



BUXORO DAVLAT  
PEDAGOGIKA INSTITUTI



№1  
2023

ISSN 2181-4201



# TA'LIM TRANSFORMATSIYASI

ILMIY – METODIK JURNAL

ISSN 2181-4201



# BUXORO DAVLAT PEDAGOGIKA INSTITUTI

ISSN – 2181-4201

## TA'LIM TRANSFORMATSIYASI

---

ILMIY – METODIK JURNAL

№ 1

BUXORO – 2023  
«DURDONA» NASHRIYOTI

## ILMIY – METODIK JURNAL TAHRIR HAY'ATI TARKIBI

### Bosh muharrir:

**Daminov Mirzohid Islomovich**

Buxoro davlat pedagogika instituti direktori, p.f.n., dotsent.

### Tahrir hay'ati raisi:

**Qahhorov Siddiq Qahhorovich**

pedagogika fanlari doktori, professor.

Muqimov K.M.	– O'zRFA akademigi, fizika-matematika fanlari doktori, professor
Tadjixodjayev Z.A.	– texnika fanlari doktori, professor
Xamidov O.X.	– iqtisod fanlari doktori (DSc), professor
Murodov Sh.N.	– fizika-matematika fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD)
Ikramov A.A.	– pedagogika fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD), dotsent
Raximov Sh.A.	– fizika-matematika fanlari nomzodi, dotsent
Muxtorov E.M.	– psixologiya fanlari nomzodi, dotsent
Niyozov A.K.	– texnika fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD), dotsent.
Sharipov A.Z.	– falsafa fanlari doktori (DSc), professor
Qahhorov O.S.	– iqtisod fanlari doktori (DSc), professor
Barotov Sh.R.	– psixologiya fanlari doktori, professor
Olimov Sh.Sh.	– pedagogika fanlari doktori, professor
Rasulov T.H.	– fizika-matematika fanlari doktori (DSc), professor
O'rayeva D.S.	– filologiya fanlari doktori, professor
Amonov M.R.	– texnika fanlari doktori, professor
Bo'riyev S.B.	– biologiya fanlari doktori, professor
Mahmudov M.H.	– pedagogika fanlari doktori, professor
Ma'murov B.B.	– pedagogika fanlari doktori, professor
Abdullayev M.J.	– pedagogika fanlari doktori (DSc), professor
Jo'rayev A.R.	– pedagogika fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD), professor
Saidova M.J.	– pedagogika fanlari doktori (DSc), dotsent
Nazarov M.R.	– fizika-matematika fanlari nomzodi, dotsent
Izbullayeva G.V.	– pedagogika fanlari doktori (DSc), dotsent
Tosheva D.A.	– filologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD) dotsent
Byulent Bayram	– filologiya fanlari doktori, professor (Ahmad Yassaviy nomidagi xalqaro Turk-Qozoq universitet)
Timur Kojaog'lu	– filologiya fanlari doktori, professor (AQSH Michigan davlat universiteti)
Irina Pokrovskaya	– filologiya fanlari doktori, professor (Taras Shevchenko nomidagi Kiyev milliy universiteti)
Murat Elmali	– filologiya fanlari doktori, professor (Istanbul universiteti)
Mehmet Y.Y.	– filologiya fanlari doktori, professor (Istanbul universiteti)
Starikov Marcelo	– pedagogika fanlari doktori, professor (New York)

**Muassis:** BUXORO DAVLAT PEDAGOGIKA INSTITUTI

**Tahririyat manzili:** Buxoro shahar Piridastgir ko'chasi 2-uy.

**Telefon:** (+998 65) 226-10-97 **Faks:** (+998 65) 226-66-75

**Elektron manzil:** [buxdpi@buxdpi.uz](mailto:buxdpi@buxdpi.uz).

**ISSN – 2181-4201**

## TAQVIM

SIFATLI TA'LIM VA FANLARARO INTEGRATSIYANING  
AHAMIYATI

**Daminov Mirzohid Islomovich p.f.n., dots.**

*Buxoro davlat pedagogika instituti direktori*

Yurtimizda olib borilayotgan davlat siyosatining markazida inson va uning manfaatlarini ta'minlash ustuvor vazifa etib belgilangan. Shu yurtda yashayotgan har bir insonning tinch va baxtli hayot kechirishi uchun, sog'salamat bo'lishi va farzandlarimizning sifatli ta'lim olishi, oilalarning farovon hayot kechirishi uchun zarur sharoitlar yaratilmoqda.

Buning asosi sifatida O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2023-yil 28 - fevraldagi PF-27-sonli Farmoni bilan tasdiqlangan 2022-2026-yillarga mo'ljallangan Yangi O'zbekistonning taraqqiyot strategiyasi, "Insonga e'tibor va sifatli ta'lim yili" da amalga oshirishga oid Davlat dasturida belgilangan vazifalarni ko'rishimiz mumkin.

Muhtaram Prezidentimiz Sh.M.Mirziyoev Yangi O'zbekistonni barpo etish haqidagi dasturul amal so'zlari diqqatga sazovordir: "Yangi O'zbekistonni barpo etish – bu shunchaki xohish-istak, sub'ektiv hodisa emas, balki tub tarixiy asoslarga ega bo'lgan, mamlakatimizdagi mavjud siyosiy-huquqiy, ijtimoiy-iqtisodiy, ma'naviy-ma'rifiy vaziyatning o'zi taqozo etayotgan, xalqimizning asriy orzu-intilishlariga mos, uning milliy manfaatlariga to'la javob beradigan ob'ektiv zaruratdir. Biz bu yo'lda islohotlarimizning asosiy harakatlantiruvchi kuchi bo'lgan jamiyatimiz a'zolarining bilim va salohiyati, kuch va imkoniyatlarini, butun azmu shijoatimizni ishga solishimiz lozim. Shundagina mamlakatimiz xalqimiz orzu qilgan, jahon maydonida kuchli salohiyat, munosib obro'-e'tiborga ega bo'lgan, har tomonlama obod va farovon davlatga aylanadi". Ushbu ulug'vor maqsad "Yangi O'zbekiston", "Inson qadri", "Ma'rifiy jamiyat" g'oyalarining ilgari surilayotganligida ham tobora namoyon bo'lmoqda. Zero, Prezidentimiz ta'birlari bilay aytganda: "Ushbu tushuncha mamlakatimizning zamonaviy qiyofasini shakllantirish, yurtimizda



demokratik davlat, erkin fuqarolik jamiyatini barpo etish, Uchinchi Renessans poydevorini yaratish borasidagi islohotlarimizning tayanch g'oyasini ifoda etadi” .

Yangi O'zbekistonda ma'rifatparvar davlat barpo etishning ijtimoiy-iqtisodiy va ma'naviy-axloqiy asoslarini optimallashtirish deganda nimani tushunyapmiz, nimalarga e'tibor berishimiz kerak, qanday bunyodkor g'oyalar bizga kuch-quvvat ato etadi, yoshlarimizga cheksiz ilm, kafolatlangan ta'lim olish huquqi va kelajakda munosib va sog'lom turmush tarzi, shuningdek, har bir fuqaroga o'z haq-huquqlarini qonun ustuvorligi asosida ta'minlanishi kabi hodisalarni tushunamiz.

Bu borada yaqindagina qabul qilingan yangilangan Konstitutsiyamiz eng avvalo yuqoridagi asosiy g'oyaviy mazmunga ko'ra, yurtimizda qurilayotgan Yangi O'zbekistonning o'zi ma'rifatparvar davlat ekanini, yurtimizdagi barcha sa'y-harakatlar shunga qaratilganini ifodalab turibdi.

Bugun biz tarixiy davrning mas'uliyatli va hal qiluvchi pallasida turib, mamlakatimiz taraqqiyotida yangi davrga qadam qo'ymoqdamiz. Xalqimiz intilayotgan ijtimoiy davlat va ma'rifiy jamiyat qurish kabi buyuk maqsadni amalga oshirishga munosib hissa qo'shadigan yoshlarni tarbiyalashimiz va ularga sifatli ta'lim berishimiz lozim.

Ta'lim sifati va samaradorligini oshirishda fanlararo integratsiya muhim ahamiyatga ega. Ta'lim tizimida fanlararo integratsiyani amalga oshirish hozirgi davrdagi dolzarb mavzulardan biri hisoblanadi. Ta'limda integratsiyani amalga oshirish o'quvchilarning fanga bo'lgan qiziqishlarini oshirishda va dunyoqarashi keng mustaqil fikrli shaxs bo'lib yetishishida o'ziga xos rol o'ynaydi.

Integratsiya (lot. Integration tiklash, to'ldirish) bu fanlarning differensial jarayon davomida yaqinlashuvi va bog'lanish hosil qilishi hisoblanadi. Integratsiya jarayoni fanlar orasidagi aloqani yangi, yuqori sifatda bir biriga bog'lash bosqichi bo'lib, o'zini yuqori ko'rinishda namoyon eta olishi lozim bo'ladi. Shuni alohida ta'kidlash joizki, integratsiya jarayoni ildizlari uzoq o'tmishdagi xalq va ilmiy pedagogikaga asoslangan.

O'tmishdagi xalq pedagogikasida didaktika ta'sirining ruhiy pedagogik xususiyati hamda psixologik pedagogik bog'liqlik to'g'risida K.D.Usheniskiy shunday degan edi: “Har qanday fan tomonidan xabar qilinayotgan bilim va g'oya dunyo va hayotga keng nigoh va yorituvchan holatda berilishi lozim”. O'sha davrlarda ham olimlar fanlar o'rtasidagi

bog'lanishni ya'ni, integratsiyani qo'llash taqdim etilayotgan bilimlar hayotga keng nigoh tashlash imkonini berishini alohida ta'kidlab o'tishgan.

Biron bir fandagi mavjud yoki yangi ma'lumotlarni bola doim ham yaxshi eslab qolmasligi mumkin, lekin mana shu mavzular boshqa fanlardagi ma'lumotlar bilan boyitilsa, ya'ni o'zaro bog'lanish orqali yoritilsa ham qiziqarli, ham eslab qolish osonlashadi.

Ta'lim sohasida fanlararo integratsiyani joriy etish yo'nalishida o'qitish tamoyillari va usullarining jadal rivojlantirish, dastur va darsliklarning yangilansh, yangi usuldagi o'qitish metodlarini shakllantirish ishlari amalga oshirilmoqda.

Xulosa o'rnida shuni alohida ta'kidlashimiz kerakki, ta'limdagi integratsiya inson faoliyatining istalgan sohasi uchun yuqori sifatli mutaxasislarni tayyorlashga xizmat qiladi. Zamonaviy ta'limda integratsiya texnologiyasi fanning alohida qismlarini yaxlit kompleksga birlashtirishni ta'minlaydi. bundan tashqar bu nafaqat turli bilimlarning mexanik aloqasini, hattoki ularga o'zaro bog'liq bo'lgan yondashuvni qo'llash va muayyan muammolarni hal qilishda inson tizimli ravishda harakat qilishi kerak bo'ladi.

## PEDAGOGIKA, PSIXOLOGIYA VA METODOLOGIYA

### O'SMIRLIK DAVRIDA YUZAGA KELADIGAN FIZIOLOGIK, BIOLOGIK VA PSIXOLOGIK O'ZGARISHLARGA TA'SIR ETUVCHI OMILLAR

**Agamurodov Sarvar Istamovich**

*Buxoro davlat pedagogika institute  
Pedagogika kafedrasi o'qituvchisi*

**Annotatsiya.** Mazkur maqolada, o'smirlik davrida o'quvchi yoshlarda yuzaga keladigan fiziologik, biologik va psixologik o'zgarishlarga ta'sir etuvchi omillar, ularning kelib chiqish sabablari, o'smirlarning individual va psixologik xususiyatlari, «O'tish davri», «Krizis davr», «Qiyin davr» tushunchalari haqida keng fikrlar bayon etilgan.

**Kalit so'zlar:** psixologiya, o'smir yoshlar, fiziologik o'zgarishlar, qo'zg'alish, psixik o'sishini.

**Abstract.** In this article, the factors affecting the physiological, biological and psychological changes that occur in the adolescent period, the causes of their origin, the individual and psychological characteristics of adolescents, "Transition period", "Crisis period", "Difficult period" concepts are expressed widely.

