

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 7 Jild 4
2024

SCIENCEPROBLEMS.UZ

**ИЖТИМОЙ-ГУМАНИТАР ФАНЛАРНИНГ
ДОЛЗАРБ МУАММОЛАРИ**

№ 7 (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.

Саидов Сарвар Атабулло ўғли – катта илмий ходим, Имом Термизий халқаро илмий-тадқиқот маркази, илмий тадқиқотлар бўлими.

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;

Шакарров 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 Абдукаҳхаровна – 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 Норқизилевич – 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:

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

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

Эсанова Замира Нормуратовна – 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 Шохида 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 Навбахор 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 Карамаддиновна – психология фанлари доктори, доцент,

Ўзбекистон давлат жаҳон тиллари 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 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).

MUNDARIJA

07.00.00 – TARIX FANLARI

<i>Abduxamidov Islombek</i> O'ZBEKISTON AHOLISINING ROSSIYA FEDERATSIYASIDA MEHNAT MUHOJIRLIGI TARIXI	10-18
<i>Фарманова Гульнара Комилевна</i> ПОДНЯТИЕ МЕТОДИКИ АРХЕОЛОГИЧЕСКИХ ИССЛЕДОВАНИЙ НА ОБЩЕМИРОВОЙ УРОВЕНЬ В СОВРЕМЕННЫХ УСЛОВИЯХ	19-24
<i>Индиаминова Шоира Амриддиновна</i> РАЗВИТИЕ КУЛЬТУРЫ И ИСКУССТВА В САМАРКАНДСКОМ СОГДЕ В ЭПОХУ РАННЕГО СРЕДНЕВЕКОВЬЯ	25-29
<i>Mirzakhmdamova Dildora Zafarovna</i> XOTIN-QIZLAR BANDLIGINI TA'MINLASHDA FARG'ONA VILOYATIDA IPAKCHILK ORQALI KASANACHILIK VA UY MEHNATINI RIVOJLANTIRISH	30-35
<i>Ismoilova Parvina</i> TURKISTON MINTAQASIDAGI INSTITUTSIONAL O'ZGARISHLAR: ROSSIYA KAPITALI UCHUN KANALLARNING SHAKLLANISHI (19-ASR OXIRI - 20-ASR BOSHLARI)	36-41
<i>Jomurodov Lazizbek Islomovich</i> O'ZBEKISTONDA TERI-TANOSIL KASALLIKLARIGA QARSHI KURASH JARAYONI	42-46

08.00.00 – IQTISODIYOT FANLARI

<i>Назарова Раъно Рустамовна, Нигматуллаева Гульчехра Нуруллаевна</i> ОСНОВНЫЕ ФАКТОРЫ, КРИТЕРИИ И ПОКАЗАТЕЛИ, ОБЕСПЕЧИВАЮЩИЕ УСТОЙЧИВОЕ РАЗВИТИЕ В СФЕРЕ ЭНЕРГЕТИЧЕСКОЙ ОТРАСЛИ	47-54
<i>Yegamberdiyeva Xurshidaxon Alisherovna</i> VAGONLARDAN FOYDALANISHNING SIFAT KO'RSATKICHINI OSHIRISHNI TADQIQ QILISH	55-61
<i>Mamadaliyev Ulug'bek</i> JAHON TURIZMIDA TUROPERATORLIK FAOLIYATINING RIVOJLANISH HOLATI	62-69
<i>Jalilov Arslon Xoshimovich</i> TEMIR YO'L TRANSPORTINING INNOVASION MUHITDAGI RAQOBATDOSHLIK DARAJASINI BAHOLASH	70-75
<i>Kamchibekov Farxod Olimjonovich</i> O'ZBEKISTON HUDUDLARINING INVESTITSION JOZIBADORLIGINI OSHIRISHDA MAXSUS IQTISODIY HUDUDLAR VA KICHIK SANOAT ZONALARINING ROLI	76-82

09.00.00 – FALSAFA FANLARI

<i>Djurayev Lukmon Narzullaevich</i> ZAMONAVIY O'ZBEKISTON JAMIYATIDA YOSHLAR IQTISODIY MADANIYATINING TRANSFORMATSIYALASHUVI	83-87
---	-------

