

SCIENCE
PROBLEMS.UZ

ISSN 2181-1342

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

Ijtimoiy-gumanitar fanlarning dolzarb muammolari

Son 6 Jild 4

2024

SCIENCEPROBLEMS.UZ

**ИЖТИМОЙ-ГУМАНИТАР ФАНЛАРНИНГ
ДОЛЗАРБ МУАММОЛАРИ**

№ 6 (4) - 2024

**АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ СОЦИАЛЬНО-
ГУМАНИТАРНЫХ НАУК**

ACTUAL PROBLEMS OF HUMANITIES AND SOCIAL SCIENCES

ТОШКЕНТ-2024

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

Турсунов Равшан Нормуратович – тарих фанлари доктори, Ўзбекистон Миллий Университети;

Холикулов Ахмаджон Боймаҳамматович – тарих фанлари доктори, Ўзбекистон Миллий Университети;

Габриэльян Софья Ивановна – тарих фанлари доктори, доцент, Ўзбекистон Миллий Университети.

08.00.00-ИҚТИСОДИЁТ ФАНЛАРИ:

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

Насирходжаева Дилафруз Сабитхановна – иқтисодиёт фанлари доктори, профессор, Тошкент давлат иқтисодиёт университети;

Остонокулов Азамат Абдукаримович – иқтисодиёт фанлари доктори, профессор, Тошкент молия институти;

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

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

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

Хожаев Азизхон Саидалоҳонович – иқтисодиёт фанлари доктори, доцент, Фарғона политехника институти

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;

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

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

Саидова Камола Усканбаевна – фалсафа фанлари доктори, “Tashkent International University of Education” халқаро университети;

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

Ўроқова Ойсулов Жамолиддиновна – фалсафа фанлари доктори, доцент, Андижон давлат тиббиёт институти, Ижтимоий-гуманитар фанлар кафедраси мудири;

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;

Ҳасанов Шавкат Аҳадович – филология фанлари доктори, профессор, Самарқанд давлат университети;

Бахронова Дилрабо Келдиёровна – филология фанлари доктори, профессор, Ўзбекистон давлат жаҳон тиллари университети;

Мирсанов Ғайбулло Қулмуродович – филология фанлари доктори, профессор, Самарқанд давлат чет тиллар институти;

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

Кучкаров Раҳман 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 ҳавфсизлиги 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;

Каюмова Насиба Ашуровна – педагогика фанлари доктори, профессор, Қарши давлат университети;

Тайланова Шоҳида Зайниевна – педагогика фанлари доктори, доцент;

Жуманиёзова Муҳайё Тожиевна – педагогика фанлари доктори, доцент, Ўзбекистон давлат жаҳон тиллари университети;

Ибрахимов Санжар Урунбаевич – педагогика фанлари доктори, Иқтисодиёт ва педагогика университети;

Жавлиева Шахноза Баходировна – педагогика фанлари бўйича фалсафа доктори (PhD), Самарқанд давлат университети;

Бобомуротова Латофат Элмуродовна – педагогика фанлари бўйича фалсафа доктори (PhD), Самарқанд давлат университети.

19.00.00-ПСИХОЛОГИЯ ФАНЛАРИ:

Каримова Василя 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;

Шамшетова Анжим Караматдиновна – психология фанлари доктори, доцент, Ўзбекистон давлат жаҳон тиллари университети;

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

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

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;

23.00.00-СИЁСИЙ ФАНЛАР

Назаров Насриддин Атакулович – 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 рўйхатига киритилган.

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).

07.00.00 – TARIX FANLARI

Науризбаева Нуржамал Қудайбергенова

TURKISTONDA OILA VA NIKOH MUNOSABATLARINING O'ZIGA XOS JIHATLARI VA ROSSIYA
IMPERIYASI BOSQINIDAN KEYIN MINTAQADA YUZ BERGAN DEMOGRAFIK
JARAYONLAR 14-22

Ortiqov Yosin Abdulboqiyevich

DUNGANSHUNOSLIK TADQIQOTLARI TARIXSHUNOSLIGI (1990-2023) 23-34

Бобожонова Феруза Хаятовна

СОВЕТ ҲОКИМИЯТИ ДАВРИДА ҚУЙИ ВА ЎРТА ЗАРАФШОН ВОҲАСИДА ТАЪЛИМ
ТИЗИМИ 35-40

Halimov Tal'at

XX ASRNING 20-30 YILLARIDAGI QULOQLASHTIRISH SIYOSATI VA UNING
SALBIY OQIBATLARI (BUXORO VILOYATI MISOLIDA) 41-45

Ilhomov Ziyovutdin Adxamovich, Shukurov Rustam Jo'raqulovich

ALEKSANDR BEKOVICH-CHERKASSKIY EKSPEDITSIYASINING BA'ZI TAFSILOTLARI:
EKSPEDITSIYANING BOSHLANISHI 46-54

Tilavova Shahnoza Salohitdinovna

MA'RIFATPARVARLARNING MATONATLI AYOLI XAYRINISO MAJIDXONOVA (1905-1937)
HAYOTI VA FAOLIYATIGA CHIZGILAR 55-59

Жайнаров Обиджон Ҳамид ўғли

XX АСР 20-ЙИЛЛАРИДА ЎЗБЕКИСТОНДА АДВОКАТУРА ТИЗИМИДАГИ ЎЗГАРИШЛАР
(ФАРҒОНА ВИЛОЯТИ МИСОЛИДА) 60-64

Toshpo'latov Mamadali Zaynidin o'g'li

NUROTA TUMANI YOSHLARINI QO'LLAB-QUVVATLASH YUZASIDAN AMALGA OSHIRILGAN
CHORA-TADBIRLARNING TARIXIY TAHLILI (2017-2024) 65-73