**Key words:** psychology, adolescent youth, physiological changes, arousal, mental growth.

O'smirning psixik o'sishini harakatga keltiruvchi kuch – uning faoliyatini vujudga keltirgan ehtiyojlar bilan ularni qondirish imkoniyatlari o'rtasidagi qarama-qarshiliklar tizimining namoyon bo'lishidir. Mana shu dialektik qarama-qarshiliklar ortib borayotgan bir paytta jismoniy, aqliy hamda axloqiy imkoniyatlar bilan

barqarorlashgan, stereotipga aylangan tashqi olamni aks ettirishning shakllari o'rtasida sodir bo'ladi. Vujudga kelgan ziddiyatlar va qarama-qarshiliklarni, psixologik kamolotni ta'minlash, faoliyat turlarini murakkablashtirish orqali o'smir shaxsida yangi psixologik fazilatlarni tarkib toptirish bilan

asta-sekin yo'qotish mumkin. Bu davr insonning kamoloti yuqoriroq bosqichiga ko'tarilishi bilan yakunlanadi.

O'smirlik insonning balog'atga yetish davri bo'lib, o'ziga xos xususiyati bilan kamolotning boshqa pog'onalaridan keskin farqlanadi. O'smirda ro'y beradigan biologik o'zgarishlar natijasida uning psixik dunyosida tub burilish vujudga keladi. Balog'at davriga 11-12-15 yoshli qizlar va o'g'il bolalar kiradi. Kamolotning mazkur davrida jismoniy o'sish va jinsiy yetilish amalga oshadi.

Bolaning bo'yi 11-12 yoshida 6-7 sm, hatto 10 sm gacha o'sishi mumkin. Biroq bu bosqichda qizlar o'g'il bolalarga qaraganda tezroq o'sadilar. O'smir 13-14 yoshga to'lganda har ikkala jins o'rtasida bo'yni o'sishi qariyb baravarlashadi. O'n besh yoshga yetganda esa o'g'il bolalar qizlarni ortda qoldirib ketadilar. Shundan keyin to umrining oxirigacha o'sishda o'g'il bolalar ustunlik qiladilar.

O'smirlik davrida bo'y bilan tana nomutanosib ravishda o'sadi, natijada bolalar oriq, nimjon va uzun bo'yli bo'lib ko'rinadilar.

O'smirlarda yurakning hajmi va tiriklik sig'imi har yili 25% kattalashib boradi. Bo'yni jadal

o'sishi va tana og'irligining ortishi bilan qon hamda kislorodga ehtiyoj ham ortadi, bu ehtiyoj yurak hajmining kengayishi va funksional faoliyati ko'rsatkichlarining boyishi evaziga ta'minlanadi. Mazkur davrda tananing umumiy hajmidan 7-8 foizini qon tashkil qiladi, qon bosimi birmuncha oshadi, simob ustunining 110-115 mm darajasida bo'ladi. Yurak qisqarishining chastotasi bir qadar sekinlashadi, masalan, 11 yoshda daqiqada 85-90 marta urgan bo'lsa, 14-15 yoshlarda 70 gacha pasayadi.

Yurak kengayishi bilan birga qon tomirlari ham yo'g'onlashadi. Qon aylanishi tizimining qayta qurilishi, vegetativ, nerv sistemasidagi beqarorlik qon aylanishini buzadi va o'smirda ba'zan qon bosimining ortishi ro'y beradi. Qon aylanishining o'zgarishi qizlarda og'irroq kechadi, chunki ularda yurak vaznining ortishi oldinroq boshlanib, oldinroq yakunlanadi. O'smirlik davrida nafas olish organlari jadal rivojlanadi. O'g'il bolalar qorin bilan, qizlar esa ko'krak bilan nafas ola boshlaydilar. Ko'krak qafasi, nafas olish muskullari tez o'sa boradi va jinsiy yetilishni kuchaytiradi.



11-12 yoshdagi o'smirning ichki sekretsiya bezlari qayta quriladi. Gipofizning old qismi ishlab chiqaradigan gormonlar gavdaning o'sishini ta'minlaydi. Gipofizning o'rta qismi kuchayishi sababli pigmentlar almashinishi o'zgaradi, natijada soch qorayishi, yuzlarning oqarishi namoyon bo'ladi. Gipofiz bilan bir qatorda qalqonsimon bezning funksiyasi ham kuchayadi. Qalqonsimon bez ishlab chiqaradigan tiroksin gormoni organizmda modda almashinuvi va energiya sarfini keskin orttiradi. Markaziy nerv sistemasida qo'zg'aluvchanlik o'zgaradi natijada yaqqol histuyg'ular tug'ila boshlaydi. Qalqonsimon bez faoliyatining kuchayishi qo'zg'aluvchanlik, asabiylashish va toliqishni keltirib chiqaradi. Bosh miya qobig'ida tormozlanish jarayonining susayishi shiddatli emotsional kechinmalarni vujudga keltiradi, xulq-atvorda parokandalik, g'ayritabiiylik paydo bo'ladi. Qalqonsimon bez funksiyasining o'zgarishi va modda almashinuvining buzilishi sababli o'smirde semirish ro'y beradi.

Mazkur yosh davrida jinsiy bezlar faoliyati kuchayadi. Balog'atga etishning birlamchi va ikkilamchi alomatlari o'sa boshlaydi: o'g'il bolalarda ovoz

o'zgaradi, yo'g'onlashadi, mo'ylov va soqol paydo bo'ladi, qizlarda esa ko'krak bezlari rivojlanadi va hokazo. Natijada boshqa jinsga qiziqish ortadi, orzu, xohish, nozik tuyg'u, sog'inch, iztirob kabi kechinmalar paydo bo'ladi.

O'smirlar jinsiy yetilish sirlarining 17 foizini ota-onadan, 9 foizini o'qituvchilardan, 4 foizini maktab vrachidan va qolgan yashirin jihatlari, holatlari to'g'risidagi ma'lumotlarni ko'cha-ko'ydan, o'rtoqlari va dugonalardan eshitib bilib oladilar. Kutilmagan holatlar va ma'lumotlar ularning xatti-harakatini chigallashtiradi, yakkalik olamiga berilish boshlanadi, fe'l-atvorda ayrim illatlar paydo bo'ladi. Goho o'smirlar orasida axloqan tubanlashuv hollari ro'y berishi mumkin. Ularni bunday qiliqlardan, nopok guruh va to'dalardan xalos etish maqsadga muvofiqdir.

Ijtimoiy hayotda yaramas odatlarni keltirib chiqaruvchi anchagina manbalar bor: birinchidan, kino zallari va televideni-yalarda o'smirlarga to'g'ri kelmaydigan filmlarga ruxsat qilinishi; ikkinchidan, jamoat joylarida va ko'cha-ko'yda kattalarning nojoiz qiliqlar ko'rsatishlari; uchinchidan ta'limda biologik o'sish to'g'risida yetarli bilimlar berilmasligi;

to'rtinchidan, vrachlarning bu sohada keng ko'lamli ish olib bormasligi; beshinchidan, otanalarda fiziologik va psixologik bilimlar yetishmasligi; oltinchidan, o'smir bolalar va qizlarga mo'ljallangan materiallarning kamligi va hokazolar.

Fiziologik o'zgarish jinsiy yetilishning boshlanishi va bu bilan bog'liq ravishda tanadagi barcha a'zolarining mukammal rivojlanishi va o'sishi, hujayra va organizm tuzilmalarining qaytadan shakllana boshlashidir. Organizmdagi o'zgarishlar bevosita o'smir endokrin sistemasining o'zgarishlari bilan bog'liqdir. Bu davrda ichki sekretiya bezlaridan biri gipofiz bezining funksiyasi faollashadi. Uning faoliyati organizm to'qimalarining o'sishi va muhim ichki sekretiya bezlarining (qalqonsimon bez, buyrak o'sishi va jinsiy bezlar) ishlashini kuchaytiradi. Natijada bo'y o'sishi tezlashadi, jinsiy balog'atga yetish (jinsiy organlarning rivojlanishi, ikkilamchi jinsiy bezlarning paydo bo'lishi) amalga oshadi.

O'smirlar o'zlarini kattalardek tutishga harakat qiladilar. Ular o'zlarining layoqat, qobiliyat va imkoniyatlarini ma'lum darajada o'rtoqlari va o'qituvchilariga ko'rsatishga intiladilar. Bu holatni

oddiy kuzatish yo'li bilan ham osongina ko'rish mumkin. O'smirlik yoshiga xos bo'lgan psixologik xususiyatlarni o'rgana turib, o'smirlar shaxsining shakllanib, rivojlanib, kamolotga erishish yo'llarini va unga ta'sir etadigan biologik va ijtimoiy omillarning bevosita ta'sirini tushunish mumkin. Bu davrda o'smir baxtli bolalik bilan xayrlashgan, lekin kattalar hayotida hali o'z o'rnini topa olmagan holatda bo'ladi, o'smirlik davri «o'tish davri», «Krizis davr», «qiyin davr» kabi nomlarni olgan psixologik ko'rinishlari bilan xarakterlanadi. Chunki, bu yoshdagi o'smirlarning xatti-harakatida muqobil, yangi sharoitlarda o'z o'rnini topa olmaganligidan psixik portlash xollari ham kuzatiladi. O'z davrida L.S.Vigotskiy bunday holatni «psixik rivojlanishdagi krizis» deb nomlagan. O'smirlik yoshida ularning xulq-atvoriga xos bo'lgan alohida xususiyatlarni jinsiy etilishning boshlanishi bilan izohlab bo'lmaydi. Jinsiy etilish o'smir xulq-atvoriga asosiy biologik omil sifatida ta'sir ko'rsatib, bu ta'sir bevosita emas, balki ko'proq bilvositadir. O'smirlik davriga ko'pincha so'zga kirmaslik, o'jarlik, tajanglik, o'z kamchiliklarini tan olmaslik, urushqoqlik kabi xususiyatlar xos.

O'smir o'quvchilarni ta'lim va tarbiya berish ishlarida uchraydigan ayrim qiyinchiliklar bu yoshdagi bolalarning psixik rivojlanishi va xususiyatlarini ba'zan yetarli darajada bilmaslikdan yoki inkor qilishdan kelib chiqadi. Kichik va katta yoshdagi maktab o'quvchilariga qaraganda o'smirlik yoshidagi bolalarni tarbiyalashda juda ko'p qiyinchiliklar bo'ladi. Chunki, kichik bolaning katta odamga aylanishi jarayoni juda qiyin kechadi. Bu jarayon o'smirlar psixologiyasining odamlar bilan bo'lgan

munosabat formalarining jiddiy ravishda o'zgarishi, hamda hayot sharoitining o'zgarishi bilan bog'liqdir.

Shunday qilib, o'smirlarga ta'lim-tarbiya berishning yangi to'g'ri usullari hamda vositalarni topishi uchun o'smirlik yoshining o'ziga xos xususiyatlarini, jismoniy va psixologik taraqqiyotini yaxshi bilishimiz kerak. O'smirlik yoshining mazmuniy xarakteristikasi vaqt o'tishi bilan o'zgarib boradi, chunki inson hayotining ijtimoiy sharoitlari o'zgaradi.

#### **Foydalanilgan adabiyotlar:**

1. Umarov B.M. Psixologiya: darslik / B.M.Umarov; O'zbekiston Respublikasi Oliy va o'rta maxsus ta'lim vazirligi; O'zbekiston davlat jahon tillari universiteti. – Toshkent: Voris-nashriyoti, 2012. –5-9 b.
2. Xaydarov F.I., Xalilova N.I. Umumiy psixologiya. Darslik. – T., 2010.–3-8 b.
3. Shamshetova A.K., Melibayeva R.N., Usmanova X.E., Xaydarov I.O.. Umumiy psixologiya. O'quv qo'llanma. – T.:«Barkamol fayz media», 2018. – 12-25 b.
4. G'oziev E. G'.. Umumiy psixologiya. Psixologiya mutaxassisligi uchun darslik. – T.: “Universitet” 2002.82-120 b.
5. G'oziyev E.G'.. Ontogenez psixologiyasi.T.: 2010. 128-135 b.
6. G'oziyev E.G'.. Psixologiya. T.: 1994. 133-155 b.

## FAOLIYATNING O'ZLASHTIRILISHI VA MALAKALARNI EGALLASHNING IJTIMOIIY-PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI

**Boboeva Umida Baxshulloyevna**

*Osiyo Xalqaro universiteti pedagogika-psixologiya yo'nalishi birinchi bosqich magistranti.*

**Annotatsiya.** Ushbu maqolada inson shaxsining shakllanishi o'yin, ta'lim, mehnat, sport va boshqa faoliyatning turlarida amalga oshirilishi, faollik tufayli faoliyatni amalga oshirilishi, faoliyat va uning turlari haqida fikr yuritilgan.

**Kalit so'zlar:** faoliyat, faollik, xulq-atvor, muomala, ehtiyoj, istak, ijtimoiy talablar, axborot.

**Аннотация:** В данной статье формирование личности человека осуществляется в играх, обучении, труде, спорте и других видах деятельности, деятельность осуществляется благодаря деятельности, рассматриваются виды деятельности и их виды.