Norkulov Ubaydulla Umarovich

MAHALLADA JINOYATLARNI ERTA ANIQLASHDA JAMOATCHILIK NAZORATINI

KUCHAYTIRISHNING IJTIMOIIY-FALSAFIY MEKANIZMLARI 88-92

Пулатов Шердор Нематёнович

ДОКТРИНА ЛЮБВИ АЛИШЕРА НАБАИ И МАХАТМЫ ГАНДИ 93-105

Yusupov Murodali Sunnatovich

O'ZBEKISTON QISHLOQ XO'JALIGIDA INNOVATSION TIZIMLARNI QO'LLASHNING IJTIMOIIY-

FALSAFIY MASALALARI 106-110

Suleymanov Sarvar Sunatullayevich

O'ZBEKISTONNING YANGI DAVRGA XOS BO'LGAN MA'NAVIY TEXNOLOGIYALARNING

IJTIMOIIY-FALSAFIY ASOSLARI 111-116

Shernazarov Ravshan Avazovich

SIYOSIY E'TIQOD: UNING TIZIMI VA FUNKSIYASINING FALSAFIY TAHLILI 117-122

Nasrullayev Ravshanxon Sirojxonovich

VATANPARVARLIKNI IJTIMOIIY- MADANIY HODISA SIFATIDA AHAMIYATI 123-126

10.00.00 – FILOLOGIYA FANLARI

Matkarimova Salomat Ko'ziyevna

ALISHER NAVOIY VA HAYDAR XORAZMIY: MUSHTARAKLIK VA O'ZIGA XOSLIK 127-133

Tairova Maxfuza Abdusattorovna

INGLIZ VA O'ZBEK TILLARIDAGI MAMLUKATSHUNOSLIKKA DOIR RAMZIY VOSITALARNING

TARJIMADA QAYTA IFODALANISHI 134-139

Rahimova Maftuna

LISONIY BELGI VA ASSOTSIATSIYA 140-143

Umaraliyeva Dildora Taxirjanovna

O'ZBEK LATIFALARI, ULARNING TASNIFI VA TO'PLASH BORASIDA OLIV BORILGAN

TADQIQOTLAR 144-147

Xursanov Nurisлом Iskandarovich

O'ZBEK FRAZEOLIK BIRLIKLARINING PRAGMATIK TAHLILI 148-154

Umarov Umidjon Akram o'g'li

RAMZ AXRETIPLARINING TASNIFLANISHI VA BADIY TAHLILI 155-159

Облокулова Шахло Асрор қизи

ЗАМОНАВИЙ ЖАҲОН АДАБИЁТИДА ТАОМ ДИСКУРСИ 160-164

Nazarova Lola Maqsadilla qizi

KORPUS LINGVISTIKASI: BNC KORPUSINING FUNKSIONAL XUSUSIYATLARI 165-170

Umarxonova Dilafruz Murotjonovna

"MARDLIK" VA "QO'RQOQLIK" KONSEPTLARINING AKSIOLINGVISTIK TAHLILI 171-175

Yunusova Ganjina Rustamovna

NAZMDA YO'L XRONOTOPINING BADIY-ESTETIK XUSUSIYATLARI 176-180

Мусаев Файзулло Оманович

АРАБ ДУНЁСИДА "МАСАЛ" ИЛМИНИНГ ВУЖУДГА КЕЛИШИ ВА РИВОЖИ 181-186

<i>Ubaydullayeva Dilafruz Fazliddinova</i> INGLIZ VA O'ZBEK TILIDAGI "ANGER" VA "G'AZAB " ATAMALARINING ETIMOLOGIK VA LEKSIKOGRAFIK TAHLILI	187-192
<i>Narmuratov Zayniddin Radjabovich</i> FRAZEOLOGIK BIRLIKLAR KOMPONENTLARI TAHLILI VA ULARNING STRUKTURAVIY MODELLARI	193-196
<i>Masharipova Nargiza Otaxonovna</i> TARIXIY-BADIIY ASARLAR TARJIMASIDA DINIY VA TARIXIY SO'ZLAR TARJIMASI MUAMMOSI	197-201
<i>Икромов Нугина Ойбековна</i> ПСИХОЛИНГВИСТИЧЕСКИЕ ТРУДНОСТИ ПЕРЕВОДА ЗАГЛАВИЯ ЛИТЕРАТУРНОГО ПРОИЗВЕДЕНИЯ	202-207
<i>Najmiddinova Mehriqul Najmiddin qizi</i> NEGATIVLIKNI IFODALOVCHI TEXNIKAGA OID TERMINLARNING QIYOSIY TADQIQI (INGLIZ VA O'ZBEK TILLARI MISOLIDA)	208-213
<i>Eshniyazova Maysara Beknazarovna</i> "NAZMUL JAVOHIR" ASARIDA G'OYAVIY BADIIY POETIKA	214-221
12.00.00 – YURIDIK FANLAR	
<i>Саидов Акроб Акмалович</i> ЯНГИ ЎЗБЕКИСТОН ЖАЗОНИ ИЖРО ЭТИШ СИЁСАТИ ҲАМДА УНИНГ НАЗАРИЙ АСОСЛАРИ	222-230
<i>Raimova Nargiza Doroyevna</i> TIJORAT MAXFIY MA'LUMOTLARINI HIMOYA QILISH: INTELLEKTUAL MULK HUQUQI SOHASIDAGI QONUNCHILIKNI TAKOMILLASHTIRISH ISTIQBOLLARI	231-237
<i>Умурзаков Жасурбек Қосимжанович</i> КРИПТО-АКТИВЛАР НОҚОНУНИЙ АЙЛАНМАСИ БИЛАН БОҒЛИҚ ҲУҚУҚБУЗАРЛИКЛАР УЧУН ЖАВОБГАРЛИКНИ ТАКОМИЛЛАШТИРИШ	238-242
<i>Nurmamatova Noila Doniyorovna</i> KONSTITUTSIYAVIY SUDLOV ORGANI TOMONIDAN FUQAROLAR VA YURIDIK SHAXSLARNING SHIKOYATINI KO'RIB CHIQISHNING O'ZIGA XOS XUSUSIYATLARI	243-248
<i>Muxammadjonov Jasurbek Jaxongir o'g'li</i> FUQAROLARNING TADBIRKORLIK BILAN SHUG'ULLANISH HUQUQINING XALQARO VA MINTAQAVIY HUQUQIY KAFOLATLARI	249-260
<i>Адилбаев Бекбосын Абатбаевич</i> ФУҚАРОЛИК-ҲУҚУҚИЙ ВАКИЛЛИК ТУШУНЧАСИ, МОҲИЯТИ ВА ЎЗИГА ХОС ХУСУСИЯТЛАРИ	261-267
<i>Турсунбоев Сардор Муроджон ўғли</i> ПРОКУРАТУРА ОРГАНЛАРИ ТИЗИМИДА ТЕРГОВ ТУЗИЛМАЛАРИНИНГ ФАОЛИЯТИНИ ТАШКИЛИЙ-ҲУҚУҚИЙ АСОСЛАРИНИ ТАКОМИЛЛАШТИРИШ	268-275
<i>Mukumov Bobur</i> O'ZBEKISTON RESPUBLIKASI VA GERMANIYA FEDERATIV RESPUBLIKASIDA TOVAR BELGILARINI HUQUQIY MUHOFAZA QILISH MASALALARI	276-282
<i>Nabiev Firuz Xamidovich</i> INTELLEKTUAL MULK SOHASIDAGI XALQARO HUQUQIY NORMLARNI O'ZBEKISTON	