Umarov Baxtishod

SOMONIYLAR DAVRIDA BUXORODA ILM-FAN RIVOJI (TARIX VA TIBBIYOT MISOLIDA).. 74-79

Ўўлдошев Салимжон Валиевич

ИНТЕГРАЦИЯЛАШУВ ЖАРАЁНЛАРИ ВА ХАЛҚ ЎЙИНЛАРИ 80-85

Askarov Azimjon Odiljon o'g'li

O'RTA OSIYODAGI ANGLIYA-ROSSIYA RAQOBATINING TARIXIY KONTEKSTI
VA KATTA O'YIN SIYOSATINING VUJUDGA KELISHI 86-91

Eshchanov Hurmat Matnazarovich

O'ZBEKISTON HUDUDI BRONZA DAVRIDA TOPOGRAFIK XUSUSIYATLARNI ETNIK
JARAYONLARI KARTOGRAFIYASI..... 92-95

Azamatova Gulmira Bayirbekovna

O'ZEKISTONDA AHOLI MIGRATSIYASI VA UNGA TA'SIR ETGAN IJTIMOIIYIQTISODIY

OMILLAR	96-100
<i>Raimov Mamasoat Safar o'g'li</i> ESKI TERMIZ HAQIDA TARIXIY MA'LUMOTLAR	101-105
<i>Usmanov Jahongir Xo'jaqulovich</i> MARKAZIY OSIYO TARIXSHUNOSLIGIDA ILK ILMIY QARASHLARNING SHAKLLANISHI	106-109
<i>Usmanova Inobat Ibragimovna</i> PROCESSES OF GEOGRAPHICAL LOCATION OF THE IRON AGE POPULATION OF UZBEKISTAN	110-115
<i>Bekmirzayev Islomjon Ibrohim o'g'li</i> O'RTA G'OVASOY HUDUDI QADIMGI DAVR AHOLI TURAR-JOYLARI XUSUSIDA AYRIM MULOHAZALAR	116-120
<i>Gadoyev Dadaxon Xayrulloevich</i> BUXORDAGI "MASJIDI BALAND" MASJIDI QURILISHI VA TARIXI	121-125
<i>Rajabova Sabohat Bobirovna</i> IQTISODIY HAYOTDA TADBIRKOR AYOLLARNING TUTGAN O'RNI (SURXONDARYO VILOYATI MISOLIDA)	126-132
<i>Aloxunov Alisher Ahmadjonovich</i> ARXELOGIYADA GEOGRAFIK AXBOROT TIZIMLARIDAN FOYDALANISHNING ASOSIY IMKONIYATLARI XUSUSIDA	133-138
<i>Sharopov Saidusmon Saidaxmadovich</i> XIX ASR OXIRI VA XX ASR BOSHLARIDA BUXORO AMIRLIGINING JANUBISHARQIY HUDUDI SHAHARLARI, XUSUSAN QARSHI, SHAHRISABZ VA KITOB SHAHARLARINI RUS TARIXCHILARI ASARLARIDA YORITILISHI	139-144
<i>Axmedova Gulchehra O'skinovna</i> SHEROBOD VOHASI NOMODDIY MADANIYATI DURDONALARI	145-149
<i>Abduraximov Husniddin</i> O'ZBEKISTON VA AVSTRIYA RESPUBLIKASI O'RTASIDA INVESTITSIYAVIY, HUQUQIY HAMDA ILM-FAN SOHASIDA HAMKORLIKNING MUSTAHKAMLANISHI	150-158
<i>Turopova Mohidil Turdiyevna</i> O'ZBEKISTON JUNUBIY HUDUDLARI TOPONIMIKASINING TABIAT BILAN BOG'LIQLIGI VA URF-ODATLARINING O'ZIGA XOS XUSUSIYATLARI	159-163
<i>Annayeva Zarifa Musurmonqulovna</i> EKOLOGIK HOLATNI BARQARORLASHTIRISHNING ASOSIY YO'NALISHLARI	164-168
<i>Ahmadvov Xurshid San'atovich</i> "CHIG'ATOY IMLOSI" VA MILLIY ZIYOLILAR	169-175
<i>Axmadova Nafisa Axmad qizi</i> O'ZBEKISTON VA GERMANIYA MADANIY ALOQALARINING RIVOJLANISHI	176-179

Жумаева Шоҳида Чориевна

МУСТАҚИЛЛИК ДАВРИДА ҚИШЛОҚ ХЎЖАЛИГИНИНГ РИВОЖЛАНИШИ 180-186

Elmuratova Umida Farxadovna

TA'LIM IMKONIYATLARINI KENGAYTIRISHNING GENDER TENGLIGINI TA'MINLASHGA

TA'SIRI 187-191

Nazarov Otabek Muzrobovich

XX ASRNING 80-YILLARI QATAG'ONLIK SIYOSATINING SURXONDARYODAGI IJTIMOY-

IQTISODIY JARAYONLARGA TA'SIRI 192-197

Kupaysinov Ismoyiljon Ahmadjanovich

1950-1990 YILLARDA ANDIJON OBLASTI JAMOAT TRANSPORTI FAOLIYATI VA UNDAGI

AYRIM MUAOMMOLARNI MATBUOTDA YORITISHI ("KOMMUNIST" GAZETASI

MATERIALLARI MISOLIDA) 198-202

Oripova Laylo Zafarovna

O'ZBEKISTON YOZUVCHILAR UYUSHMASI FAOLIYATI TARIXIGA NAZAR 203-207

08.00.00 – IQTISODIYOT FANLARI

Magsud Azad Guliyev

OZARBAYJONDA YASHIL ENERGIYAGA O'TISH: SO'ROQ NATIJALARINI TAHLIL

QILISH 208-214

Глазова Марина Викторовна

ВКЛАД «ЗЕЛЕНОВОГО» УЧЁТА В ФИНАНСОВОМ МЕНЕДЖМЕНТЕ В УСТОЙЧИВОЕ

РАЗВИТИЕ КОМПАНИЙ ЭНЕРГЕТИЧЕСКОЙ ОТРАСЛИ В УЗБЕКИСТАНЕ:

МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЙ АСПЕКТ 215-231

Oramov Jaxongir Jurayevich

RAQAMLI INNOVATSIYALAR DAVRIDA MOLIYAVIY BARQARORLIKNI BAHOLASHDA

EKONOMETRIK MODELLAR 232-238

Шадиева Дилдора Хамидовна

БАНК СОҲАСИГА РАҚАМЛАШТИРИШ ЖАРАЁНЛАРИНИНГ ТАЪСИР 239-243

Umronov Eldorbek Sodirovich

TURISTIK KORXONALARDA TADBIRKORLIK FAOLIYATI RAQOBATBARDOSHLIGINI

BAHOLASH 244-255

Sattarov Umirzoq Normengovich

MINTAQANI BARQAROR RIVOJLANTIRISHDA TRANSFORMATSIYALASH JARAYONI... 256-262

Хамдамов Шавкат Комилович

СОЦИАЛЬНАЯ ЗАЩИТА И БОРЬБА С БЕДНОСТЬЮ: СТРАТЕГИИ ФИНАНСИРОВАНИЯ В

УЗБЕКИСТАНЕ 263-267

Хайитов Жамшид Холвоевич

ИҚТИСОДИЁТДА ОБОДОНЛАШТИРИШ ХИЗМАТЛАРИНИ РИВОЖЛАНТИРИШ – ДАВР

ТАЛАБИ 268-272

Xurramov Azamat Fayzullayevich

BOZOR IQTISODIYOTI SHAROITIDA UY XO'JALIGI SEKTORINING O'RNI VA

ANAMIYATI 273-278

Алимханова Нигора Алимхановна

ТОВАР-МОДДИЙ ЗАХИРАЛАР АУДИТИДА ТАҲЛИЛИЙ АМАЛЛАРНИ ҚЎЛАШ 279-287

09.00.00 – FALSAFA FANLARI

Jumayev Oybek Maratovich

O'ZBEKISTONDA KAMBAG'ALLIKNI QISQARTIRISH DINAMIKASINING IJTIMOY-SIYOSIY JIHATLARI 288-296

Наврўзова Гулчеҳра Нигматовна

ХОЖА АҲРОР ТАЪЛИМОТИДА ИНСОНИЙ ҲАҚИҚАТ МАСАЛАСИ 297-302

Хайридинов Аббосхон Анварович

ҒАРБ МАДАНИЯТИНИ ОММАЛАШИШИГА ИЧКИ ОМИЛЛАР ТАЪСИРИ 303-311

Мухамеджанова Лалихон

АХЛОҚНИНГ ЖАМИЯТДАГИ ТРАНСФОРМАЦИОН ВА БАРҚАРОРЛАШТИРУВЧИ ФУНКЦИЯЛАРИ 312-317

To'yeva Muhayyo Shuhrat qizi

O'ZBEKISTON RESPUBLIKASINING YANGILANISH JARAYONIDA XOTINQIZLAR INNOVATSION TAFAKKURINI OSHIRISH VA FAOLLASHUVI BORASIDAGI SIYOSATI:UMUMNAZARIY TAHLILLAR..... 318-322

Ro'zimurodov Siroj Madatovich

OILANING IJTIMOY-IQTISODIY MUNOSABATLARNI SHAKLLANTIRISHDA MA'NAVIY-AXLOQIY TARBIYANING TA'SIRI 323-326

Ravshanov Ulug'bek Rahbarovich

AXBOROT GLOBALLASHUVI SHAROITIDA YOSHLARDA MILLIY O'ZLIKNI TARBIYALASH MASALALARI 327-332

Allayarova Marxabo Mavlanovna

SHAXS BADIY IJODINI SHAKLLANTIRISHNING ESTETIK MUAMMOLARI VA MA'NAVIYAT 333-337

Хашимов Шерахон Жўрахонович

ЎЗБЕКИСТОН ХАЛҚАРО ИМИДЖИНИНГ ЮКСАЛИШИДА ТИББИЁТ ТУРИЗМИНИНГ ТУТГАН ЎРНИ..... 338-342

Soatov Rasul Muxitdinovich

BOBORAHIM MASHRAV HAYOTI VA IJODIDA TASAVVUFGA DOIR QARASHLAR TAHLILI 343-348

Ashurov Navfal Burxonjon o'g'li

MOVAROUNNAHR MIQYOSIDA NASAF SHAHRINING ILMIY-MADANIY ASOSLARI349-352

Ўразалиева Гулшада Бекнўлатовна

ГЕНДЕР ТЕНГЛИКНИ ТАЪМИНЛАШ - ЯНГИ ЎЗБЕКИСТОН СТРАТЕГИЯСИНИНГ УСТУВОР ЙЎНАЛИШИ 353-358

Xudaynazarov Samad Xudayberdiyevich, Turgunov Azim Turgunovich

JAMIYATNING MA'NAVIY - IJTIMOY RIVOJLANISHIDA O'ZBEK XALQI MILLIY QADRIYATLARINING O'RNI 359-364

Suvanov Ilhom Abdixalilovich

AXBOROT-MAFKURAVIY TAHDIDLARGA QARSHI KURASHDA MILLATLARARO TOTUVLIK VA DINIY BAG'RIKENGLIKNI TA'MINLASHNING AHAMIYATI 365-371