**Ключевые слова:** деятельность, деятельность, поведение, поведение, потребность, стремление, социальные потребности, информация.

**Annotation:** In this article, the formation of a person's personality is carried out in games, training, work, sports and other activities, activities are carried out thanks to activities, types of activities and their types are considered.

**Key words:** activity, activity, behavior, behavior, need, aspiration, social needs, information.

Faoliyatning o'ziga xos dastalabki xususiyati shundaki, aktivlikning manbayi bo'lgan faoliyat aktivlikni yaxshi anglab olingan maqsad bilan boshqariladi. Faoliyat voqelikka bo'lgan aktiv munosabatning shunday formasi-ki, u orqali odam yashab turgan olam bilan o'zi o'rtasida real aloqa o'rnatada. Odam faoliyat vositasi bilan tabiatga, narsalarga va

boshqa kishilarga ta'sir qiladi. Toshning og'irligini aniqlash uchun uni kutarib ko'rish kerak edi, atom bombasining quvvatini namoyon qilish uchun esa uni portlatib ko'rish kerak edi. Galdagi bitta oddiy vazifani bajarishga qaratilgan ana shunday har bir nisbatan tugallangan faoliyat elementi amal deb yuritiladi.



Harakatning bajarilishi va uning natijalarini erishiladigan pirovard maqad bilan taqqoslash yo'li bilan doimiy nazorat qilib boriladi va to'g'rilab turiladi. Tashqi real ishdan ichki ideal ishga mana shunday o'tish jarayonini interiorizatsiya deb yuritiladi. Yuqorida eslatib o'tilgan ichki psixik faoliyatni buyumlar bilan qilinadigan tashqi faoliyatning interiorizatsiyasi natijasi deb qarash mumkin. Shunga muvofiq narsalar bilan qilinadigan tashqi faoliyatni ichki psixik faoliyatning eksteriorizatsiyasi deb qarash mumkin. «Eksternus» degan so'zdan olingan bo'lib bizningcha tashqi degan ma'noni bildiradi.

### **Faoliyatning asosiy turlari**

Har qanday faoliyat tarkibiga ham aqliy, ham jismoniy motor harakatlar mujassam bo'ladi. Aqliy harakatlar-shaxsning ongli tarzda, ichki psixologik mexanizmlar vositasida amalga oshiradigan turli-tuman harakatlaridir. Eksperimental tarzda shu narsa isbot qilinganki, bunday harakatlar doimo motor harakatlarni ham o'z ichiga oladi. Bunday harakatlar quyidagi ko'rinishlarda bo'lishi mumkin. Pertseptiv-ya'ni bular shunday harakatlarki, ularning oqibatida

atrofdagi predmetlar va hodisalar to'g'risida yaxlit obraz shakllanadi; vositasida turli xil muammolar, masalalar va jumboqlarni yechishga qaratilgan faoliyat Mnemik faoliyat-narsa va hodisalarning mohiyati va mazmuniga aloqador materialning eslab qolinishi, esga tushirilishi hamda esda saqlab turilishi bilan bog'liq murakkab faoliyat turi; fikrlash faoliyati–aql, fahm-farosat; Imijativ - (imidj-obraz so'zidan olingan) faoliyati shundayki, u ijodiy jarayonlarda xayol va fantaziya vositasida hozir bevosita ongda berilmagan narsalarning xususiyatlarini anglash va xayolda tiklashni taqozo etadi. Inson shaxsining shakllanishi o'yin, ta'lim, mehnat, sport va boshqa faoliyatning turlarida amalga oshadi. Faollik tufayli faoliyatni amalga oshirish jarayoni yuzaga keladi, xulq-atvor, muomala vositasida ehtiyoj, istak, ijtimoiy talablar qondiriladi, turli xususiyatli axborotlar o'zlashtirilishi natijasida shaxs tarkib topa boshlaydi.

**O'yin foliyati.** Faoliyatning oddiy shakllaridan biri o'yin hisoblanadi, lekin u toboro takomillashib, sodda harakatlardan keyinchalik syujetli, rolli o'yinlarga, hatto sportgacha murakkablashib boradi, atrof-



muhitni aks ettirishida ishtirok eta boshlaydi. O'yinlar milliy (etnik) va umumbashariy turkumlardan tarkib topgan bo'lib, ijtimoiy hayotning barcha jabhalarini o'zida aks ettiradi. O'yinlar takomillashib borib sport turlariga, sport faoliyatiga o'sib o'tadi, jumladan, shaxmat, damino, futbol, shashka va hokazo. Sport o'yin faoliyati sifatida barcha yoshdagi insonlarga xos bo'lib hisoblanadi.

O'yin faoliyatida bola ijtimoiy voqelikning taqlid, rol orqali ijro etishga harakat qiladi va shu yo'sinda atrof-muhit to'g'risidagi, ijtimoiy turmushdagi shaxslararo munosabatlarni o'zlashtira boradi. Ijtimoiy turmushdagi u yoki bu hodisani rol orqali idrok qiladi. So'z bilan harakatning birikuvchi natijasida o'yin faoliyat tusini oladi va muayyan ma'no, axborot berish, kuzatish imkoniyatiga ega bo'ladi. Dastlabki o'yin aynan kattalar xatti-harakatini takrorlash, ularga taqlid qilish bilan tavsiflanadi. Syujetli o'yinlar borliqning goh anglangan, goho anglanmagan tarzda u yoki bu tomonlarini egallashga xizmat qiladi.

Bolalar o'yinlarining dastlabki ilmiy tahlili rus olimi Ye.A.Pokrovskiy tomonidan 1887-yilda amalga oshirilgan. Uning

fikriga ko'ra, "o'yin" to'g'risidagi tushunchalar o'ziga xoslikni va tafovutni u yoki bu xalqqa mansublikni bildiradi.

**Ta'lim foliyati.** Ta'lim ham jarayon, ham faoliyat sifatida insonning hayotida muhim rol o'ynaydi va muayyan davr uchun yetakchi faoliyat sifatida gavdalanishi mumkin. Ta'lim boshqacha so'z bilan aytganda, o'qituvchi bilan o'quvchining subyekt-subyekt munosabatidagi hamkorlik faoliyati hisoblanadi. Aksariyat hollarda o'qituvchi axborot uzatuvchi (kommunikator), o'quvchi esa uni qabul qiluvchi obyekt sifatida talqin etiladi, ikki yoqlama harakat tufayli ma'lumot insonga anglashiladi, o'zaro ta'sir, o'zaro anglashuv, tushunuv, o'zaro subyektlarning bir-biriga zaruriyligi, taqozochanligi hamkorlikning muvaffaqiyati kafolati sanaladi. Ta'lim o'quv faoliyati, aqliy faoliyat, bilish faoliyati turtkisi vazifasini o'taydi, chunki har qaysi faoliyatning shakli aqliy mehnat tufayli amalga oshadi. Ta'limning boshqa faoliyat turlaridan farqi uning mahsulining o'ziga xosligi, barcha bosqichlariga ongli yondashuvida va munosabatda bo'lishdir. Ta'lim o'quv faoliyati yoki jarayon sifatida mustaqil izlanishni, ijodiy munosabatni,

turli vaziyat (auditoriya va undan tashqarida)ni, har xil bosqichni (boshlang'ich, o'rta-maxsus, oliy ta'lim) o'zida mujassamlashtiradi. Mustaqil bilim olish va mutolaa qilish ham o'quv faoliyatining muayyan ko'rinishlari bo'lib, shaxsiy, ilmiy, ijodiy izlanishning mahsuli hisoblanadi. Ta'lim-tarbiya bilan uyg'unlashgan tarzda namoyon bo'ladi, subyektga obyektiv ta'sir o'tqazish tufayli bilimlar egallanadi, muayyan shaxsiy fazilatlar tarkib topadi. Ta'limning mohiyatiga (matnda g'oya, taassurot, mazmun, syujet, timsol orqali) tarbiyaviy ta'sir o'tkazish dasturiy asosda, iyerarxik (yunoncha hierarchia - izchillik) tarzda singdiriladi. Ta'lim muayyan guruh va jamoani shakllantiradi, shaxslararo munosabat maromlari bilan tanishtiradi, shaxsiy fazilatlarining tarkib topishiga, subyektning ijtimoiylashuviga sezilarli ta'sir o'tkazadi. Ta'lim jarayonida aniq tasavvurlik, tasviriy ko'rgazmalilik, "jonli mushohada"lik materiallarining o'рни nihoyatda muhimdir. O'zlashtirilayotgan o'quv materialining ma'lum qismi hissiy a'zolarimiz tomonidan aks ettiriladi. Talabalar bilimlarni egallash paytida aniq narsalar, obyektlar, hodisalar, jismlarni yoki ularning ramziy tasvirlarini

kuzatish natijasida aniq tasavvur obrazlarini yaratadilar.

**Mehnat faoliyati.** Insoniyat o'zining mehnati tufayli ongli mavjudodga aylangan, jamiyatda mo'l-ko'lchilikni yaratgan, tabiatda esa ayrim o'zgartirishlarni amalga oshirgan, borliq to'g'risidagi ma'lumotlarni egallashga musharraf bo'lgan. Mehnat faoliyatining tarkibida mehnat, ish – harakat yotadi. Ularning har qaysisi muayyan ulushni amalga oshirish tufayli faoliyat mahsuli vujudga keladi, u moddiy yoki ma'naviy ko'rinishda bo'lishi mumkin. Ajdodlarimiz tomonidan yaratilgan kasb – kor ko'nikmalarini avlodlarga o'rgatish mehnat faoliyati yordamida amalga oshiriladi. Kasbiy malakalarni shakllantirish, takomillash-tirish, mahsulot yaratish va undan maqsadga muvofiq ravishda foydalanish mehnat faoliyati orqali ro'yobga chiqariladi. Mehnat faoliyatida amaliy ko'nikmalar barqarorlashadi, nazariy fikr, g'oya, mulohaza vujudga keladi. Faoliyat bilan ong birligi mavjud bo'lganligi sababli shaxs tarkib topadi, ham axloqan, ham aqlan rivojlanadi. Mehnat faoliyati individual xususiyat kasb etsada, lekin uning mohiyati ijtimoiydir. Inson shaxsiy ehtiyojni qondirish uchun mehnat qiladi, u yoki bu

mahsulot ishlab chiqariladi, oqibat natijada odam ijtimoiy jamiyat farovonligi uchun o'z shaxsiy ulishini qo'shadi. Mehnat faoliyati yashash, ehtiyojni qondirish, kelajak uchun mo'l-ko'lchilikni vujudga keltirish uchun, yaratilgan mahsullarni (me'morchilik, san'at, madaniyat asarlarini) saqlash, asrash, meros sifatida qoldirish funksiyalarini bajaradi. Shuning uchun mehnat faoliyati 10 minglab kasbkor professiogrammasiga asoslangan holda turli shaklda tashkil qilinadi va muayyan reja, maqsadni ro'yobga chiqarish uchun har xil vaziyatlarda amalga oshiriladi.

### **Faoliyatning o'zlashtirilishi va malakalarni egallash**

Biz yuqorida ko'rib o'tgan harakatlarning istagan bir tomonlarini tegishli ravishda ularning motor harakat sensor hissiy va markaziy komponentlari, ya'ni qismlari deb atash mumkin. Ishni amalga oshirishda bajaradigan ishlariga muvofiq ular ishni ijro qiluvchi, nazorat qiluvchi va boshqaruvchi deb belgilanishi mumkin. Odam faoliyati davomida foydalanadigan ijro qilish nazorat qilish va boshqarish yo'llarini mazkur faoliyatning usullari deb ataladi. Odamdagi xuddi shunday maqsadga muvofiq

harakatlarning amalga oshirilishi va boshqarilishining qisman avtomatlashuvi malaka deb ataladi.

Ish tuzilishining shunday qisman avtomatlashuvi tufayli o'zgarishi imkoniyati quyidagidan iborat.

1. Harakatlarni ijro qilish usullarining o'zgarishi. Bundan avval har biri alohida bajarilgan bir qator ayrim harakatlar bir butun harakat tarkibidagi oddiy harakatlar o'rtasida hech qanday to'xtab qolish va tanaffuslar bo'lmaydigan bitta yaxlit aktga bitta murakkab harakatga qo'shilib ketadi.

2. Ishni bajarishda sensor ya'ni hissiy nazorat qilish usullarining o'zgarishi. Ishni bajarish ustidan qilinadigan ko'rish nazorati ko'p jihatdan muskul kinestetik nazorat bilan almashinadi. Buning tipik misoli sifatida mashinistikaning qaramasdan mashinkada xat bosishini ko'rsatish mumkin. Ish – amalning natijalarini nazorat qilish uchun zarur bo'lgan oriyentirni tezlik bilan farqlash va ajrata olish qobiliyati rivojlanadi.