RESPUBLIKASI QONUNCHILIGIGA IMPLEMENTATSIYA QILISHDA “MOSLASHUVCHANLIK” KONTSEPTSIYASINING O'RNI	283-289
---	---------

Калимбетов Ерназар

ГРАЖДАНСКИЕ ПРАВА В СФЕРЕ ПРЕДПРИНИМАТЕЛЬСТВА: ПОНЯТИЕ, ВИДЫ И СОДЕРЖАНИЕ В КОНТЕКСТЕ АДМИНИСТРАТИВНО-ПРАВОВОЙ ЗАЩИТЫ	290-297
--	---------

Ibrohimov Azimjon Abdumot'min o'g'li

KORPORATSIYANI AMALDA BOSHQARUVCHI SHAXSLAR JAVOBGARLIGI	298-306
--	---------

Ходжаева Ширин

ТЕОРЕТИКО-ПРАВОВОЙ АНАЛИЗ РИСКОВ, СВЯЗАННЫХ С ПРЕДДОГОВОРНЫМИ ОТНОШЕНИЯМИ	307-317
--	---------

Маматкулов Камолiddин Галабаевич

ТАҚИҚЛАНГАН ЭКИНЛАРНИ ЕТИШТИРИШ БИЛАН БОҒЛИҚ ЖИНОЯТЛАРНИ ТЕРГОВ ҚИЛИШДА ИСБОТЛАНУВЧИ ҲОЛАТЛАР ВА УЛАРНИНГ АҲАМИЯТИ	318-323
---	---------

13.00.00 – PEDAGOGIKA FANLARI

Nazarova Ra'no Sidiq qizi

HUQUQBUZARLIKKA MOYIL BO'LGAN BOLALARDA O'Z-O'ZINI NAZORAT QILISH KO'NIKMASINI SHAKLLANTIRISHNING NAZARIY ASOSLARI	324-329
---	---------

