiyoti davrida faqatgina biologik mavjudot sifatidagina emas, balki u ijtimoiy mahsulot sifatida ham shakllandi. O'zaro munosabatlarni shartli ravishda bir-biri bilan uzviy bog'liq bo'lgan ikkita qismga bo'lish mumkin. Bular oilaning shakllanishi va takomillashuvi natijasida vujudga kelgan oilaviy munosabatlar hamda jamiyatning shakllanishi va takomillashuvi natijasida vujudga kelgan ijtimoiy munosabatlar. Bularning har ikkalasi ham inson salomatligiga ta'sir qiluvchi eng katta va kuchli omillardir. U eng avvalo, kishining ruhiyatiga ta'sir etadi. Ruhiyat esa salomatlik bilan bevosita aloqador. Kishining ruhiyati yuqori bo'lganda tomirlardagi qonning harakati, ichki a'zolarning faoliyati, xujayralardagi modda almashinish kabi hayotiy jarayonlar yaxshi kechadi. Kayfiyat yaxshi, ishchanlik yuqori buladi. Ruhiy tushgan insonlarga esa orttirilgan zararli odatlar omillari ta'sir qiladi. Albatta ruhiy tetiklikka erishish, yolg'ondan va boshqa buzg'unchi unsurlardan qutilishning yo'li kishining o'ziga, uning axloqiy kitoblar va ilm bilan qanchalik bog'langanligidadir. [3,144]

Tahlil va natijalar

Tarixiy ma'lumotlar zararli odatlarni insoniyatning azaliy hamrohi bo'lganligidan dalolat beradi. Pul, boylik, mol-dunyoga hirs qo'ygan korchalonlar jamiyatni giyohvandlik degan havfli jarlikka tomon yetaklamoqdalar. Bularning oqibatlari esa kasalliklar va nasl-nasabning buzilishi bilan bog'liq shaxsiy hamda oilaviy muammolardan tortib, jinoyatlar, o'zaro munosabatlarning murakkablashuvi bilan bog'liq ijtimoiy muammolardan iborat.

Sog'lom turmush tarziga salbiy ta'sir qiluvchi omillar atrof-muhitning ifloslanishi va texnika va turmush taraqqiyoti bilan ham bog'liqdir. Xuddi ana shu jarayon ko'pchilik aholining nisbatan kichkina xududlarda to'planib yashashi hamda ularning turmushlarida hosil bo'ladigan chiqindilarning to'planib qolishi oqibatida aholi orasida har xil yuqumli kasalliklar epidemiya tarzida tarqalib, ular orasida kasalliklar va o'limga sababchi bo'lganligini biz tarixdan yaxshi bilamiz. Ko'rinib turibdiki, bu muammolarni hal qilish uchun sanitariya va gigienadan savodxon bo'lish, ya'ni tozalik hamda tozalanish tadbirlariga rioya qilishni sog'lom turmush tarzining asosiy talablaridan biri, deb bilamiz. Agarda hozirgi kundagi kishilar o'rtasidagi o'lim va nogironlik sabablarini chuqur o'rganadigan bo'lsak, bu muammoni hozirgi kunda ham o'z dolzarbligini yo'qotmaganligini, jarohatlanish va baxtsiz xodisalar kishilar sog'ligiga jiddiy xavf solayotganligini anglash qiyin emas. Taraqqiyotning nohush oqibatlaridan qutulish va uning xavfini kamaytirish uchun inson har doim ehtiyotkorlikni qo'ldan bermasligi, mavjud texnika va mexanizmlardan hamda turmush vositalaridan xavfsiz foydalanish usullarini o'zlashtirib olishlari lozim bo'ladi. Bu ham turmush tarzimizning muhim tomoni.