3. Ish amalni markaziy boshqaruvchi usullarning o'zgarishi. Diqqat ish-amalning usullarini idrok qilishdan ozod bo'ladi va asosan ish-amalning sharoiti

hamda natijalarini idrok qilishga qaratiladi. Ayrim hisoblash, qarorga kelish va boshqa intellektual operatsiyalar tez va birlashgan holda («intuitiv» suratda) bajarila boshlanadi. Faoliyatning barcha turi odamda tegishli ko'nikma va malakalar bilan amalga oshiriladi.

Muayyan faoliyatni muvaffaqiyatli bajarish qobiliyatlarini ta'minlovchi usullar yig'indisini egallash ko'nikma deyiladi. Har bir ko'nikma odamning o'z tajribasidan avval egallab olgan malakalari sistemasi asosida

yuzaga keladi va amal qiladi. Ko'nikmalardan ba'zi birlari kishining ko'nikma hosil qilishiga va malakali ishlashiga yordam beradi, boshqa birlari esa xalaqit beradi, uchinchilari, o'z navbatida, yangi ko'nikmalarni o'zgartirib yuboradi va hokazolar.[5] Bu hodisa psixologiyada malakalarning o'zaro ta'siri deb atalgan. Ko'nikma tarkib topishi qiyinlashadi va sekinlashadi. Bunday paytda ko'nikmaning salbiy ko'chishi yoki malaka interferensiyasi hosil bo'ldi deb gapiriladi.

### Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Olimov T. The role of national spirituality and values in the development of civil culture in future specialists with higher education.
2. Olimov T. (2020). Bo'lajak oliy ma'lumotli mutaxassislarda fuqarolik madaniyatini shakllantirishning ayrim yo'nalishlari. Integration of science, education and practice. Scientific-methodical journal, 1(1), 20-27.
3. Olimov T. H. (2016). Formation of self-awareness in youth. Social and humanitarian sciences in the educational system.-Tashkent, 4.
4. Olimov T. H. (2019). Spiritual and moral aspects of the formation of civil culture in future specialists of higher education. Theoretical & Applied Science, (12), 662-665.
5. Olimov T. H. (2019). Development issues of civil society and culture in the work of Eastern thinkers. Pedagogical skill-Bukhara, 2.
6. Olimov T. H. (2020). The image of a modern teacher in the formation of civic culture among future highly educated specialists. Pedagogical skill-Bukhara



## ORGANIZING ADDITIONAL CLUBS IN ELEMENTARY SCHOOLS

**Davlatova Dilobar Sa'dulloyevna**

*Teacher of Bukhara pedagogical institute.*

**Fayziyeva Dildora Khayotovna**

*Teacher of secondary school №24 in the Romitan region.*

**Abstract.** *Elementary school clubs provide an excellent opportunity for children to develop their skills and knowledge beyond what is taught in the classroom. With the right type of clubs, children can learn new things, explore their interests and build important life skills. From art and music to engineering and robotics, there is a wide range of clubs available for elementary school pupils.*

**Keywords:** *skill, elementary, academic, interests, volunteer, social, art, survey, budget, community, fantastic.*

Organizing additional clubs in elementary schools can help foster a sense of community among students while also providing them with an outlet to explore their interests. These clubs can be tailored to fit the individual needs of each student, allowing them to develop certain skills or pursue certain hobbies that they may not have access to otherwise. By organizing additional clubs, elementary schools can give children the opportunity to grow and learn outside of the traditional academic setting.

Organizing additional clubs for elementary school students is a fantastic way to help them discover their interests and

passions outside of their regular curriculum. By participating in these clubs, children have the opportunity to learn new skills, develop social connections, and build confidence in themselves. As an educator or parent, it's essential to understand the benefits of such clubs and how to organize them effectively.

First and foremost, additional clubs can offer children a chance to explore their creativity and interests. From arts and crafts to sports and STEM, the possibilities for clubs are endless. These clubs provide students with a safe and structured environment to learn and experiment without the pressure of grades or



competition. Children can also meet and interact with peers who share similar interests, creating lasting friendships.

Organizing clubs requires thoughtful planning and consideration. First, you'll need to identify the interests and needs of the students. This can be done through surveys or open discussions with the children. From there, select a few club ideas that align with their interests and abilities. You may want to recruit volunteers, including parents, teachers, or community members, to help run the clubs.

Once you have the clubs' ideas and volunteers, create a schedule for each club, including meeting times, locations, and dates. Be sure to communicate the schedule with parents and guardians to ensure their children can attend and participate in the club.

When running the clubs, ensure that the children's safety is a top priority. Create and enforce clear rules and guidelines for behavior and monitor the activities closely. You may want to have a set agenda for each club meeting, including a warm-up activity, a lesson or project, and time for free exploration.

Elementary school kids' clubs are becoming increasingly popular to supplement classroom learning while creating a safe, positive environment for kids to socialize with other kids. According to Kids Health, school clubs help kids explore different interests with like-minded children. Whether you are a teacher, principal, parent or interested community member, starting a new school club provides a way for students to interact positively with each other.

### **Choose the Type of Club**

Determine what type of school club to start based on which clubs are already in place. Ask your child's teacher or principal if a certain kind of academic enrichment club is needed. For example, you could form a reading club to help raise low literacy test scores or an after school STEM (Science, Technology, Engineering and Math) Club that expands on regular STEM learning activities. Pass out a survey soliciting recommendations from students. Inquire if music, art or physical education teachers are interested in helping you form a dance exploration, visual arts or family exercise club. Help meet the needs of the community by establishing a

Red Cross or environmental cleanup club.

#### Determine the Logistics

Ascertain who will be sponsoring the club and if other adult and high school volunteers are needed. Decide how you will recruit volunteers, such as by posting ads in a school flyer or distributing information on the school's website. Draw up a plan documenting how many student members can be accommodated, what grade levels will be involved and where meetings will be held. Prepare a budget to determine if any fees need to be collected for supplies or snacks. Consider asking your school's parent-teacher organization to donate some start-up money or to write a small grant if the endeavor will cost a large sum of money.

#### Check School Requirements

Find out what the school requires of clubs. Check if an application or other paperwork will need to be completed before club start-up day. Adult sponsors and helpers may need background checks, and you may need to prepare guardian permission slips for students who want to participate. Ask when you can use the school building and whether special arrangements need to be made for access at night.

#### Organize the Club

Recruit club members by advertising through teacher announcements, school assemblies or word-of-mouth. Host an information night identifying the club's goals, activities, fees, meeting times and rules. Distribute written information. Include a sign-up sheet. Design a structured plan outlining how each club meeting will be organized including announcements, activities, games, projects and clean-up. Stick to set time limits.

#### Activities for a Preschool School Bus Theme

From pretend play to artsy adventures, preschool-appropriate activities with a school bus theme can bring out your little learner's creativity, help her to problem solve and even build academic skills such as math and literacy. Whether it's the start of the school year or you're talking about transportation, put the wheels on the bus and tackle a hands-on project that is as engaging as it is educational.

#### Talk Transportation

Before your preschooler takes the big yellow bus to school next year, help him to understand how this vehicle helps people get moving. Talk about transportation

and why school buses like other types of buses, cars, trains and planes are musts in the modern world. Start by reading a bus book, such as "School Bus" by Donald Crews. Compare the school bus to other types of transport by reading picture books that feature a variety of vehicles. Try titles such as "The Big Book of Things That Go" by DK Publishing or "Whose Vehicle Is This?" by Sharon Katz Cooper and Amy Bailey Muehlenhardt, and have your preschooler point out the differences between school buses and other vehicles. Make a chart of the differences such as color, size or shape on a piece of poster board.[1]

#### Art Bus

Make a small-sized collage or a wall-covering mural that features a school bus. Give your preschooler yellow paper rectangles and squares, and ask him to glue them onto either a piece of construction paper or rolled butcher paper. A long rectangle works as the body of the bus and a square at the front functions as the cab. Give him circles to make wheels. Encourage your preschooler to decorate the school bus with glitter, glue and sequins, making his own type of transport vehicle.[2] Another option is to help your child cut out

pictures or photos of school bus parts from kid-friendly magazines. Assemble them on a piece of cardboard to make one mix-and-match bus.

#### Drama on the Bus

Engaging in pretend play can help your preschooler to build language abilities, acquire social skills and problem-solve. Reuse a large-sized cardboard box such as a moving box -and turn it into a "school bus." Open the top, set the box on a large sheet of paper and let your preschooler use paint or crayon to color the outside yellow. Give her paper plates to glue near the bottom as wheels. She can add windows or a few letters on the sides with a black marker. After the paint dries, cut a slit all the way down the side to create a door. Encourage your child to act as the bus driver, taking you on a magical ride.

#### Safety Signals

Even though going to school on the bus is an exciting experience for the young child, preschoolers need to know the safety issues that go along with the ride. Following the tips of the National Highway Traffic Safety Administration, give your child the rules of the ride, such as always stay seated, face forward, ask the driver for help if you drop

your book-bag or something else while entering or exiting the vehicle, and where to walk when he is near the bus. Look through child-friendly magazines for pictures of kids observing proper school bus safety rules. Help your preschooler to cut them out. Glue the pictures onto pieces of card stock to make a school bus safety book. Stack the pages and staple them together or punch holes along the left side and bind the book with yarn bows.

Finally, be sure to celebrate the club's successes and achievements with the children. This could be through a showcase or presentation of their work or a simple certificate of participation.

Recognizing their efforts and accomplishments can help build their confidence and encourage them to continue pursuing their passions.[3]

In conclusion, organizing additional clubs for elementary school students is a great way to promote their personal growth and development. These clubs can provide children with a safe and structured environment to explore their interests, learn new skills, and build connections with peers. By carefully planning and executing these clubs, you can create a positive and enriching experience for the students that they will remember for years to come.

### References:

1. Fayziyeva D.Kh. Ustanovleniye razgovornogo trakta v IP-telefonii // Molodoy uchenyy. 2017. №4. S. 113-114 pages. [in Russian].
2. Fayziyeva D.Kh. Using software for teaching foreign languag using software for teaching foreign languages. Academy 2020. № 9 (60). 13-17 p. [in Russian].
3. Fayziyeva D.Kh. About the theory of multiple intelligence. Vestnik nauki i obrazovaniya 2020. № 19 (97), Part 2. 85-88-pages [in Russian].
4. D.KH Fayziyeva. SH.T.Yakhyayeva. VLIYANIYE TSIFROVOGO OBRAZOVANIYA NA USPEKHI UCHASHCHIKHSYA //Universum: tekhnicheskiye nauki 2022.// № 5 (98) — 48-51 pages [in Russian].
5. D.Kh Fayziyeva. B.N.Takhirov. Z.M. Adizova. Obucheniye programmirovaniyu s pomoshch'yu geymifikatsii//Vestnik nauki i obrazovaniya 2022 //№ 6 (126).Part 2. 33-37-pages [in Russian].



## INFORMATION TECHNOLOGY IN TEACHING OF SUBJECTS

**Fayziyeva Dildora Khayotovna**

*Teacher of secondary school №24 in the Romitan region,*

**Yaxyayeva Shoiraxon Toxirboyevna**

*Teacher of Bukhara pedagogical institute.*

**Abstract.** *Information technology (IT) refers to the use of digital devices, software applications, networks, and other digital tools to process, store, manage, and exchange information. It encompasses all aspects of computing, from hardware and software to networks and databases.*

**Keywords:** *hardware, digital, process, computing, networking, cybersecurity, database management, web development, fundamental, business, artificial, interactive.*

Information technology has transformed the way we live our lives, changing the way we work, communicate, access information, and even entertain ourselves. It has become a fundamental aspect of almost every industry, from healthcare and finance to retail and education.

IT is a vast field with a wide range of sub-disciplines, including program-ming, networking, cybersecurity, database management, web development, mobile application development, and more. These specialized areas of IT allow professionals to focus on specific aspects of technology and become experts in their field.[1]

In recent years, IT has become increasingly essential in

the workplace. The ability to use and manage digital tools has become a crucial skill for many industries, and as such, the demand for IT professionals has increased. IT professionals play a critical role in developing and managing digital tools to improve business operations, data management, and online security.

Information technology is a broad field that continues to grow and change. Its impact is felt in nearly all parts of modern life and plays a critical role in shaping our world. As technology evolves, the IT industry will continue to offer new and exciting opportunities for professionals and shape the way we interact with the world.



Information technology has revolutionized every aspect of our lives, and education is no exception. With its rapid advancements and widespread adoption, information technology is transforming the traditional models of classroom education and opening up a world of possibilities for students and teachers alike.