Fayzullayeva Gulchexra Sharipboyevna

UMUMIY O'RTA TA'LIM MAKTAB O'QITUVCHISI KASB STANDARTINING MAZMUN TAHLILI	330-341
--	---------

Hamidova Laylo Kamildjonovna

OLIY PEDAGOGIK TA'LIMDA ARALASH O'QITISH MODELLARIDAN FOYDALANISHNING AFZALLIKLARI	342-346
---	---------

Ajiniyazova Sholpan Saparniyazovna, Uteniyazov Karimbay Kuanishbaevich

MAKTABDA KIMYOVIY MASALALARNI ECHISH BO'YICHA MASHG'ULOTLARNI TASHKIL ETISH SHAKILLARI	347-357
---	---------

Rasulova Dilafruzxon Sharobiddin qizi

GLOBAL PEDAGOGIK SAVODXONLIKNI RIVOJLANTIRISHDA TALABALAR KOMPETENSIYASIGA METODIK YONDASHUVLAR	358-363
--	---------

Kenjaboyev Sharifjon Shuxrat o'g'li

INDIVIDUAL-KABIY RIVOJLANISH – PEDAGOGLIK KASBI TARBIYASINING AJRALMAS QISMI SIFATIDA	364-369
--	---------

Jalilov Umidjon Jahongirovich

OG'IR ATLETIKA MASHQLARINING AMALGA OSHIRISH USLUBIYATI	370-375
---	---------

Najmiddinova Gulnora Najmiddin qizi

OLIY TA'LIM TIZIMIDA SUN'IY INTELLEKT TIZIMINI TAKOMILLASHTIRISH MEXANIZMLARI	376-381
--	---------

Received: 30 June 2024

Accepted: 5 July 2024

Published: 15 July 2024

Article / Original Paper

METHOD OF IMPLEMENTATION OF HEAVY ATHLETICS EXERCISES

Jalilov Umidjon Jahangirovich. –

UzSUPCSFF - advisor to the director, associate professor of the department of multi-sport theory and defeat.

Abstract. In this article, the work carried out on the theoretical and practical foundations of the techniques and tactics of weightlifting lifting, and the means, methods, principles of training, methods of organizing the structure of the training process, and pedagogical principles. information is provided.

Key words: classic lifting, fast-power, lifting, instruction, non-stop, start, deflection start, amortization phase.

OG'IR ATLETIKA MASHQLARINING AMALGA OSHIRISH USLUBIYOTI

Jalilov Umidjon Jahangirovich

O'zDJTSUFF – direktor maslaxatchisi, ko'pkurash nazariyasi va ulubiyati kafedrası dotsent v.v.b.

Annotatsiya. Ushbu maqolada og'ir atletika dast ko'tarishni bajarish texnikasi va taktikasi va o'rgatishning vositasi, uslublari, tamoyillari, bo'yicha mashg'ulot lar jarayonining tuzilishini tashkil etish uslublari va pedagogik tamoyillarining nazariy va amaliy asoslari bo'yicha amalga oshirilgan ishlar ma'lumoti berilgan.

Kalit so'zlar: klassik dastko'tarish, tezkor-kuch, dastko'tarish, ko'rsatma, to'x tovsiz, start, og'dirish starti, amortizatsiya fazasi.

DOI: <https://doi.org/10.47390/SPR1342V4I7Y2024N55>

Kirish. Hozirgi kunda Respublikamizda og'ir atletika ustuvor sport turlaridan bo'lib, ushbu sport turi vakillari hisoblangan sportchilar nufuzli xalqaro musobaqalarda, jumladan, Olimpiya va Osiyo o'yinlari, jahon va Osiyo chempionatlarida yurtimiz sharafini munosib himoya qilishmoqda. Bugungi kunda "Iqtidorli sportchilarni aniqlash va yoshlar terma jamoalariga zaxira yaratish" vazifasi ustuvor masalalardan biri hisoblanadi. Yurtimiz og'ir atletikachilarining bunday yuqori natijalarida ilmiy ta'minot bevosita alohida o'ringa ega va doimiy takomillashuvni talab qiladi.

Og'ir atletika bo'yicha sport zaxiralari va sport terma jamoalarini xalqaro sport tadbirlariga tayyorlashning ilmiy ta'minotini takomillashtirish O'zbekiston Respublikasining "Jismoniy tarbiya va sport to'g'risida"gi qonunida belgilangan asosiy vazifalardan biri bo'lib, shu bilan birga, yuqori natijalar sportidagi zamonaviy raqobat bilan ham oldindan belgilab berilgan.

Dast ko'tarishni bajarish texnikasi asoslari og'ir atletika sportida ikkita klassik mashqda musobaqalar o'tkaziladi. Bu shtangani ikki qo'lda dast va siltabko'tarish. Sportchilar shtangani qulayroq va samaraliroqko'tarish uchun ma'lum bir usullar hamda mashqlarni

qo'llashadi. Murabbiylar esa sport natijalarini oshirish uchun og'ir atletikachilarning texnikasini anatomik-fiziologik xususiyatlarini hisobga olgan holda ma'lum bir mashg'ulot usullarini qo'llaydilar.

Klassik dastko'tarish – tezkor-kuch mashqi bo'lib, uni bajarish paytida (musobaqa qoidalariga binoan) shtanga bitta to'xtovsiz harakat bilan tekislangan qo'llarda yuqoriga ko'tarilishi lozim. Harakatni bajarish vaqtida cho'kkalashdan foydalanishga ruxsat etiladi.

Dast ko'tarish – qisqa vaqt davom etadigan mashq. Dast ko'tarishda shtanga ko'tarish bo'yicha eng faol harakatlarning davomiyligi 1 soniya atrofida, o'rnidan turish va egallangan og'ir likni qayd qilishni hisobga olganda 2,5-3 soniyani tashkil etadi. Dastko'tarishni bajarishda shtanga tezligi chegara atrofidagi vazn bilan 2 m/d dan oshmaydi.