Ilmiy texnik rivojlanish natijasida turmushimizga juda ko'plab yangi texnik vositalar kirib kelmoqda. Ixchamgina, qulay va yengil bo'lgan qo'l telefoni uzoqni yaqin, ko'ngilni xotirjam qiluvchi, har kimdan xabardor etuvchi dastyordir. Ammo, yoshlar tarbiyasi va salomatligiga jiddiy zarar etkazayotgan bu mikroto'lqinli anjomning salbiy xususiyatlari ham

bisyor. Avvalo, telefondan chiqayotgan nur inson miya hujayralariga jiddiy ta’sir qilib, uni turli kasalliklarga duchor etadi.

Xulosa va takliflar

Kishi badani sogʻligi va uni mustahkamlash — sogʻlom turmush tarzi toʻgʻrisidagi bilim hamda malakasizlik ham xuddi shunday. Faqat shu sohadagi ongsizligimiz, uquvsizligimiz tufayli koʻpchilik vaqtlarda boshimiz kasaldan, tanamiz azobdan chiqmay qoladi. Ayrim hollarda aziz umrimizni barbod qilamiz.

Xulosa qilganda, sogʻlom turmush tarzini shakllantirish va har bir oilada uning yuqorida ta’kidlangan tamoyillarini singdirish barkamol avlod tarbiyasining muhim omilidir. Avvalo yosh avlodga sogʻlom turmush qoidalarini yetkazish, yetarlicha tushuntirish ishlarini olib borish zarur. Oʻtmishda odamlar uzoq umr koʻrganlar, hozirgi taraqqiyot kishilarning umrini qisqartiryapti, degan gaplar mutlaqo asossiz. Aksincha, taraqqiyot insonga koʻproq sogʻlom va uzoq umr koʻrish imkoniyatini beryapti. Buning asosiy sababi insonni tabiatning va jamiyatning noqulay omillaridan himoyalanishni oʻrganib borishi va oʻz sogʻligini saqlash borasidagi ma’lumot hamda malakaning shakllanayotganligidir. Taraqqiyotning ushbu qonuniy jarayoniga asoslanib, ham ikkilanmasdan aytish mumkinki, XXI asr kishilarda sogʻlom turmush tarzini shakllantirish asri boʻladi va bu asrning oʻrtalaridan boshlab, kishilar kamida oʻrtacha 90—100 yil umr koʻradilar. Shuning uchun har bir kishining oʻz badanini parvarishi haqida bilim va malakaga ega boʻlishi hamda buni oʻzining kundalik turmushida qoʻllashi eng muhim talab. Busiz sogʻliq va uzoq umr koʻrish toʻgʻrisida biror bir natijaga erishish umuman mumkin emas.

Adabiyotlar/Литература/ References:

1. Neru J. Otkritie Indii.Iz 2-x kn., Kn.1.- M.: Politizdat, 1989
2. Oʻzbekiston Respublikasi Prezidentining Farmoni. Jamiyatda... Xalq soʻzi, 2020, 20 fevral
3. “Oʻzbekistonda ma’naviyat, ma’rifat, fan va jamoatchilik fikri” Toshkent.“Ijtimoiy fikr” Markazi. 2001 y.

ISSN: 2181-1342 (Online)
Сайт: https://scienceproblems.uz
DOI: 10.47390/SPR1342V3SI8Y2023

SCIENCEPROBLEMS.UZ

ИЖТИМОИЙ-ГУМАНИТАР ФАНЛАРНИНГ ДОЛЗАРБ МУАММОЛАРИ

№ S/8 (3) – 2023

АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ СОЦИАЛЬНО-ГУМАНИТАРНЫХ НАУК

ACTUAL PROBLEMS OF HUMANITIES AND SOCIAL SCIENCES

Ижтимоий-гуманитар фанларнинг долзарб муаммолари” электрон журнали 2020 йил 6 август куни 1368-сонли гувоҳнома билан давлат рўйхатига олинган.

Муассис: “SCIENCEPROBLEMS TEAM” масъулияти чекланган жамияти

Таҳририят манзили:

100070. Тошкент шаҳри, Яккасарой тумани, Кичик Бешёғоч кўчаси, 70/10-уй. Электрон манзил: scienceproblems.uz@gmail.com

Боғланиш учун телефонлар:

(99) 602-09-84 (telegram).