One of the main benefits of information technology in education is its ability to provide students with innovative and interactive learning experiences. Interactive software, digital textbooks, and online multimedia content can help students to better understand difficult topics and engage with the material more thoroughly.[2]

Information technology has also facilitated easier access to education, especially for individuals who may not have otherwise been able to pursue further education. Online degree programs, virtual classrooms, and educational tutorials offer flexibility in course scheduling, making it easier for students to balance their educational goals with other responsibilities in their lives.

Another significant advantage of information

technology in education is its ability to personalize learning experiences. Programs which integrate artificial intelligence algorithms can tailor content delivery to an individual student's strengths, weaknesses, and interests. With the help of machine learning, educational programs can adapt their presentation of material to suit the learning preferences of each student.

Similarly, information technology in education can enhance communication between teachers, students, and parents. Online discussion forums, chat rooms, and video conferencing tools can facilitate communication among students, teachers and other stakeholders regardless of their physical location.

While information technology has brought many advantages to the education sector, it is important to acknowledge that it is not without challenges. One of the challenges of information technology in education is the need to ensure that security measures are in place to safeguard confidential student data. Additionally, technology can also be a source of distraction for students - the abundance of online distractions makes it important to have appropriate regulations in

place to curb excessive use or inappropriate behavior on devices.[3]

Information technology has transformed the way we teach and learn subjects. With the widespread availability of computers, smart-phones, and the internet, teachers and students can now access an unprecedented amount of information and resources.

Here are some ways in which information technology is used in teaching different subjects:

1. Mathematics: Teachers can use online tools to create interactive math exercises and simulations to help students understand complex concepts. Students can also use graphing calculators, spreadsheets, and other software to solve problems and visualize data.

2. Science: Virtual labs and simulations can help students conduct experiments and observe scientific phenomena that may not be possible in a traditional classroom. They can also use online resources to research and learn about scientific concepts and theories.

3. Language Arts: Online resources can help students improve their reading, writing, and grammar skills. Teachers can

use tools like Google Docs to collaborate with students on writing assignments, and online libraries and databases can provide access to a vast array of literature and information.

4. Social Studies: Online resources can help students learn about history, geography, and social issues. Teachers can use digital maps and timelines to illustrate events and trends, and online discussions and forums can promote engagement and critical thinking.

5. Physical Education: Wearable technology and fitness trackers can help students track their activity levels and monitor their health. Teachers can use online resources to provide students with workout routines and nutritional guidance.

Also, Information technology can be a powerful tool for improving language learning skills.[4] Here are some ways in which information technology can be used to enhance language learning:

1. Online language courses: There are many online language courses that use multimedia resources such as videos, audio recordings, and interactive exercises to teach languages. These courses can be accessed from

anywhere with an internet connection and can provide students with a more flexible and personalized learning experience.

2. Language learning apps: Language learning apps, such as Duolingo, Babbel, and Rosetta Stone, can provide students with a fun and interactive way to learn a new language. These apps use gamification techniques to motivate students and make learning a language more engaging.

3. Language exchange platforms: Online language exchange platforms, such as HelloTalk and Tandem, can provide students with an opportunity to practice speaking with native speakers of the language they are learning. These platforms use chat features and video calls to connect language learners from around the world.

4. Speech recognition software: Speech recognition software, such as Google Speech Recognition and Dragon NaturallySpeaking, can help students improve their pronunciation and speaking skills. These tools can provide real-time feedback on pronunciation and can be used to practice speaking exercises and dialogues.

5. Online dictionaries and translation tools: Online dictionaries and translation tools can help students quickly look up words and phrases that they don't understand. These tools can provide definitions, synonyms, and translations that can help students improve their vocabulary and understanding of the language.

Information technology can help students improve their language learning skills. By using these tools effectively, students can enhance their ability to read, write, speak, and understand a new language.

Information technology provides teachers and students with powerful tools to enhance teaching and learning. However, it is important to use these tools wisely and ensure that they support and enhance the curriculum and learning outcomes.

In conclusion, information technology has had a significant impact on the education sector, providing both teachers and students with new opportunities for learning and growth.[5] Technology is continuously evolving or expanding and for making the most of its potential, educators must be adaptable, and capable of navigating the

advantages and challenges that they encounter.

With the right training and resources, teachers can integrate technology into their lesson plans, providing students with personalized, engaging, and

interactive learning experiences. Ultimately, information technology in education can drive greater student success, while also opening up access to education to a wider and more diverse range of learners.

#### References:

1. Fayziyeva D.KH. Ustanovleniye razgovornogo trakta v IP-telefonii // Molodoy uchenyy. 2017. №4. S. 113-114 pages. [in Russian].
2. Fayzieva D.Kh. Using software for teaching foreign language using software for teaching foreign languages. Academy 2020. № 9 (60). 13-17 p. [in Russian].
3. Fayzieva D.Kh. About the theory of multiple intelligence. Vestnik nauki i obrazovaniya 2020. № 19 (97), Part 2. 85-88-pages [in Russian].
4. Fayziyeva D.KH., Yakhyayeva SH.T.. Vliyaniye tsifrovogo obrazovaniya na uspekhi uchashchikhsya //Universum: tekhnicheskkiye nauki 2022.// № 5 (98) – 48-51 pages [in Russian].
5. Fayziyeva D.Kh, Takhirov B.N., Adizova Z.M.. Obucheniye programmirovaniyu s pomoshch'yu geymifikatsii//Vestnik nauki i obrazovaniya 2022 //№ 6 (126).Part 2. 33-37-pages [in Russian].



## SINFDAN TASHQARI O'QITISH SHAKLLARI ASOSIDA O'QUVCHILARNING KREATIV SIFATLARINI RIVOJLANTIRISH VA SINFDAN TASHQARI O'QISH DARSLARINING MUHIM VAZIFALARI

**Ibodulloyev Nurali Sheraliyevich**

*Buxoro davlat pedagogika instituti 2- kurs magistranti*

**Annotatsiya.** Maqolada o'quvchilarning kreativ sifatlarini rivojlantiruvchi vositalar mazmun-mohiyatini asoslash, tahlil qilish va tavsiyalar ishlab chiqishdan iborat bo'lgan va sinfdan tashqari o'qishning maqsadi – o'qish malakalarini takomillashtirish, sohasining nazariy prinsiplari mohiyatini ochib berish, sinfdan tashqari o'qish darslarining muhim vazifalari haqida ma'lumotlar keltirilgan.

**Kalit so'zlar:** kreativ sifatlar, sinf, tahlil, sinfdan tashqari, nazariy prinsiplar, dars, mohiyat, o'qish malakalar, muhim vazifalar.

**Аннотация.** Статья состоит из обоснования, анализа и разработки рекомендаций по средствам развития творческих качеств учащихся, а целью внеаудиторного занятия является совершенствование навыков чтения, раскрытие сущности теоретических положений области, а также о важных задачах данные о внеклассных занятиях.

**Ключевые слова:** творческие качества, класс, анализ, внеклассное, теоретические основы, урок, суть, навыки чтения, важные задания.

**Abstract:** The article contains tools that develop the creative qualities of students which consists of substantiating the essence of the content, analysis and development of recommendations, and the purpose of extracurricular study is to improve reading skills, to reveal the essence of the theoretical principles of the field, information is provided about the important tasks of extracurricular study classes.

**Key words:** creative qualities, class, analysis, extracurricular, theoretical principles, lesson, essence, reading skills, important tasks.

Kreativ fikrlash bilim berishga qaratilgan dars mobaynida ko'r-ko'rona yodlash o'rniga tadqiqot va ixtironi qo'llab-quvvatlaydigan yondashuvlar or-

qali rivojlantirilishi bilan alohida ahamiyatga ega. O'qituvchilar kreativ fikrlashni ajrata olishlari, bunday fikrlashga mos shart-sharoitlarni bilishlari va o'zlari

ham o'quvchilarga fikrlashda ko'proq ijodiy yondashishga yordam bera olishni bilishlari kerak. Ta'lim jarayonida o'quvchilarda kreativ fikrlash vujudga kelishi, ijodiy g'oyalar bo'lishi uchun muayyan vaqt talab etiladi.

Sinfdan tashqari o'qish, o'z navbatida, qiziqarli, o'ziga jalb etadigan faoliyat bo'lib, umuman, bolalarning bilim doirasini boyitadi, qiyoslash uchun material beradi. Shuningdek, sinfdan tashqari o'qish darslarida ayrim qiyin so'zlar tushuntiriladi, o'quvchilar diqqati esda saqlab qolish lozim bo'lgan aniq, qulay nutq oborotlariga qaratiladi.

Kreativ fikrlashda ta'limning asosiy vazifasi o'quvchida jamiyatda muvaffaqiyatli hayot kechirishi uchun bugun va kelajakda kerak bo'ladigan ko'nikmalarni shakllantirishdir. Kreativ fikrlash bugungi yoshlar ega bo'lishi kerak bo'lgan muhim ko'nikma bo'lib, bu ko'nikma ularga doimiy tarzda va shiddat bilan o'zgarayotgan, oddiy savodxonlikdan tashqari yangilanayotgan davrga xos ko'nikmalarga ega kadrlarni talab etayotgan makonga moslashishga ko'maklashadi. Maktabda kreativ fikrlashni rivojlantirishning ahamiyati faqatgina mehnat bozori bilan cheklanmaydi. Sinfdan

tashqari ishlar shaxsni har tomonlama kamol toptirish va uni hayotiy faoliyatga tayyorlash uchun keng imkoniyatga ega. Bu ishlar bolalarning qiziqishlariga muvofiq tarzda ko'ngillilik asosida tashkil qilinadi.

Sinfdan tashqari o'qish darslari yosh avlod qalbida ezgulikka muhabbat, yovuzlikka nafrat tuyg'ularini uyg'otish, matn mazmunini qayta hikoyalash, ma'lum reja asosida qisqartirib yoki shaxsini o'zgartirib hikoyalash, badiiy tasvir vositalarini aniqlash, asar qahramonlarining fe'l-atvorini, xatti-harakatini baholash orqali ularning bog'lanishli nutqini o'stirish, qisqa qilib aytganda, kitobxonlik madaniyatini kamol toptirishda katta imkoniyatlarga ega. Sinfdan va sinfdan tashqari o'qish boshlang'ich sinflarda o'qitiladigan barcha predmet dasturlarining bo'limlari bilan bevosita bog'liq. O'z navbatida grammatika va to'g'ri yozuv, tabiatshunoslik, tasviriy san'at, musiqani o'rganishda olingan bilim va hosil qilingan ko'nikmalar o'qish darslarida foydalaniladi. O'qish darslarida o'tilgan mavzular asosida badiiy kitoblar axtarish, asar qahramonlarining nomlarini yozish, ularni tasvirlab berish,

ijodiy rasm ishlash, fikrni yakunlash uchun mos maqollar yod olish o'quvchini ijod qilishga undaydi.

Har bir sinfda sinfdan tashqari o'qilgan barcha asrlar o'quvchilarga mos ravishda biror voqeani sahna lashtirish mumkin. Bu boladagi nutqni rivojlantirishga, lug'at boyligini oshirishga yordam beradi. Shuningdek sahnalashtirilgan asarni tomosha qilgan o'quvchining diqqati oshib xotirada saqlash qobiliyati o'sadi. Hatto sahnalashtirish o'quvchini har tomonlama yo'naltiradi, ya'ni aktyorlik qobiliyatini rivojlantiradi, suxandonlik, rejissyorlik kabi kasblarga ilk tasavvurlarni o'rgata boshlaydi<sup>1</sup>. Sinf dan va maktabdan tashqari tarbiyaviy ishlar o'quvchilarning qiziqishi, istaklari, xohish va ehtiyojlariga suyangan holda, ularning darsdan bo'sh vaqtlarida o'quv-tarbiya jarayoni to'ldiradi. U o'quvchilarning ijodiy qobiliyatlarini, tashabbuskorligini oshirishga imkoniyat yaratadi. Sinf dan tashqari ishlar ning o'ziga xosligi shundaki, to'garak, klub dasturlarining rang-barangligi, ulardagi Pedagogik ta'lim klasteri: muammo va

yechimlar mazmunidagi yangiliklar o'smir yigit-qizlarning shaxs sifatida shakllanishlari uchun yangi imkoniyatlar yaratadi.