Dastko'tarishni bajarishda tayyorgarlik harakatlari harakatga bo'lgan psixologik ko'rsatmani (ko'rsatma) va shtanganiko'tarish oldidan start holatni egallashni (start) o'z ichiga oladi. "Ko'rsatma", "Harakatga ko'rsatma" atamasi ko'pincha sport turlarida keng qo'llaniladi. Sport faoliyati nuqtai nazaridan bu insonning harakatga tayyor ekanligini belgilab beruvchi turli darajadagi boshqaruv tajribalaridir. Ma'lumki, kam tajribaga ega sportchida shtanganiko'tarish texnikasi (hattoki vazn u uchun yengil bo'lsa ham) barqaror emas, yuqori malakali og'ir atletikachilar esa shtanganik o'tarishga puxtalik bilan jiddiy tayyorlanadilar. Bu harakat shaylanish bilan, xayolan unga tayyorgarlik ko'rish bilan bog'liq. Bu "ko'rsatma" mazmunini tashkil etadi[1,2].

Start. Shtanganik o'tarish oldidan o'tkaziladigan tayyorgarlik harakatlari boshqa sport turlaridagi dastlabki harakatlar singari "start" deb nomlangan.

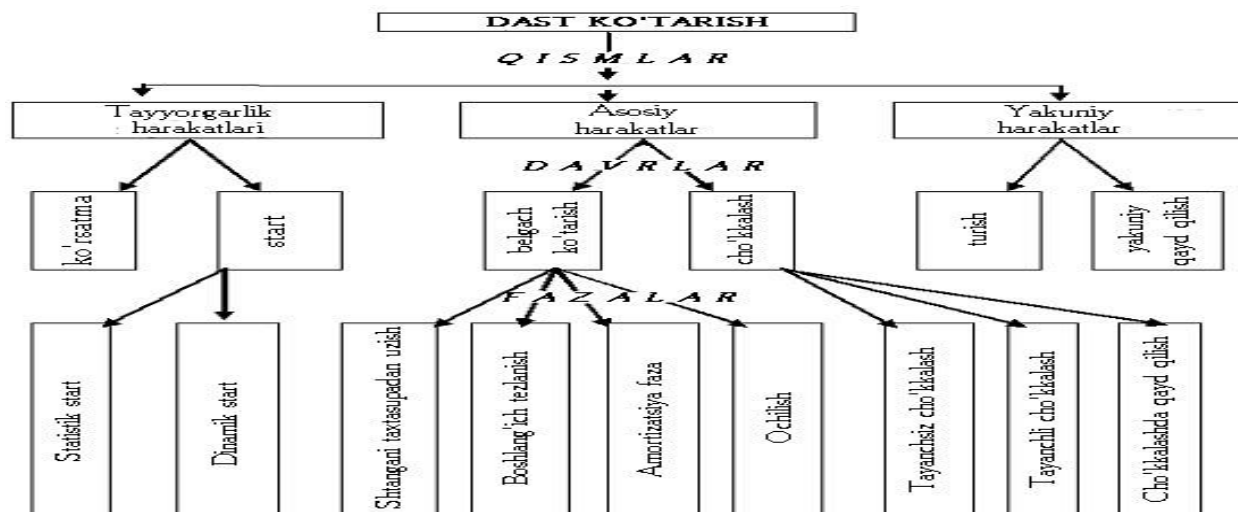
Start statik va dinamik tizimlarga bo'linadi.

Statik start o'rgatish va mashq qildirish jarayonida asosiy bo'lishi kerak. Bunday startda sportchi uning asosiy elementlarini mustahkamlaydi; oyoqlarni joylashtirish (qo'yish), gavdaning boshqa bo'g'imlari holati, ushlab va uning oqilona kengligi, harakatlar izchilligi.

Statik startda sportchi shtanganiko'tarishni turg'un statik holatdan turib boshlaydi, aynan shu uning nomlanishida aks etgan.

Statik startning ustuvorligi: harakatni bajarish uchun dastlabki holatning katta doimiyligi; dastlabki holatning buzilishi bilan bog'liq bo'lgan xatolar sonining kamayishi.

Statik dastlabki holatni o'zlashtirib olish kelgusida dinamik startning ancha murakkab turlariga o'tishga yordam beradi.



1- Rasm. Dars ko'tarish sxemasi.

Chayqalgan holdagi start. Sportchi start holatini olgandan so'ng oyoqlarini tekislaydi, so'ngra o'sib boruvchi tezlik bilan yana ularni bukadi (harakatni 1-2 marta prujinasimon bajaradi) va darhol shtangako'tarishni boshlaydi [3,4].

Bu harakat belning orqa va oyoqlar mushaklarining oldindan cho'zilishini ta'minlaydi, bu kuch imkoniyatlarini oshiruvchi reaktiv kuchlarni hosil qiladi. Biroq bu harakatni aniq bajarish oson emas, shuning uchun chayqalgan holdagi startda texnik xatolarning yuzaga kelish ehtimoli katta.