Axmedova Dilrabo Sa'dullayevna

SHARQ ALLOMALARI ASARLARIDA OILA VA TARBIYA MASALALARI 372-376

Kayumova Aziza Toshmuradovna

IBN XALDUNNING JAMIYAT VA IJTIMOYIY TARAQQIYOT TO'G'RISIDAGI QARASHLARI 377-381

G'ulomov Obid G'ayratovich

YOSHLAR MA'NAVIY KAMOLOTIGA TA'SIR ETUVCHI IJTIMOYIY-MADANIY OMILLARNING O'ZIGA XOS XUSUSIYATLARI 382-385

Панжиев Сухроб

ГЛОБАЛЛАШУВ ВА ҒОЯВИЙ ТАҲДИДЛАР ДАВРИДА ҲАҚИҚАТ ТУШУНЧАСИНИНГ АҲАМИЯТИ 386-391

Matnazarova Muhayyo Axmetjanovna, Azimova Charos Azamatovna

"ETNOS", "MILLAT" TUSHUNCHALARINING MAZMUN-MOHİYATI VA ULARNING ILMIY-NAZARIY TAHLILI 392-398

Amanov Alisher Kaxramonovich

VAQTNI ILMIY JIHATDAN TAHLIL QILISH HAMDA UNI FALSAFIY VA MADANIY NUQTAI NAZARDAN O'RGANISH 399-404

10.00.00 – FILOLOGIYA FANLARI

Пайзибаева Мадинахон Собиржон қизи

БРИТАНИЯ ХАЛҚ ЭРТАКЛАРИНИНГ ШАКЛЛАНИШИДА КЕЛЬТ МИФОЛОГИЯСИНИНГ ТАЪСИРИ ВА ЎРНИ 405-409

Tevosyan Gayane Arturovna

O'ZBEK VA RUS TILI GRAMMATIKASINING QIYOSIY TIPOLOGIYASI 410-417

Boynazarov Islom Abduxalimovich

INGLIZ TILIDAGI FALSAFIY TERMINLARDA SINONIMIYA HODISASI 418-421

Bahriddinova Yulduzxon Bahriddin qizi

INGLIZ VA O'ZBEK TILLARIDAGI BOTANIK TERMINLARNING NOMINATIV TAHLILI VA BINAR NOMLANISHI 422-426

Javliyev Mansurbek Odil o'g'li

KONSEPT TUSHUNCHASINING HOZIRGI ZAMON LINGVISTIKASIDA TUTGAN O'RNI VA AHAMIYATI 427-431

Ruziyev Xusniddin Baxritdinovich

PARALLEL KORPUSLARDAN FOYDALANISH IMKONIYATLARI 432-436

Rahimova Shahnoza Palvannozirovna

INGLIZ TILIDAGI IBORALARNI O'RGANISHDA TARJIMA MUAMMOLARI 437-442

Muhamadiyev Timur Urazovich

INGLIZ TILIDAGI OAVDA OMMAVIYLASHMAGAN IBORALARDAN FOYDALANISH 443-446

<i>Панжиева Насиба Нармахматовна</i> ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ СЕМАНТИЧЕСКОГО ПОЛЯ	447-451
<i>Умирова Дилфуза Суюновна, Асадов Шухрат</i> ОБРАЗОВАНИЕ ЯВЛЯЕТСЯ НЕОТЪЕМЛЕМОЙ И НЕПРЕРЫВНОЙ ЧАСТЬЮ ПРАВ И ИНТЕРЕСОВ ЧЕЛОВЕКА	452-456
<i>Ибрагимова Мохира Муратовна</i> ХУДОЖЕСТВЕННЫЙ ПСИХОЛОГИЗМ И ЕГО ФУНКЦИИ В ТВОРЧЕСТВЕ ВИРДЖИНИИ ВУЛЬФ	457-464
<i>Тойчиева Насибахон Суранбаевна, Ткебучава Ирина Георгиевна, Темирова Шоира Гайбуллаевна</i> АКТУАЛЬНЫЕ ТЕНДЕНЦИИ В ИЗУЧЕНИИ ИСТОРИИ ЛИНГВИСТИКИ	465-477
<i>Nurimova Diyora</i> LIRIK DISKURS VA UNING MOHIYATI	478-482
<i>Axmadjonova Mohinur Iqboljon qizi</i> INGLIZ VA O'ZBEK TILIDA NUTQ AKTLARINING SEMANTIK TUZILISH TAHLILI	483-491
<i>Jumanazarov Shukurali Tashmamatovich</i> KORPUS TUZISH TEXNOLOGIYASI.....	492-495
<i>Samadova Oydin Ilxomjon qizi</i> FRAZEOLGIK BIRLIK TUSHUNCHASI HAMDA UNING QO'LLANILISHI	496-500
<i>Xamrayeva Rano Rajabovna</i> XX ASR INGLIZ ILMIY FANTASTIKASINI TARJIMA QILISH XUSUSIYATLARI	501-505
<i>Ermatov Ixtiyor, Mamatqulov Azizbek</i> A.HOJIYEVNING TERMINOLOGIK LUG'ATLARI XUSUSIDA	506-510
<i>Muxtorova Moxlaroyim</i> INGLIZ VA O'ZBEK TILLARIDA TANBEH BERISHNI BILDIRUVCHI BIRLIKLARNING O'ZIGA XOS XUSUSIYATLARI	511-517
<i>Abdullayeva Nilufar Ramazonovna, Aliqulova Rohila</i> O'SIMLIK NOMLARI BILAN BOG'LIQ TARBIYAGA OID MAQOL VA MATALLARNING CHOQ'ISHTIRMA TAHLILI	518-521
<i>Носирова Мубина Олимовна</i> СПЕЦИФИКА ОТРАЖЕНИЯ АНТРОПОЦЕНТРИЧЕСКИХ ПОСЛОВИЦ В СЛОВАРЯХ РАЗНОСИСТЕМНЫХ ЯЗЫКОВ	522-528
<i>Xasanov Zafar Baxtiyorovich</i> ZAMONAVIY TILSHUNOSLIKDA SPORT ATAMALARINI O'RGANISHNING NAZARIY ASOSLARI	529-534
<i>Рахматов Бекзод Уктам угли</i> СОЦИАЛЬНО-ЛИНГВИСТИЧЕСКАЯ РЕПРЕЗЕНТАЦИЯ ПОНЯТИЯ «УЧИТЕЛЬ»	535-539

Yaxyoyev Fayzullo muhammadsoli o'g'li

XX ASRNING IKKINCHI YARMIDA ALISHER NAVOIY LIRIKASIGA DOIR MATNSHUNOSLIK
BILAN BOG'LIQ TALQINLAR..... 540-546

Otajonova Dildor Baxtiyarovna

KORPUS TURLARINING LINGVISTIKA SOHASINI TARAQQIY ETTIRISHDAGI
AHAMIYATI 547-551

12.00.00 – YURIDIK FANLAR

Ҳамроқулов Баҳодир Мамашарифович

МАЪНАВИЙ ЗИЁН КОМПЕНСАЦИЯСИ МИҚДОРИНИ АНИҚЛАШНИНГ НАЗАРИЙ ВА
АМАЛИЙ MASALALARI 552-559

Fayzullayev Aslbek Ulug'bek o'g'li

MULKNI QASDDAN NOBUD QILISH YOKI UNGA ZARAR YETKAZISH UCHUN JINOIY
JAVOBGARLIKNI TAKOMILLASHTIRISHNING AYRIM MASALALARI 560-564