Boshlang'ich sinflarda sinfdan tashqari o'qishga kichik yoshdagi o'quvchilarni ona tilini puxta o'zlashtirishga tayyorlashning ajralmas qismi, ta'lim jarayonida ularni axloqiy-estetik tarbiyalashning muhim vositasi sifatida qaraladi. Sinf dan tashqari o'qishning maqsadi – kichik yoshdagi o'quvchilarni bolalar adabiyoti va xalq og'zaki ijodining xilma-xil namunalari bilan tanishtirish, ularda kitobxonlik madaniyatini tiklab tarkib toptirishdir. Sinf dan tashqari o'qish darslari yosh avlod qalbida ezgulikka muhabbat, yovuzlikka nafrat tuyg'ularini uyg'otish, matn mazmunini qayta hikoyalash, ma'lum reja asosida qisqartirib yoki shaxsini o'zgartirib hikoyalash, badiiy tasvir vositalarini aniqlash, asar qahramonlarining fe'l-atvorini, xatti-harakatini baholash orqali ularning bog'lanishli nutqini o'stirish, qisqa qilib aytganda, kitobxonlik madaniyatini kamol toptirishda katta imkoniyatlarga ega.

Sinf dan tashqari o'qish darslarining muhim vazifalari:

- asar o'qish, asar tanlashda o'quvchida mustaqillikni tarbiya-

<sup>1</sup> Qurbonova M.F. Mustaqil ishlarni tashkil etish asosida boshlang'ich sinf o'quvchilarini o'quv-bilish kompetensiyalarini shakllantirishga yo'naltirilgan metodlar. Xalq ta'limi, 2020. 3- maxsus son, 37-43 bet.

lash, buning uchun mustaqil bajarish uchun topshiriqlar berish;

- qiziqarli mashq turlaridan foydalanish, eng yaxshi insholarni, taqrizlarni, yozuvchi haqida to'plangan ma'lumotlarni o'qitish, tez aytish, topishmoqlar topish, ifodali o'qish, maqollar aytish musobaqasi, ertak to'qish, bilimdonlar anjumani, konkurslar tashkil qilish, muayyan mavzular bo'yicha savol-javoblar uyushtirish, o'qish tarzidagi ish turlaridan foydalanish zarur;

- sinfdan tashqari o'qishning yillik taqvim rejasini tuzish. Bunda N.N.Svetlovskaya ishlab chiqqan STO' bosqichlariga rioya qilish.<sup>2</sup>

Bolalarning ijodiy salohiyatini ro'yobga chiqarish uchun zarur muayyan shart-sharoitlarni yaratish lozim: birinchi navbatda, bolani haqiqiy ilm bilan tanishtiring, bolalarning bir-biri bilan birgalikdagi o'qish, ijodiy faoliyatini tashkillashtiring, unda qadriyatlarini o'zlashtirishni nazorat qiling. Shu bilan birga, ta'lim prinsipial jihatdan biron bir turga qisqartirilishi mumkin emas, ta'lim qamrab olishi kerak faoliyat turlari: o'quv (turli o'quv fanlari chegaralarida) va darsdan tashqari (badiiy, kommunikativ, sport,

bo'sh vaqt, mehnat va boshqalar) faoliyat.

Sinfdan tashqari mashg'ulotlarda Davlat Ta'lim Standartini amalga oshirish doirasida, boshqa shakllarda amalga oshiriladigan ta'lim faoliyatini tushunish va rejalashtirilgan natijalarga erishishga qaratilgan, boshlang'ich umumiy ta'limning asosiy ta'lim dasturini o'zlashtirishdir. Shaxsning rivojlanishi va shakllanishidagi muhim davr boshlang'ich hisoblanadi. Aynan shu yosh ta'limga eng mos keladi va bolaning ijodiy qobiliyatlarini rivojlantirish. Boshlang'ich maktab yoshidagi bolalar eng ochiq, sezgir va qiziquvchan bo'ladi. Ijodkorlik yangi o'rganish mavzusi emas. Inson qobiliyatlari muammosi hamma odamlarda katta qiziqish uyg'otdi. Ijodiy qobiliyatlarning rivojlanishi asosan oldindan belgilanadi. Biz ushbu kontseptsiyaga sarmoya kiritadigan tarkib. Ongli ijodiy qobiliyatlar har xil turdagi qobiliyatlar bilan belgilanadi: badiiy faoliyat, chiroyli chizish, she'r yozish qobiliyati bilan, musiqa yozish va boshqalar. Yuqoridagilarning barchasida o'quvchilarning o'qish malakalari shakllantiriladi, o'qilgan asarni tushunishga o'rgatadi, ularning so'z boyligini oshirib, lug'atini boyitadi. Sinfdan tashqari o'qish,

<sup>2</sup> R.Mavlonova, N.Rahmonqulova "Boshlang'ich ta'limning integrat-siyalashgan pedagogikasi" T.,2009.



o'z navbatida, qiziqarli, o'ziga jalb etadigan faoliyat bo'lib, umuman, bolalarning bilim doirasini boyitadi, qiyoslash uchun material beradi. Shuningdek, sinfdan tashqari o'qish darslarida ayrim qiyin so'zlar tushintiriladi, o'quvchilar diqqati esda saqlab qolish lozim bo'lgan aniq, qulay nutq oborotlariga qaratiladi. Barcha qiyin so'zlarni tushuntirish imkoni bo'lmagani uchun bolalar tegishli bet tagida berilgan ayrim so'zlar izohini o'qishga o'rgatiladi. Shu tariqa ularning lug'at boyligi yangi so'zlar bilan boyib boradi.

Sinfdan tashqari o'qish o'qish darslari bilan bog'lab olib boriladi. Sinfdan tashqari o'qish mazmuniga ko'ra ta'limning har bir bosqichida ikki asosiy bo'limga ajratiladi:

Birinchi bosqichda o'qish doirasi, ya'ni o'qitiladigan kitoblar va ularni qaysi tartibda o'qish bilan tanishtirish yuzasidan o'quvchilarga ko'rsatma beriladi.

Ikkinchi bosqichda shu o'quv materiallar asosida bilim, ko'nikma va malakalar shakllantiriladi. O'quvchilar kitob va ularning mualliflari haqidagi bilimlarni bevosita amaliy faoliyatlari, ya'ni kitob ustida ishlash jarayonida egallaydilar. O'quvchilar o'qituvchi rahbarligi ostida avval mavzuga oid bir necha kitob bilan

tanishsa, keyinroq bolalar yozuvchilarning asarlari bilan tanishadilar, so'ngra bolalarning qiziqishlariga mos, ruhiyatlariga yaqin har xil mualliflarning bir mavzuga doir kitoblarini mustaqil tanlab olishga o'tadilar. Sinfdan tashqari o'qish bolalarning darsda olgan bilim va malakalarini mustahkamlaydi va boyitib boradi. Bolalarda badiiy adabiyotlarini o'qishga muttasil ravishda qiziqish uyg'otib boradi. Sinfdan tashqari o'qishning muhim ahamiyatlaridan biri shuki, u o'quvchilarning mustaqil ishlash malakalarini takomillashtirib boradi. Sinfdan tashqari o'qish o'quvchilarning mustaqil faoliyati asosida uyushtiriladi. Bu esa, bir tomondan, o'quvchilarning yosh xususiyatlarini, qiziqishlari doirasini, ikkinchi tomondan, o'qishga tavsiya qilinadigan asarlarning dastur mavzusiga mosligi va badiiy barkamolligini alohida inobatga olishni taqozo etadi.

Sinfdan va maktabdan tashqari tashkil qilingan ishlar o'quvchilar hayotidagi tarbiyaviy faoliyatni to'ldiradi. Ularning dunyoqarashi to'g'ri shakllanishiga va axloqiy kamol topishiga ko'maklashadi. Biz o'quvchilari-mizni hayotga, jamiyat qurilishida qatnashishiga tayyorlaymiz. Shuning uchun ta'lim amaliy

hayot bilan bog'lanishi kerak. Hozirgi paytda nazariyani amaliy hayot bilan bog'lash tamoyili alohida ahamiyatga ega. O'quvchilarning individual-psixologik xususiyatlarini inobatga olgan holda kreativ salohiyatini va faolligi sinfdan tashqari o'qishda rivojlantirish maqsadga muvofiqdir. O'qituvchi o'quvchilarda kreativ salohiyatni shakllantirish-

ning individual-psixologik xususiyatlarini kuzatgan holda ularni tubdan o'rganishi lozim. Har bir o'quvchining xarakteri, muomala madaniyati, dunyoqarashi, qiziquvchanligi, faolligi, darslarni o'zlashtirishi ham turli xil bo'ladi. Har bir o'quvchining individual-psixologik xususiyatlarni inobatga olgan holda ularning kreativ salohiyatini yuksaltirish lozim.

### Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Mavlonova R., Vohidova N., Rahmonqulova N.. "Pedagogika nazariyasi va tarixi" Toshkent-2010.
2. Mavlonova R., Rahmonqulova N.. "Boshlang'ich ta'limning integratsiyalashgan pedagogikasi" T. -2009.
3. Qurbonova M.F.. Mustaqil ishlarni tashkil etish asosida boshlang'ich sinf o'quvchilarini o'quv-bilish kompetensiyalarini shakllantirishga yo'naltirilgan metodlar. Xalq ta'limi,- 2020. 3- maxsus son, 37-43 bet.
4. Qorayev S.B., Janbayeva M.S.. "Boshlang'ich sinf o'qish darslarida sinfdan tashqari ishlarni tashkil etish". Academic research in educational sciences, [www.arxiv.uz](http://www.arxiv.uz)  
[www.ziyonet.uz](http://www.ziyonet.uz)

## SOCIAL PSYCHOLOGICAL CHARACTERISTICS OF PRE-COMPETITION EMOTIONAL INSTABILITY IN SPORTSMEN

**Murodov Ulug‘bek O‘tkir o‘g‘li**

*BuxSPI Teacher of the Department Pedagogy  
ulugbekmuradov25@gmail.com +998997132002*

**Annatation.** *The article discusses the social psychological characteristics that contribute to pre-competition emotional instability in sportsmen. It highlights the importance of social support, self-efficacy, perfectionism, and coping strategies in managing emotions before a competition. Athletes who receive social support, have high self-efficacy, use effective coping strategies, and manage their perfectionism are less likely to experience negative emotions such as anxiety, stress, and tension before a competition. By focusing on these factors, athletes can improve their emotional stability and perform at their best.*

**Key words:** *social psychological characteristics, pre-competition emotional instability, sportsmen, social support, self-efficacy, perfectionism, coping strategies, negative emotions, anxiety, stress, tension, improve emotional stability, perform at their best.*

Sport occupies a large place in the life of modern society. He is not not only ensures the comprehensive physical development of a person, but also contributes to the education of his moral and volitional qualities. Sports psychology is a field of psychological science that studies the patterns of manifestation and development of the human psyche in the conditions of sports activities [3]. Negative emotions such as anxiety, stress, and tension can have a significant impact on athletes' performance. Learning to

manage these emotions effectively can help athletes improve their emotional stability and perform at their best. Modern research in the field of sports psychology suggests that low stress resistance of athletes not only leads to a decrease in athletic performance, but also becomes the main cause of sportsmen's injuries, leads to depression and impairment of psychological health . In the work of Wolanin, Gross and Hong pointed out the negative impact of training triathlon on mental health. The authors argued that in

sport there were risk factors that led to the depression of athletes - these were injuries, forced retirement, lack of desired results, overtraining. Athletes may exhibit atypical signs and symptoms of depression, such as anger and irritability, as well as the involvement of unhealthy coping mechanisms, such as psychoactive substance abuse. When analyzing approaches to solve negative problems in sports, two ways can be distinguished: the first is associated with conducting special psychological corrective work with athletes who find themselves in difficult life situations, and the second is focused on building a model of "safe sports" and positive practices of organizing athletes' lives positive psychology. In the works of the founders of the theory of selfdetermination and their followers, it is proved that when creating an environment that satisfies three psychological needs of a person: competence, autonomy and meaningful relationships, athletes develop qualities that improve control, reduce injury and recover faster after injuries. In our opinion, the second approach is more productive, since it is focused on the prevention of negative states of athletes, as well as on the

organization of the correct psychological and pedagogical work on the formation of qualities that contribute to the achievement of success in sports. The purpose of the study is to study coping strategy and psychological reliability of athletes as determinants of success and level of sportsmanship in sports. During the study, we proceeded from the fact that a person reacts to any discomfort in two ways: by building coping strategies or applying psychological defenses. Coping strategies are ways of activity that help to adapt in a difficult situation, maintain psychological balance and increase the level of psychological reliability of athletes . The development of adaptive coping strategies for entering sports activities will contribute to the formation of more flexible behavioral skills, including helping to increase the level of mental reliability in stress-competitive conditions, thereby increasing resistance to stress-competitive situations and, consequently, increasing the success of performances.

In the life of an athlete there is always a high level voltage. The specificity of this type of activity requires constant improvement of



skills. A person in sports can rarely be alone with himself and allow himself to relax. He constantly feels competition and pressure from coaches, and the very fact of the competition provokes anxious thoughts.