Gavdani pastdan og'dirish starti – sportchilar tomonidan tezroq o'zlashtiriladi. Bunday startda gavda pastga tushiriladi, oyoqlar tizza bo'g'imlaridan ancha ko'proq (chayqalgan holdagi startga qaraganda ko'proq) bukiladi. Bosh va yelkalar ham shtanga ustida qolmaydi, balki orqaga – pastga tomon tebrangichsimon harakatlarni bajaradi. Harakat past holatda to'xtovsiz bajariladi.

“Bir zumda” start. Amalda juda kam qo'llaniladi. Bunda tayyorgarlik harakatlari bir vaqtda bukilgan va gavda tushirilgan paytda bajariladi. Sportchi umuman to'xtamasdan shtangani ushlab, bir zumda, oldindan cho'zilgan orqa va oyoq mushaklarida yuzaga kelgan reaktiv kuchdan foydalanib, shtangako'tarishni boshlaydi. Sportchi, shtangako'tarishni bajarishga tayyorlanib, harakatga “shaylanib”, start holatini egallab, asosiy harakatlarga o'tadi [5].

Shtangani uzish vaqti (ko'tarish). Sportchining snaryad bilan o'zaro harakatlarining murakkab tizimi hisoblanadi. U ta'sirchan datchiklar yordamida amalda shtanga supadan uzilgan vaqtda qayd etiladi. Yuqori malakali sportchilarda ShUVgacha bo'lgan kuchlanishlar qisqa vaqt ichida keskinroq amalga oshiriladi. Bu fazaning davomiyligi odatda 0,15-0,20 soniyani tashkil etadi. Biroq davomiylikni hisoblash vaqti faqat shartli ravishda olinishi mumkin, masalan, oyoqlar bukilishi tugagan (dinamik startda) paytdan yoki ularni yozish boshlangan (statik startda) paytdan boshlab [6].

Shunday qilib, shtangani supadan ayirish (uzish) fazasi qat'iy aniqlana-digan boshlanishga ega emas, uning yakunlanishi esa ShUV hisoblanadi. Bu paytga kelib oyoqlarning boshlang'ich bukilishi va tosning birmuncha ko'tarilishi – to'g'ri harakatlanish shartidir. Sportchi boshi va yelkalari bilan bir oz oldinga harakatlarni boshlaydi.

ShUVda sportchining mustaqil tayanchi tugaydi va keyingi harakat yagona tayanch koftlari bilan o'tadi. ShUV orqali “sportchi shtanga” tizimining muvozanatlashuviga erishish lozim, chunki boshlang'ich holatda (og'ir vaznlarniko'tarishda) shtanganing harakat yo'nalishida qilingan xatoni tuzatib bo'lmaydi.

Boshlang'ich tezlik olish fazasi. ShUVdan boshlanadi va portlash boshlanishigacha davom etadi. Boshlang'ich tezlik olish boshida atlet tomonidan shtangaga beriladigan kuchlanish tez o'sib boradi va ShUVdan 0,08-0,11 soniyadan so'ng ko'tarilayotgan shtanga vaznining 140-160% ni tashkil etadi [7,8].

Shtanganing boshlang'ich tezlik olish paytida gavda yozilishiga qaraganda oyoqlarning ilgarilab yozilishi davom etadi. Shtanga atletga yaqinlashib, yuqoriga orqaga harakat qilishda davom etadi. Yelkalar yuqoriga, lekin bir oz oldinga, yoy bo'ylab siljib harakatlanadi, “sportchi shtanga” tizimi kinematik zanjirlari hamma bo'g'imlarining qat'iy o'zaro bog'liqligini saqlab qolish, yetarlicha kuchli kuchlanishlarni rivojlantirish (120-130% – ShUVda va 160% gacha kuchlanishlarning birmuncha cho'qqisida) ham belgachako'tarish davrini bajarishning optimal tavsifiga kiradi. Harakat oyoqlarning ilgarilab tizza bo'g'imlaridagi yozilishi hamda yoyilgan

yoki tekis holatni saqlab turuvchi gavda og'ishining bir oz oshishi bilan bajariladi. Boshlang'ich tezlik olish (tezlanish) oxirida shtanga tezligi 1.3-1.6 m/s ga etadi, bunda uning eng yuqori ko'rsatkichlari uzun bo'yli og'ir vazndagi sportchilarda kuzatiladi. Davr oxirida tizza bo'g'imlarida bukilish burchagi 145-155°, tos-son bo'g'imlarida esa 90-100% ni tashkil etadi.

Irg'itish – amortizatsiya fazasi va final tezlanishini o'z ichiga oladi. Shtanga grifi tizza bo'g'imlari darajasidan o'tganidan so'ng irg'itish darhol boshlanadi. Ma'lumotlarga ko'ra, malakali og'ir atletikachilar supadan shtanga grifigacha bo'lgan masofa sportchi bo'yiga nisbatan o'rtacha 32% ni tashkil qilgan paytda irg'itishni boshlaydilar.