Элмуродов Ҳусан Элмуродович

МЕҲНАТНИ МУҲОФАЗА ҚИЛИШ СОҲАСИДА ЎҚУВДАН ҲАМДА БИЛИМ ВА
КЎНИКМАЛАРИ ТЕКШИРУВДАН ЎТМАГАНДА ИШДАН ЧЕТЛАШТИРИШ..... 565-572

Аслонова Лайло Олимовна

ИЛМИЙ ХОДИМЛАР ҲУҚУҚИЙ МАҚОМИНИ БЕЛГИЛАШНИНГ АЙРИМ
MASALALARI 573-583

Файзиева Гулрух Мухаммади кизи

НЕКОТОРЫЕ ПОНЯТИЯ В СФЕРЕ ГАРАНТИИ ПРАВО НЕПРИКОСНОВЕННОСТИ
ЖИЛИЩА 584-588

Ибрагимова Сабина Эркиновна

К ВОПРОСУ О СОВЕРШЕНСТВОВАНИИ НАЦИОНАЛЬНЫХ МЕХАНИЗМОВ В СФЕРЕ
ДОСУДЕБНОГО УГОЛОВНОГО ПРОИЗВОДСТВА В РЕСПУБЛИКЕ УЗБЕКИСТАН..... 589-593

Tosheva Maftuna Anvar qizi

AXLOQQA QARSHI JINOYATLARNING JINOYAT-HUQUQIY JIHATLARI 594-600

Халилов Дониёр Нортажиевич

КОНСТИТУЦИОННОЕ РЕГУЛИРОВАНИЕ СОЦИАЛЬНО-ЭКОНОМИЧЕСКИХ ПРАВ И
СВОБОД В СОЦИАЛЬНОМ ГОСУДАРСТВЕ 601-607

Файзуллаева Нигорахон Равшановна

МЕЖДУНАРОДНЫЕ ДОГОВОРА В СИСТЕМЕ МЕЖДУНАРОДНОГО
КУЛЬТУРНОГО ПРАВА 608-618

13.00.00 – PEDAGOGIKA FANLARI

Saydillayeva Mehrinaz Bahodir qizi

OLIY TA'LIM TIZIMIDA TA'LIM DASTURLARINI LOYIHALASHTIRISH ASOSIDA PEDAGOGIK
TA'LIM METODIKASINI TAKOMILLASHTIRISH ASOSLARI 619-626

Ubaydullaeva Jamila Hurramovna

DARS TURLARI VA DARSNI REJALASHTIRISHGA NISBATAN YONDOSHUVLAR 627-631

<i>Ro'ziyeva Nazira Yodgorovna, Panjiev O'g'ilshod Baxodir qizi, Jo'raev Baxodir Norbo'tayevich</i> O'QUVCHILARGA TABIATNI ASRASH VA EZOZLASHNI "YASHIL MAKON" MILLIY TEKNOLOGIYA LOYIHASI ASOSIDA AMALIY ANJUMANLAR ORQALI OLIB BORISH	632-640
<i>Юлдошев Рустам Дилшод угли</i> РОЛЬ ПРАГМАТИЧЕСКИХ КОМПЕТЕНЦИЙ В ИЗУЧЕНИИ ЯЗЫКА И КОММУНИКАТИВНОМ ПРОЦЕССЕ	641-645
<i>Razzakov Baxrom Abdug'afurovich</i> BO'LAJAK MUHANDISLAR UCHUN OG'ZAKI MULOQOT KO'NIKMALARINI SHAKLLANTIRISH: INGLIZ TILI DARSLARIDA TRANSPORT TERMINOLOGIYASINI O'RGANISHGA MISOLIDA.....	646-650
<i>Salimova Shahlo Sayfulloyevna</i> TA'LIM TIZIMIDA XAVFSIZ MUHITNI YARATISH MUAMMO VA ISTIQBOLLARI	651-656
<i>Kuchkarova Arofathon</i> MATEMATIKA DARSLARIDA INNOVATSION TEKNOLOGIYALARDAN FOYDALANISH (GEOGEBRA DASTURI MISOLIDA)	657-661
<i>Radjabova Gulnoza Giyosiddinovna</i> YOZISH BO'YICHA KO'RSATMALARNI TAKOMILLASHTIRISHDA ZAMONAVIY AMERIKA INGLIZ TILI KORPUSINING (COCA) ROLI	662-669
<i>Sharifov Muxriddin Kamoladdin o'g'li</i> PROFESSIONAL TA'LIM MUASSASALARIDA MAXSUS FANLARNI O'QITISH ISTIQBOLLARI	670-675
<i>Saidova Surayyo Yarqulovna</i> NOFILOLOGIK TA'LIM YO'NALISHI TALABALARI O'QISH KOMPETENSIYASINI RIVOJLANTIRISHDA SOHAVIY MATNLAR XUSUSIYATLARI VA MATN TANLASH TAMOYILLARI	676-686
<i>Djalolov Furqat Fattohovich</i> UMUMIY O'RTA TA'LIM MAKTABLARIDA INGLIZ TILI TA'LIM SAMARADORLIGINI OSHIRISH VA SIFATINI YAXSHILASH YO'LLARI	687-691
<i>Niyazova Minara Baxramovna</i> TEKNIKA OLIIY O'QUV YURTLARIDA TALABALARNI FRANSUZ TILIGA QIZIQTIRISHNING O'ZIGA XOS JIHATLARI.....	692-697
<i>Amrillayev Husniddin Ashrab o'g'li</i> OLIIY TA'LIMDA VIRTUAL LABORATORIYALARDAN O'QUV JARAYONIDA FOYDALANISHNING PEDAGOGIK JIHATLARI	698-702
<i>Boboyeva Zarifa Jahonqulovna</i> SPORT TAYYORGARLIK JARAYONLARINING ADAPTIV MEXANIZMLARI.....	703-708
<i>O'rozov Shahobiddin Ziyadullayevich</i> AMIR TEMUR VA TEMURIYLAR DAVRIDA DAVLATNI BOSHQARISH TAMOIYILLARI.....	709-713
<i>Muxtshamova Parvina Zahitovna</i> ESL DARSLARIDA HAQIQIY MATERIALLARDAN FOYDALANISH	714-716

Received: 20 May 2024
Accepted: 30 May 2024
Published: 19 June 2024

Article / Original Paper

ADAPTIVE MECHANISMS OF SPORTS TRAINING PROCESSES

Boboyeva Zarifa Jahankulovna

Master's degree in adaptive health, physical education and sports specialization, Bukhara State University

Abstract. The article discusses pedagogical, medical and biological types of control based on experimental data conducted in the countries of the Near Commonwealth of Independent States, specific corrective approaches to managing the training load using a rapid diagnostic control system aimed at assessing the functional state of children. athlete, training of athletes. The dynamic characteristics of adaptation mechanisms are analyzed in terms of reserve capabilities, as well as the performance of the cardiovascular and nervous systems. In the experimental group, positive dynamic changes in physical, functional and technical indicators were revealed with a fairly high effectiveness of correctional training loads on the athletes' body ($p < 0.01$).