Sports performance is not just about physical ability; it also involves psychological factors that can affect an athlete's performance. One such factor is emotional instability, which refers to the degree to which an athlete experiences negative emotions such as anxiety, stress, and tension before a competition. In this article, we will explore the social psychological characteristics of pre-competition emotional instability in sportsmen. Negative emotions such as anxiety, stress, and tension can have a significant impact on athletes' performance. Learning to manage these emotions effectively can help athletes improve their emotional stability and perform at their best[5].

### **Emotional tone**

Activation of the body's energy resources, which he spends on the implementation of emotional functions. Emotional tone affects the internal regulation of behavior. It enhances and weakening the urge to any

activity. Emotional tone directly depends on the situation (objective factors) in which the person, from the attitude of the individual to this situation (subjective factor) [2].

### **Tension**

Tension is a mental state caused by anticipation unfavorable development of events for a person". Accompanied discomfort, anxiety, and even fear. Has the potential for in order not to get lost in the situation, but to mobilize internal resources and start the process of thinking about the situation, and then accept[8] responsibility for solving a difficult problem. Voltage can provide influence on the motivational-volitional sphere, value system, long-term memory (take into account past experience when tension arose), properties mental functional structures that take part in some specific activity. Voltage can be described as bright emotional coloring with changes in human behavior, as an altered hierarchy of activity motives, clash of opposing motives, sometimes leading to disorganization of human activity [1].

### **Social Support**

Social support is a crucial factor that can affect an athlete's emotional stability. Social support

refers to the assistance and encouragement provided by family members, friends, coaches, and teammates. Athletes who receive social support are less likely to experience emotional instability before a competition than those who do not receive social support. Social support can help athletes manage their emotions and build their confidence, which can improve their performance. Sportsmen can benefit from social support, which can come from coaches, teammates, family, and friends. Social support can provide encouragement, motivation, and a sense of belonging, which can help athletes cope with stress and anxiety[1].

### **Self-Efficacy**

Self-efficacy refers to an athlete's belief in their ability to perform well in a competition. Athletes with high self-efficacy are less likely to experience emotional instability before a competition than those with low self-efficacy. This is because athletes with high self-efficacy are more confident in their abilities, which reduces their anxiety and stress levels.

### **Perfectionism**

Perfectionism is another factor that can contribute to pre-competition emotional instability

in sportsmen. Perfectionism refers to the tendency to set high standards for oneself and strive for perfection. Athletes who are perfectionists are more likely to experience anxiety, stress, and tension before a competition because they feel pressure to perform perfectly. This pressure can lead to negative emotions that can affect their performance. Perfectionism is a personality trait that can have both positive and negative effects on athletes. While striving for excellence can be beneficial, excessive perfectionism can lead to negative emotions and anxiety.

### **Coping Strategies**

Coping strategies refer to the techniques that athletes use to manage their emotions before a competition. Effective coping strategies can help athletes reduce their emotional instability and improve their performance. Some common coping strategies include relaxation techniques, positive self-talk, visualization, and goal-setting. Athletes who use these strategies are more likely to experience positive emotions such as excitement and enthusiasm before a competition, which can improve their performance also. Coping strategies are the methods that athletes use to manage stress

and negative emotions. Effective coping strategies can help athletes maintain emotional stability and perform at their best. Pre-competition emotional instability is a common issue that affects many sportsmen. However, by understanding the social psychological characteristics that contribute to emotional instability, athletes can develop effective

strategies to manage their emotions and improve their performance. Social support, self-efficacy, perfectionism, and coping strategies are all important factors that can affect an athlete's emotional stability before a competition. By focusing on these factors, athletes can reduce their anxiety, stress, and tension and perform at their best [8]

### Bibliography:

1. Marwat, N.. Effect of competition anxiety on athletes sports performance: implication for coach /N. Marwat, Z-U-I. Syed, M.S. Luqman, M. Manzoor // Humanities & Social Sciences Reviews. – 2021. – 1460-1464.
2. Ramolale, M./ Mediatonal Role of Mental Toughness on the Relationship Between Self-Efficacy and Prosocial/Antisocial Behavior in Elite Youth Sport / M. Ramolale, L. Maletе, U. Ju // Frontiers in Psychology. – 2021.
3. Лупекина.Е.А., Мельникова.О.Н.. Психология личности и спортивной карьеры гомель уо «ГГУ им. Ф. Скорины» -2010- 5 с.
4. Черникова, О.А.. Активная саморегуляция эмоциональных состояний спортсмена / О. А. Черникова, О. В. Дашкевич. –М.: Физкультура и спорт, 1971. – 47 с.
5. Varenikov N.A.. "Psychological difficulties of athletes and the problems of overcoming them," J. Physical Culture and Health, Voronezh state university, 2011, vol.11, pp. 15–17.
6. Wolanin A., Gross M. and Hong E.. "Depression in Athletes: Prevalence and Risk Factors." J. Current Sports Medicine Reports. Philadelphia: Lippincott W&W, vol. 14 (1), pp. 56–60. January, 2015.
7. Romanin A.N. and Romanina E.V.. "Holistic psychology and psychotherapy in sport." J. Sports psychologist, Moscow, 2013, vol. 2(29), pp. 90-92.
8. Brady A. and Grenville-CleaveB.. Positive psychology in sport and physical activity. London: Routledge, 2018.

## ILMIY TADQIQOT ISHI BILAN SHUG'ULLANUVCHILARDA TADQIQOT MAVZUSINI TANLASH VA UNING DOLZARBLIGINI ASOSLASH KO'NIKMALARINI SHAKLLANTIRISH

**Olimov Temir Hasanovich**

*Buxoro davlat pedagogika instituti  
dotsenti, pedagogika fanlari bo'yicha  
falsafa doktori (PhD)*

**Annotatsiya.** Ushbu maqolada ilmiy tadqiqot mavzusining dolzarbligini asoslash orqali tadqiqotchi muammoning davr, taraqqiyot, ilm-fan uchun qanchalik muhimligini isbotlay olishi, hamda mavzuning dolzarbligini obyektiv va subyektiv omillar orqali asoslash haqida fikr yuritilgan

**Kalit so'zlar:** ilmiy tadqiqot, ilmiy izlanish, ilmiy metodlar, ijtimoiy taraqqiyot, ilmiy-texnik taraqqiyot, iqtisodiy rivojlanish, madaniy yuksalish.

**Аннотация.** В данной статье путем обоснования актуальности темы научного исследования исследователь может доказать важность проблемы для эпохи, развития и науки, а также обоснование актуальности темы через объективные и субъективные факторы.

**Ключевые слова:** научное исследование, научное исследование, научные методы, общественное развитие, научно-техническое развитие, экономическое развитие, культурное развитие.

**Annotation.** In this article, by justifying the relevance of the scientific research topic, the researcher can prove how important the problem is for the era, development, and science, as well as the justification of the relevance of the topic through objective and subjective factors.

**Key words:** scientific research, scientific research, scientific methods, social development, scientific and technical development, economic development, cultural developme

Ilmiy tadqiqot o'tkazish ratsional tashkil etiladigan, o'ziga xos metodika va metodlarga ega ijodiy faoliyatdir. Uning ratsionalligiinson aql-u idroki va real hayotiy talablari bilan bog'liqligida, metodikasi va metodlari esa ilm-

fanda qabul qilingan, ijodiy faoliyatni samarali o'tkazishga yordam beradigan usullar va mexanizmlardan foydalanganidadir.

Ilmiy izlanish murakkab, serqirra va ziddiyatli kechadigan jarayondir. Tadqiqotchi ichki va



tashqi ta'sirlar ostida izlanish olib boradi, mazkur ta'sirlarni ilmiy maqsadga yo'naltirish oson emas. Ilmiy tadqiqot o'tkazish metodikasini egallagan, ilmiy metodlardan yaxshi xabardor va ularni qo'llay oladigan shaxs ko'zlagan maqsadiga erishadi, ilm-fan sohasida biror e'tiborli fikr ayta oladi.

Ilmiy tadqiqot o'tkazishning asosiy maqsadi obyektning real holatini ideal holatga ko'tarish hisoblanadi. Mazkur maqsadga yetishishning samarali yo'llarini, mexanizmlarini topish va jamiyatga taklif etish olimning vazifasidir. Mualliflar yosh tadqiqotchilarni o'z burchini obyektiv bajarishga, buning uchun esa ilm-fanda shakllangan metodlarga tayangan holda ijodiy kreativ pozitsiyada turishga da'vat etadilar.

Ilmiy tadqiqot mavzusini tanlashgacha bo'lgan jarayonlarni tadqiqotchining «o'zini o'zi izlash», «o'zligini topish» davri deb atash mumkin. Bu davrda tadqiqotchi hali biror-bir mavzuni tanlashdan, uni biror muammo bilan bog'lashdan uzoq bo'ladi. Tajriba ko'rsatadiki, ilm sohasiga birinchi qadam tashlaganidayoq mavzu topib, uni biror muammo bilan bog'lay olgan tadqiqotchi deyarli uchramaydi. Demak, mavzu tanlashda ilm sohasidan, mavzuga oid izlanishlar va muammolardan yaxshi xabardor

mutaxassisning yordami, maslahati zarur. Bunday mutaxassis mavzu tanlashga ta'sir etuvchi obyektiv omillardan xabardor bo'lgani uchun ham «ilmiy rahbar», «ilmiy maslahatchi», tadqiqotni ratsional olib borishni o'rgatuvchi «ustoz» deb ataladi.

Mavzuni tanlashga undovchi obyektiv omillar quyidagilardan iborat:

- ijtimoiy taraqqiyot talabi;
- ilmiy-texnik taraqqiyot talabi;
- iqtisodiy rivojlanish omili;
- madaniy yuksalish ehtiyoji.

Ilm-fanning ijtimoiy taraqqiyotga xizmat qilishi aksiomadir. Shuning uchun tanlanadigan mavzu ijtimoiy taraqqiyot maqsad va vazifalari bilan bog'liq bo'lishi zarur.

Ijtimoiy taraqqiyot deganda umuminsoniy rivojlanish, umum-bashariy qadriyatlarni asrash va ko'paytirish, ijtimoiy hayotni yanada insoniylashtirish, global muammolarni hal etish, insoniyat erishgan yutuqlarni, pozitiv tajribalarni yanada ko'paytirish nazarda tutiladi. Mazkur maqsad va vazifalarga xizmat qilish orqaligina ilm-fan, o'tkaziladigan tadqiqot, tanlanadigan mavzu pozitiv ahamiyat kasb etadi.

Ijtimoiy taraqqiyotni bugun ilmiy-texnik kashfiyotlarsiz, ixtiro-larsiz tasavvur etib bo'lmaydi. Inson mehnatini yengillashtirish va sama-

radorligini oshirish, ijodiy salohiyatini to'la ro'yobga chiqarish imkoniyatini beruvchi vositalar, mexanizmlar va shart-sharoitlar yaratish ilmiy-texnik taraqqiyotning bosh vazifasidir. Bugun jon-jahd va fidoyilik bilan mehnat qilish yetarli emas, mehnatni, faoliyatni ratsional tashkil etish, samaradorligini oshirish yo'llarini izlash muhimdir. Jamiyatga ilmiy, aqliy quvvatlariga tayanib, mehnat va faoliyatni oqilona uyushtirishga, ijtimoiy ehtiyojlarni to'la qondirishga qaratilgan usullar va vositalarga tayanadigan, ushbu usullar va vositalarni kashf etadigan shaxslar kerak. Shuning uchun ham tadqiqot mavzusini ilmiy-texnik rivojlanish maqsadidan kelib chiqib tanlash talab etiladi. Ilm-fan oldiga ijtimoiy-siyosiy tuzum ham o'z talabini qo'yadi. Ijtimoiy-siyosiy tuzum ichki institutlarini o'z maqsadiga muvofiq faoliyat olib borishini istaydi, aks holda tuzum bilan institutlar o'rtasida begonalashuv yuzaga keladi. Aniq strategik maqsadi va rivojlanish dasturiga, modeliga ega ijtimoiy-siyosiy tuzum barcha sohalarni, institutlarni, shu jumladan ilm-fanni ham ana shu strategik maqsad va rivojlanish dasturiga, modeliga xizmat qilishga yo'naltiradi. Ushbu obyektiv, ijtimoiy talabga xizmat qilishga tayyor tadqiqotgina siyosiy tuzum tomonidan qo'llab-quvvatlanadi.