Amortizatsiya fazasi. Adabiyotlarda 2 ta asosiy sinonimga ega – “tizzalarni birlashtirish” va “qayta joylashtirish”. Amortizatsiya atamasi portlashning ikkita fazasi hamda uchinchi fazadagi harakatlar xususiyati – oyoqlarni tizzalardan bukkan paytda yuzaga keladigan cho'ziluvchan yoki “reaktiv” kuchlardan foydalanish birligini anglatadi.

Amortizatsiya – darajasining boshlanishi gavdani faol yozish, oyoqlarni tos-son bo'g'imlaridan (tizza bo'g'imlari bukilganda) yozish shtanga va gavdaning og'irlik likmarkazlarining keskin o'sib boruvchi yaqinlashishi bilan bog'liq. Bu shtanga tizza darajasidan o'tib bo'lgan zahoti mumkin bo'ladi [9].

Gavdani kuchli yozilishi sababli oyoqlarning tizza bo'g'imidan egiluvchan bukilishi (amortizatsiya) sodir bo'ladi. To'g'ri yaxlit harakat qilinganda oyoqlarning bukilishi majburan, ularni shtanga grifiga “keltirish” maxsus moslamadan turib amalga oshiriladi.

Uchinchi fazaning boshlang'ich darajasida (0,03-0,05 s) tayanchga bo'lgan kuchlanishlar pasayadi (ularning mutlaq kattaligi – ko'tariladigan shtanga vaznining 70 dan 120% gacha), so'ngra keskin oshadi. Oyoqlarning tizza bo'g'imidagi bukilishi tugagan (“amortizatsiya” tugallangan) paytga kelib, kuchlanishlar kattaligi deyarli maksimumga yetadi.

Oyoqlarning tizza bo'g'imidan bukilish burchaklari amortizatsiya fazasiga kelib 115-130° gacha kamayadi, tos-son bo'g'imlarida esa 125-135° gacha oshadi. Amortizatsiya fazasining umumiy davomiyligi 0,10-0,16 soniyaga teng.

Yuqorida ko'rsatib o'tilgan parametrlarning ko'pchiligini harakatning qisqa vaqt ichida sodir bo'lishi tufayli ko'z bilan baholab bo'lmaydi.

Final tezlanishi fazasi. Oyoqlarning tizzalardan bukilish paytidan (oldingi fazada ularning bukilishi tugagandan keyin) boshlanadi. Bir vaqtning o'zida gavdaning yakunlovchi yozilish harakati sodir bo'ladi. Tizza bo'g'imlaridan yozilish tamom bo'lishi bilan fazaning tugaganligi qayd qilinadi. Bu fazaning davomiyligi – 0,15-0,20 soniya atrofida. U yengil vazn toifasidagi sportchilarda kamayadi.

Bu fazani to'g'ri tushunish va harakat xususiyatini tushuntirib berish uchun uning bajarilishini amortizatsiya fazasiga bog'liq holda ko'rib chiqish zarur. Bu bir vaqtga ikkita fazani birlashtiruvchi payt – bu ikkala faza davomida yaxlit, to'xtovsiz harakat bilan bajariladigan gavdaning yozilishi hamda oyoqlar ishining o'ziga xos mexanizmidir.

Final tezlanishni bajarish boshida (oyoqlar yozilishi boshlagandan 0.03-0.04 soniyadan so'ng) kuchlanishning maksimumigacha oshishi sodir bo'ladi (ko'tariladigan shtanga vaznidan 170-190%). Faza oxiriga kelib tezlik ham maksimal tezligiga erishadi – 1,70 m/d gacha (ko'proq og'ir roq vazn toifalarida).

Tos-son bo'g'imlarini haddan ziyod “yozib yuborish” hollari ko'p uchrab turadi. Bunda burchaklar 175-185° ga yetadi. Bir vaqtning o'zida tos-son bo'g'imlarining yetarlicha

yozilmasligi shtangani cho'kkalashda uni ushlab turishda muvozanatning yo'qolishiga olib keladi, shuningdek, rivojlantiriladigan kuchlanish kattalagini kamaytiradi.

“Irg'itish” va “cho'kkalash” chegarasida oxirgi harakatning noto'g'ri bajarilishi oyoqlar bukilishi boshlangunga qadar yelkarniko'tarish ham cho'kkalashga tez o'tishga to'sqinlik qiladi. Yelkalarni ko'tarish cho'kkalash boshlanishi bilan bir vaqtda amalga oshirilsa, to'g'ri bajarilgan hisoblanadi.

Cho'kkalash – uchta fazani o'z ichiga oladi: tayanchsiz cho'kkalash, tayanchli cho'kkalash va cho'kkalashda uni ushlab turish (cho'kkalashdan turishga to'xtovsiz o'tish bajarilgan paytda cho'kkalashda qayd qilish fazasi bo'lmaydi).