Key words: express control, index, functional state of the athlete, physical activity, diagnostic control, orthostatic test, clinical test, autonomic nervous system, accuracy of movements, blood pressure.

SPORT TAYYORGARLIK JARAYONLARINING ADAPTIV MEXANIZMLARI

Boboyeva Zarifa Jahonqulovna

Buxoro davlat universiteti, Adaptiv sog'lomlashtirish jismoniy tarbiya va sport mutaxassisligi magistranti

Annotasiya. Maqolada yaqin hamdo'stlik davlatlarida o'tkazilgan tajribaviy ma'lumotlarga asoslangan pedagogik, tibbiy-biologik nazorat turlari, sportchining funksional holatini baholashga qaratilgan tezkor diagnostik nazorat tizimini qo'llash orqali trenirovka yuklamalarini boshqarishning o'ziga xos korreksion yondashuvlari, sportchi atletlarning o'quv-mashg'ulot jarayoni va funksional holatini, yurak-tomir va asab tizimi ishchanligini cheklovchi zaxiraviy imkoniyatlari bo'yicha adaptiv mexanizmlarining dinamik xususiyatlari tahlil etilgan. Tajriba guruhida sportchilari organizmiga korreksion mashg'ulot yuklamalarining yetarlicha yuqori ta'sir samaradorligi bilan jismoniy, funksional va texnik ko'rsatkichlari bo'yicha ijobiy dinamik o'zgarishlar aniqlangan ($r < 0,01$).

Kalit so'zlar: tezkor nazorat, indeks, sportchining funksional holati, jismoniy yuklama, diagnostik nazorat, ortostatik sinama, klinistatik sinama, vegetativ asab tizimi, harakat aniqligi, arterial qon bosim.

DOI: <https://doi.org/10.47390/SPR1342V4I6Y2024N108>

Kirish. Yuqori natijalar sportining jismoniy va psixoemotsional yuklamalarining doimiy o'sib borishi inson faoliyatining ekstremal turiga aylantirib ulgurdi. Har qanday yangi rekord va tayyorgarlik vazifalari sportchilardan organizm tizimlarining maksimal chegaraviy funksional safarbarligini talab etadi. Sport turlarining organizm imkoniyatlariga adekvat bo'lgan og'irlik mashqlari natijasida, gavda qismlarini mutanosib va to'g'ri rivojlantirish, sportchi organizmining organ va tizimlarini ekstremal faoliyatga tayyorlaydi. Shiddat bilan rivojlanib boruvchi zamonaviy sport arenasi, xususan, sportchi atletlarning funksional holati

bilan bog'liq bo'lgan, yuqori sport yutuqlariga munosib texnik va jismoniy (kuch) tayyorgarliksiz erishib bo'lmasligi e'tirof etilmoqda [5,123., 6,32.,7, 150].

Mahalliy va xorijiy sport tibbiyoti maktablari muntazam, uzoq muddatli professional sportning sportchi organizmiga ta'sirini o'rganishda faol ishtirok etmoqda. Ushbu tadqiqotlardan maqsad sportchilarning adaptatsiya zaxiralari va funksional holatini o'rganishdan iborat bo'lib, real sport tayyorgarlik jarayonlariga imkon qadar yaqinroq bo'lgan sinovlarga ko'proq e'tibor qaratmoqda [1,716].

Tadqiqot metodologiyasi. Tadqiqot jarayonida, sportchining funksional holatini baholashga qaratilgan tezkor diagnostik nazorat tizimini qo'llash orqali trenirovka yuklamalarini boshqarishning o'ziga xos korreksion yondashuvlari amalda qo'llangan. Trenirovka yuklamalarini korreksiyalash uchun sportchining funksional holat indeksi (keyingi o'rinlarda SFHI) ishlab chiqilgan va obyektiv asos sifatida qabul qilingan. Pedagogik tajriba jarayonida SFHIga asoslangan, korreksiyalangan trenirovka yuklamalarining tajriba guruh sportchilari tomonidan tayanch musobaqa mashqlari (shtangani yelkada olib o'tirib-turish, moslamada yotgan holatda shtangani ko'tarish, turgan joyda gavda bilan shtangani tortish) natijalariga ta'sirini o'rganishdan iborat. Tajriba rejasiga ko'ra, tayyorlov davrining barcha trenirovkalari boshi va oxirida sportchilar funksional holatining tezkor nazoratlarini amalga oshirish, trenirovka yuklamalarini maqsadli korreksiyalashning keng imkoniyatlarini yaratdi.

Pedagogik tajribani rejalashtirish va o'tkazishda: birinchidan, sportchi atletlarning funksional imkoniyatlarini tezkor aniqlashning diagnostik usullarini qo'llash; ikkinchidan, sportchi atletlar organizmining holati to'g'risida diagnostik ma'lumotlarni o'z vaqtida aniqlash asosida o'quv-trenirovka jarayonini korreksiyalash orqali, ular salomatligini mustahkamlash va sport natijalarini oshirish vazifalari belgilangan

Adabiyotlar tahlili. SFHI ga asoslangan tezkor nazorat jarayonlarida besh turdan iborat tibbiy diagnostik testlar qo'llanilgan: ortostatik, klinostatik, ashner, harakat aniqligi va tezkorligini aniqlash sinamaları va arterial qon bosim darajasi (yurak tomir tizimining sistolik komponenti) aniqlash metodikasi [2,19]:

1. Ortostatik sinama (vegetativ asab tizimining holati) metodikasi [3, 65.,4, 163]:

Atletning gorizontal holatdan vertikal holatga o'tishida yurak-tomir qisqarishi (YuTQ) va arterial bosim o'zgarishini tahlil qilish. Ikki-uch daqiqali dam olishdan keyin 15 soniya ichida yurak-tomir qisqarish soni hisoblanadi. YuTQ ning 8-12 martagacha o'sishi - sinamaning me'yoriy ko'rsatkichi. Indeks bahosini ballarda ifodalash qulayligi uchun 0,8 dan 1,2 me'yor muvofiqlikda olinadi.

2. Klinostatik sinama (vegetativ asab tizimining holati) metodikasi:

Atletning vertikal holatdan gorizontal holatga o'tishida yurak-tomir qisqarishi (YuTQ) va arterial bosim o'zgarishini tahlil qilish. Ikki-uch daqiqali dam olishdan keyin 15 soniya ichida yurak-tomir qisqarish soni hisoblanadi. YuTQ ning 4-12 martagacha pasayishi - sinamaning me'yoriy ko'rsatkichi bo'lib hisoblanadi. Indeks bahosini ballarda ifodalash qulayligi uchun 0,4 dan 1,2 me'yor muvofiqlikda olinadi.

3. Ashner sinamasi (vegetativ asab tizimining holati) metodikasi:

YuTQ dastlabki va qayta 15 soniyadan keyin (2-3 daqiqali interval va ko'z qobig'ini ohista bosish bilan) o'lchovlari amalga oshiriladi. YuTQ ning 5-12 martagacha sekinlashuvi - sinamaning me'yoriy ko'rsatkichi. Indeks bahosini ballarda ifodalash qulayligi uchun 0,5 dan 1,2 me'yor muvofiqlikda olinadi.

4. Harakat aniqligi va tezkorligini aniqlash sinama (asab-mushak apparatining periferik sensomotorikasi) metodikasi: Bir daqiqali dam olishdan keyin, 15 soniya davomida, qog'ozda o'zaro teng masofali aylana shakllarini chizishdan iborat. Natijani baholash uchun chizilgan shakllar soni hisoblanadi. Aylanalar soni 12 dan 15 tagacha sinamaning me'yoriy ko'rsatkichi. Indeks bahosini ballarda ifodalash qulayligi uchun 1,2 dan 1,5 gacha me'yor cheklanib olinadi.

5. Arterial qon bosim darajasi (yurak tomir tizimining sistolik komponenti) aniqlash metodikasi: Testlashda monometr o'lchov asbobi vositasida trenirovkagacha va undan keyin (2-3 daqiqadan kech qolmasdan) darhol sistolik bosim aniqlanadi. Trenirovka oldi va keyingi sistolik bosim ko'rsatkichlari orasidagi farq 10-20 mm.sim.ust. dan oshmasligi kerak. Indeks bahosini ballarda ifodalash qulayligi uchun 1,0 dan 2,0 me'yoriy ko'rsatkichga moslashtiriladi.

Pedagogik Tajribaning SFHI ga asosan o'tkazilgan dastlabki nazorat o'lchovlarida yurak-tomir, kardio-respirator va asab-mushak tizimlari holatini va bevosita emotsional va jismoniy yuklamalarning qaytar aloqa mexanizmlarini tahlil etish maqsadida sinamalar bo'yicha ballar yig'indisi hosil qilindi.

Tadqiqot natijalari va ularni tahlil qilish. Ishlab chiqilgan SFHI sinamalari (tibbiy-pedagogik testlar: ortostatik, klinostatik, ko'z-yurak va praksimal (harakat aniqligi va tezkorligi, arterial bosim (sistolik)) ga asoslangan tezkor nazorat tizimini trenirovka boshi va oxirida qo'llashning maqsadga muvofiqligi ko'rsatiladi.

Taklif etilayotgan indeks me'yori 3,9-7,1 chegarani (yuklamaga adekvat moslashuv) tashkil etadi. 7,1 dan yuqori indeks (ball) atletning past tayyorgarlik darajasi, yoki oldingi haddan ziyod yuklama ta'siri, vegetativ asab tizimining o'ta qo'zg'aluvchanligini ko'rsatadi va trenirovka jarayonida kamaytirilgan individual yuklama tavsiya etiladi. Agar SFH indeksi 3,9 balldan past bo'lishi, sportchi organizmining somatik kasalliklari, yoki vegetativ asab tizimidagi jiddiy chekinishlarini ko'rsatadi va yuklamali mashg'ulotlarni darhol to'xtatib qo'shimcha tekshiruvlarni taqozo etadi.

Tahlil va natijalar. Pedagogik tajriba davrining Tajriba va nazorat guruhlarida SFHI ko'rsatkichlari yig'indisidagi o'zgarish xususiyatlarini tahlil qilishdan ma'lum bo'ldi-ki, Tajriba guruh sportchilari organizmiga korreksion mashg'ulot yuklamalarining yetarlicha yuqori ta'sir samaradorligi bilan maksimal va submaksimal yuklamaning salbiy ta'sirlarini yumshatishga imkon yaratildi. Tajriba o'zgaruvchanlik ta'sirida sportchilar organizmining trenirovka va musobaqa yuklamalariga barqarorligi oshganligi sababli, jismoniy, funktsional va texnik ko'rsatkichlarining rivojlanishi ta'minlandi. Tajriba guruh sportchilarining funktsional holat ko'rsatkichlar statistik ishonchli yaxshilandi ($r < 0,01$).