Tayanchsiz cho'kkalash fazasi. Uning asosiy vazifasi o'z vaqtida boshlanishidir. Irg'itishdan cho'kkalashga o'tishdagi to'xtalish xato hisoblanadi. Bu fazaning umumiy davomiyligi malakali sportchilarda 0,25-0,30 sm atrofida bo'ladi. U yengil vazn toifasidagi sportchilarda kamayadi.

Cho'kkalashda sportchining shtanga bilan tez o'zaro aloqasi tavsiya qilinadi. Bunda qo'llar shtangada itariluvchi harakatni bajaradi, cho'kkalash tezroq bajariladi. Bunday faol bajarilganda butunlay tayanchsiz cho'kkalash qayd etiladi.

Ba'zan tom ma'noda tayanchsiz cho'kkalash bo'lmaydi va platforma bilan o'zaro ta'sirini bir oz saqlab turadi. Tayanchsiz cho'kkalash fazasining davomiyligi shunday vaqt davri bo'yicha hisoblanadiki, bu yerda tayanchli reaksiya kattaligi sportchining tana vazni darajasida qayd etiladi.

Tayanchli cho'kkalash fazasi. Bu darajaning davomiyligi – 0,2-0,4 s. Tana beldan orqaga egilgan va ozgina oldinga og'dirilgan. Bu maksimal chuqurroq cho'kkalashni ta'minlaydi va ham cho'kkalashda, ham turish paytida muvozanat o'rnatishni yengillashtiradi.

Xulosa. Dast ko'tarishda shtanga ko'tarish bo'yicha eng faol harakatlarning davomiyligi 1 soniya atrofida, o'rnidan turish va egallangan og'irlikni qayd qilishni hisobga olganda qancha kam soniyani tashkil etsa texnikani bajarishda qulaylik paydo bo'ladi.

Адабиётлар/Литература/References:

1. Jalilov U.J. Analysis Of Indicators Of Physical Fitness Of Young Men Senior School AGE//Herakd Pedagogiki Naukai Praktyka 2www. Ejournals. Idinfo@Ejournals. Id (Wydanie Specjalne)2021. C.262-265.
2. Jalilov U. Badminton Sport Turi Bolalarning Sog'Lom Turmush Tarzidagi Ahamiyati.// Муғаллим Хэм Үзликсиз Билимлендириў № 6/3 - 2022 Жыл. Б-280-281.
3. Эрнazarov, Г. Н. (2020). Исследование Изменений Ростово-Массовых Показателей Студентов Педагогического Вуза. Достижения Науки И Образования, (12), 61-63.
4. Ernazarov, G., & Mavlonova, S. (2023). Indicators Of Speed Physical Quality Of Students. Science And Innovation, 2(B1), 177- 183.
5. У.Ж. Жалилов Жисмоний Тарбия Машғулотлари Жараёнида Талабаларнинг Жисмоний Машқлар Билан Шуғулланишда Ҳаракат Фаолиятини Ўрганиш. №1-2024 Wwww.Fansports.Uz. Fan – Sportga • №1/2024 85-88-Б.
6. Ernazarov, G. N. (2023). The Level Of Preparation Of Players Depends On Maximum Oxygen Consumption. American Journal Of Pedagogical And Educational Research, 8, 68-75.
7. Ernazarov, G. N. (2022). Physical Qualities Of Students Жисмоний Тарбия Ва Спортнинг Тиббий-Биологик Ва Ижтимоий-Психологик Асослари Медико-Биологические И Социально-Психологические Основы Физической Культуры И Спорта Fan – Sportga • №1/2024 №1-2024

Www.Fansports.Uz 89 Learn. International Journal Of Social Science & Interdisciplinary Research ISSN: 2277-3630 Impact Factor: 7.429, 11(12), 150-159.

8. Ernazarov, G. N. (2022). Due To Anthropogenic Changes In The Ecological Conditions, The Negativity That Occurs In The Aerobic Capacity Of Students. *International Journal Of Social Science & Interdisciplinary Research* ISSN: 2277-3630 Impact Factor: 7.429, 11(12), 132-139.
9. Эрнazarов, Г. Н. (2021). Педагогическая Валеология В Учебном Процессе Системы Высшего Образования. ББК 75.1 А-43 Ответственный Редактор, 344.
10. Ernazarov, G. (2023). The Influence Of Regional Features On The Body In Physical Education. *Best Journal Of Innovation In Science, Research And Development*, 323-328.
11. Ernazarov, G. N. (2022). Various Ecological In The Circumstances Living School Of Archers Physical Ability To Work And Hemodynamic Parameters. *International Journal Of Social Science & Interdisciplinary Research* ISSN: 2277-3630 Impact Factor: 7.429, 11(12), 1-8.

SCIENCEPROBLEMS.UZ

**ИЖТИМОЙ-ГУМАНИТАР ФАНЛАРНИНГ
ДОЛЗАРБ МУАММОЛАРИ**

№ 7 (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).