Jadval .1

Tajriba va nazorat guruh sportchilarning tajriba oxiridagi tibbiy-pedagogik test ko'rsatkichlari yig'indisi

№	Test	n	Guruhlar	M±m	W	T	Statik xulosa
1	Ortostatik sinama, ballar	17	Nazorat	1,41±0,03	136	-	$P \leq 0,001$
		17	Tajriba	0,98±0,02			
2	Klinostatik sinama, ballar	17	Nazorat	1,38±0,03	140	-	$P \leq 0,001$
		17	Tajriba	0,87±0,04			
3	Ko'z-yurak sinama, ballar	17	Nazorat	0,82±0,03	21	-	$P > 0,05$
		17	Tajriba	0,78±0,05			
4		17	Nazorat	1,14±0,07			

	Harakat aniqligi va tezkorligi ballar	17	Tajriba	1,29±0,03	50	-	P > 0,05
5	Arterial bosim, ballar	17	Nazorat	3,0±0,08	139	-	P ≤ 0,001
		17	Tajriba	1,58±0,12			
6	Sportchining funksional holati [SFHI], ballar	17	Nazorat	7,75±0,12	144	-	P ≤ 0,001
		17	Tajriba	5,47±0,18			

O'tkazilgan pedagogik tadqiqot natijasida Tajriba guruh sportchilarining barcha musobaqa shartlari bo'yicha tajribadan keyingi holat yuzasidan statistik ishonchli o'sish tendentsiyasi sodir bo'ldi. Nazorat guruhida aksincha, boshqacha o'sish tendentsiyasi kuzatildi. Jumladan, nazorat guruhining besh nafar sportchisida tajribadan oldingi holatga nisbatan natijalarning pasayish tendentsiyasi ma'lum bo'ldi. Tezkor nazoratga asoslangan korreksion mashg'ulot yuklamalarisiz tayyorgarligini samarali tashkil etish ilojsiz, bundan tashqari, sportchilar organizmiga maksimal va submaksimal yuklamalarning salbiy ta'siri, atletlar salomatligiga noxush asoratlari bilan sport natijalarining beqarorlashuviga olib keladi. Tezkor nazoratlarning ob'ektiv ma'lumotlariga asoslangan adekvat korreksion mashg'ulot yuklamalarisiz noxush travmatik vaziyatlar, yoki sportni tark etish holatlari sodir bo'lishi mumkin.

Xulosa va takliflar. Umuman, o'tkazilgan pedagogik tajriba, tadqiqot ishchi farazini tasdiqlaydi. Sportchilarining tayyorgarlik jarayonida maxsus tibbiy-pedagogik testlar majmuasi ko'rinishidagi taklif etilgan diagnostik nazoratlarning SFHI lari hisobidan, yaxlit o'quv-mashg'ulot jarayoni va alohida olinadigan trenirovka mazmuniga jismoniy yuklamalarni boshqarishning adekvat korreksion yondashuvlari sabab, sportchilar salomatligini yaxshilash va sport natijalarini oshirish imkoniyatlari hosil bo'ladi.

Tajribaviy ma'lumotlarning ko'rsatishicha, SFHI ga asoslangan mashg'ulot yuklamalarini korreksiyalash, tezkor nazorat ma'lumotlaridan foydalangan holda sportchi atletlarning tayyorgarlik jarayonini takomillashtirishning yuqori samaradorlikka ega bo'lgan vositasi hisoblanadi. Taklif etilayotgan korreksion yondashuvga tizimli amal qilish orqali, trenirovkaning vosita va usullarini ratsional rejalashtirish, pauerliftingchilar tayyorgarligini boshqarish imkoniyatlarini kengaytirish, shuningdek kasbiy kasalliklarni oldini olish va ushbu sport turining fiziologik asoslari yaratiladi.

Литературы/References/Adabiyotlar:

1. Башкин В.М. Системный подход к оценке и коррекции тренировочного процесса на основе функционального состояния организма спортсмена: монография / В.М. Башкин. - СПб.: Изд-во Гос. ун-та аэрокосмического приборостроения, 2009. - 108 с.
2. Дальский Д.Д. Некоторые физиологические особенности занятий пауэрлифтингом // Спортивно-оздоровительный атлетизм: сб. науч. тр./ С.-Петерб. гос. ун-т физ. культуры им. П.Ф. Лесгафта; под ред. Г.П. Виноградова. – СПб., 2006. – С. 15–20.
3. Науменко Э.В. Оптимизация тренировочных нагрузок пауэрлифтеров как профилактика профессиональных заболеваний на основе восстановительных методик/Э.В. Науменко, Л.Н. Платонова, А.Ю. Бутов, Д.Д. Дальский//Теория и практика физ.культуры.– 2012.– №7.– С.62–64.
4. Kadirov R.X., Jismoniy tarbiya diagnostikasi va korreksiyasi [Matn]: darslik / R.H. Kadirov. - Buxoro: "Sadriddin Salim Buxoriy" Durdona nashriyoti, 2020. - 184 b.

5. Kadirov R.X., Shukurov R.S. The ways of the activization of the independent works of the students in the educational platform moodle 10.5958/2278 -4853.2020.00152.4. Asian Journal of Multidimensional Research (AJMR) <https://tarj.in> 1 AJMR. ISSN: 2278-4853 Vol 9, Issue 5, May, 2020 Impact Factor: SJIF 2020 = 6.882 Asian Journal of Multidimensional Research (AJMR) <https://tarj.in> 2 AJMR. 24-30.
6. Kadirov R. K., Shukurov R. S. The ways of the activization of the independent works of the students in the educational platform moodle //Asian Journal of Multidimensional Research (AJMR). – 2020. – Т. 9. – №. 5. – С. 27-33.
7. Kadirov R. Kh., Shukurov R.S. Experimental Test Of Effectiveness Of Elektiv Courses In Higher Education. International Journal of Progressive Sciences and Technologies (IJPSAT). ISSN: 2509-0119.2021 International Journals of Sciences and High Technologies <http://ijpsat.ijsht-journals.org>.l. 25 No. 1 February 143 – 151. Impact Faktor: 7.625
8. Pogossoy A.V., Ilesnikov O.I. THE CLINICO-DYNAMICS MANIFESTATIONS OF ACUTE ALCOHOL PSYCHOSIS DEPENDING ON A VARIETY OF USING ALCOHOL. Kursk State Medical University Tula Regional Narcological Dispensary3. ВЕСТНИК НОВЫХ МЕДИЦИНСКИХ ТЕХНОЛОГИЙ– 2012 – Т. XIX, №4 – С.203.

SCIENCEPROBLEMS.UZ

**ИЖТИМОЙ-ГУМАНИТАР ФАНЛАРНИНГ
ДОЛЗАРБ МУАММОЛАРИ**

№ 6 (4) – 2024

**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).