Iqtisodiy rivojlanish barcha davlatlarda ilm-fan rivojlanishiga ta'sir etuvchi obyektiv omil bo'lib kelgan. Inson va jamiyatning moddiy ehtiyojlarini qondirish orqaligina ilm-fan, ilmiy izlanishlar o'zining ijtimoiy foydali mashg'ulot, faoliyat ekanini isbotlagan. Demak, ilmiy tadqiqot mavzusini tanlashda iqtisodiy rivojlanish omili unutilmasligi kerak. Hattosof ilmiy-nazariy, diniy-transsendental, apriori mavjudligini asoslashga qaratilgan izlanishlar ham pirovard natijada amaliyot, dunyoni mukammallashtirish, insonning ruhiy olamini yuksaltirishga oid o'zining empirik tavsiyalarini berishini esdan chiqarib bo'lmaydi. Ijtimoiy taraqqiyot insonni o'rab turgan «sun'iy olam», artefaktlar, «madaniyat» deb ataluvchi moddiy va ma'naviy boyliklar orqali idrok etiladi, o'lchanadi. Ilm-fanning o'zi madaniyatga oid sohadir, shu bois madaniy yuksalishga xizmat qilish uning immanent xususiyatidir.

Tanlanadigan mavzu g'ayri-madaniy bo'lmasligi, ya'ni insoniyat tomonidan yaratilgan moddiy va ma'naviy boyliklarning pozitiv hodisa ekanligini inkor qilmasligi, hatto shubha ostiga olishi mumkin emas. Tanlanadigan mavzu madaniyatning pozitiv hodisaligi ni tasdiqlashi, moddiy va ma'naviy boyliklarni yanada ko'paytirish texnologiyasini ishlab chiqishi, aniq,

ilmiy asoslangan yo'llarni ko'rsatishi zarur.

Tadqiqot mavzusini tanlashda obyektiv omillarni hisobga olish qanchalik muhim bo'lmasin, ular subyektiv omillar borligini inkor qilolmaydi. Ijod, shu jumladan, ilmiy ijod ham tadqiqotchining qiziqishi, mayli, ongi, bilimi, dunyoqarashi, e'tiqodi, sensitiv kechinmalari, refleksiv va gnoseologik tajribalarining mahsulidir.

Tadqiqotchining ilmiy qiziqishini hisobga olmasdan mavzu berish noo'rin. Qiziqishiga zid bo'lgan mavzu tadqiqotchini ilmiy yangilik, kashfiyot qilishga yetaklamaydi. Vaholanki, ilmiy tadqiqotdan maqsad ilm-fanga biror yangilik olib kirish, betakror g'oyalar, fikr-xulosalar bilan ilmiy merosni boyitishdir.

To'g'ri, ilmiy qiziqish ijtimoiy ehtiyojlarga muvofiq kelmasligi, hatto ularga zid kelishi mumkin. Bunday taqdirda, tadqiqotchining shaxsiy, ilmiy qiziqishi bilan ijtimoiy talablarni muvofiqlashtirish tavsiya etiladi. Biroq, buni alohida esda tutish darkor, ijtimoiy talablar bayrog'i ostida tadqiqotchining qiziqishini unutish uning ilm-fanga haqiqiy sodiq mutaxassis, mustaqil, erkin fikrlovchi olim sifatida shakllanishiga yordam bermaydi.

Bilim va ilmiy tafakkurga ega shaxs tadqiqot mavzusini o'zi, mustaqil tanlash imkoniga ega

bo'ladi. Oliy ta'lim tizimi ana shunday bilim va ilmiy tafakkurning asosini shakllantiradi. Ammo ilmiy izlanishlar uchun ushbu asos yetarli emas, tadqiqotchi mavzuga va uning muammolariga oid maxsus bilim va ilmiy tafakkurga ega bo'lishi zarur. Ushbu bilim va tafakkurni u magistratura, katta ilmiy xodim-izlanuvchilar institutida va ilmiy davralar, suhbatlar, konferensiyalarda qatnashish orqali oladi. Eng muhimi, tadqiqotchi tanlagan mavzusi va muammosi borasida ilmiy izlanishlar olib borgan, klassik deb tan olingan yirik olimlar merosidan yaxshi xabardor bo'lishi darkor. Ushbu merosni yaxshi bilmay, o'zlashtirmay, ilm-fanda biror yangi fikr aytish qiyin.

Tadqiqotchining maqsad va vazifalari shaxsning ma'naviy-axloqiy fazilatlarini, ma'naviy-axloqiy tajribasini, qarashlarini ifoda etadi. Mavzu shunchaki nomlanish, hatto tadqiqot natijasigina emas, u tadqiqotchining ma'naviy-axloqiy pozitsiyasi hamdir.

Mavzuning dolzarbligini asoslash orqali tadqiqotchi muammoning davr, taraqqiyot, ilm-fan uchun qanchalik muhimligini isbotlaydi. Mavzuning dolzarbligini yuqoridagi obyektiv va subyektiv omillar orqali asoslash mumkin. Mavzuning o'rganilmaganligi yoki kam o'rganilgani, muammoga oid

ziddiyatli yondashuvdir, konsepsiyalar yoki pastulatlar ilgari surilayotgani, u yoki bu hodisaning pozitiv natijalariga olib kelmayotgani, taraqqiyotga to'siq bo'layotgani, shaxs va jamiyat munosabatlarida «begonalashuv» hollarining paydo bo'layotgani, huquqiy normalarni deviant xulq-atvoriga samarali ta'sir etolmayotgani dolzarb mavzular sifatida tadqiq etilishi mumkin. Biroq mavzu dolzarbligini asoslashda ilmiy izlanishlardan kelib chiqarilgan bitta pastulatga tayanish darkor. U – tadqiqot obyekti (predmeti)ning real holati bilan ideal holati o'rtasidagi qarama-qarshiliklardan kelib chiqishdir. Masalan, obyekt (inson) bugun, real holatida ikkita – o'zbek va rus tillarini biladi. Lekin u ideal holatida qirqta tilni bilishi, o'rganishi va ularda bimalol gaplashishi mumkin. Tadqiqot qanday sabablar, omillar insonning ideal holatga yetishiga to'siq bo'lmoqda, nimalar qilganda insonni ideal holatga yetkazish, tarbiyalash mumkin, degan savollarga javob izlashi darkor. Tadqiqot mavzusining dolzarbligini asoslayotganda obyekt (predmet)ning ideal holatga ketishiga g'ov bo'layotgan asosiy sabablar, omillar ko'rsatilishi zarur.

Tadqiqot obyekti (predmeti)ning real holati bilan ideal holati o'rtasidagi fundamental mushtaraklik uning (obyekt yoki predmetning)

makon va zamonda mavjudligidir. Tadqiqot obyekti (predmeti) izlanishdan oldin ham makon va zamonda mavjud edi, u izlanishdan keyin ham makon va zamonda mavjud bo'lishi zarur. Lekin u real holatdan ideal holatga o'tganida sifatan o'zgarishi, ya'ni real holatida yo'q xislatlar, qarashlar, ko'nikmalar va aloqalarni o'zida shakllantirishi mumkin.

Real holat ideal holatning antogonisti emas, u ideal holatning takomillashtirilishi zarur bo'lgan ko'rinishidir. Ideal holat ham real holatning antogonisti emas, u real holatning takomillashtirilgan ko'rinishidir. Biroq ijtimoiy taraqqiyot real holatni boricha, mavjudligicha qoldirolmaydi, uni takomillash-tirmay, ijtimoiy taraqqiyot amalga oshmaydi. Ijtimoiy taraqqiyotning immanent qonuni real holatdagi g'ov, to'siq, konservativ qarashlarni ideal holatning ziddi, hatto raqibiga aylantirishi mumkin. Shuning uchun ham jamiyat bir ijtimoiy-tarixiy bosqichidan ikkinchi, ko'pincha ilgari bosqichga zid, qarama-qarshi bosqichga o'tayotganida real holatdagi mavjud to'siqlarni kuch bilan bartaraf etadi.

Ko'pincha tadqiqotchilar mavzu dolzarbligini asoslashda tasdiqlash usulidan foydalanadilar. Aslida muammo mavjudligini ta'kidlash ham konstatatsiya usulidir. Ammo, bizning



fikrimizcha, mavzu dolzarbligini asoslashda nafaqat konstatatsiya, shuningdek, ziddiyatlarni keltirish, real holatdagi to'rsiqlarni sanash, ideal holatga yetishishning ijtimoiy zaruriyat ekanini ta'kidlash usulidan ham foydalanish maqsadga muvofiqdir. Chunki, ijtimoiy hayotning sotsiodinamik xususiyati mavzu dolzarbligini real holatdan ideal holatga borish yo'llarini izlash orqali asoslashga undaydi. Konstatatsiya usuli ko'pincha barqaror, turg'un narsalarni, amalga oshirilgan hodisalarni qayd etish bilan chegaralanadi. Tadqiqot obyekti (predmeti)ning real holatidan ideal holatiga borishi esa ijtimoiy taraqqiyotning sotsiodinamik xususiyatiga muvofiqdir, shuning uchun mavzu dolzarbligini

asoslashga sotsiodinamik yondashish dardkor.

Har bir ilm sohasida mavjud empirik tajribalarni, gnoseologik izlanishlar natijalarini jamlash, umumlashtirishga zaruriyat mavjuddir. Bunday ilmiy izlanish fundamental ahamiyatga ega bo'lib, u ilm sohasining real holatini, u dush kelayotgan nazariy, falsafiy va metodologik muammolar nimalardan iborat ekanini va uning rivojlanish yo'llarini, ideal holatga yetish bosqichlarini aniqlab olishga yordam beradi. Ilm sohasining bunday xususiy muammolarini o'rganish tadqiqotchidan katta gnoseologik tajriba va ilm-fanning falsafiy metodologik muammolaridan yaxshi xabardorlikni talab etadi.

### Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Olimov Sh.Sh. "Ma'naviy-axloqiy tarbiya asoslari"- T.: "Fan va texnologiya" nashriyoti, 2015-y. -228 b.
2. Olimov T.H. Bo'lajak oliy ma'lumotli mutaxassislarda fuqarolik madaniyatini pedagogik loyihalashtirish tizimini rivojlantirish. P.f.f.d. ilmiy darajasini olish uchun yozil. Diss. – Buxoro. 2021. – 130 b.
3. Ochilov M. Muallim - qalb me'mori (Saylanma). – T.: O'qituvchi, 2001. – 432 b.
4. Pazilova M. Talaba ma'naviyatini hadislar vositasida shakllantirishning pedagogik asoslari. p.f.n.ilmiy darajasini olish uchun yozilgan diss. avtoreferati. - T., 2004. – 22 b.
5. Pedagogicheskie osnovi formirovaniya lichnosti uchashegosya v sredney obsheobrazovatelnoy shkole Respubliki Uzbekistan na sovremennom etape // Kol. avtorov. Pod. red. V.I.Andriyanovoy. – T.: Fan, 2005. – 166 s.
6. Podlasiy I. P. Pedagogika. Noviy kurs. V 2 kn. - M.: Vldos. 2001. Kn. 1: Obshie osnovi. Protsess obucheniya. - 576 s.
7. Ro'zieva D.I. Oliy ta'lim muassasalari talabalarida vatanparvarlik tuyg'usini shakllantirishning ilmiy-pedagogik asoslari. Dis. . ped.fan.dok.-T., 2007.-328 b.

## KECHKI VA SIRTQI KURSLARDA TALABALARNI O'QITISH SIFATINI OSHIRISH VOSITALARI

**Najmudinov Xalim Gulyamovich**

*Buxoro davlat pedagogika instituti, "Aniq fanlar" kafedrasining dotsenti, Fizika – matematika fanlari nomzodi*

**Annotatsiya.** Mazkur maqolada oliy ta'lim muassasalarida talabalarni sirtidan o'qitish jarayonida qo'llaniladigan innovatsion usullar va ularni samaradorligini oshirish yo'llari, masofaviy o'qitishning an'anaviy va zamonaviy yo'nalishlari, ularning ahamiyati va vazifalari, ta'lim sifati to'g'risidagi mulohazalar, sirtidan o'qitishda ta'lim sifatini oshirishga xizmat qiluvchi omillar to'g'risidagi ayrim fikr va mulohazalar bayon etilgan

**Tayanch so'z va tushunchalar:** an'anaviy va sirtqi ta'lim, masofaviy o'quv mashg'ulotlari, axborotlar texnologiyasi, andragogika, kechki ta'lim, eksternat, video maruzalar, suhbat va munozara, internet xizmatlari, auditoriya, sinf mashg'ulotlari, pedagogik jarayonlar.

**Аннотация.** В данной статье излагаются инновационные методы, используемые в процессе заочного и вечернего обучения студентов в высших учебных заведениях, пути повышения их эффективности, традиционные и современные направления дистанционного обучения, их значения и задачи, соображения по качеству образования, некоторые мнения и суждения о факторах, которые служат повышению качества образования при заочном обучении.

**Ключевые слова и понятия:** Традиционное и заочное обучение, дистанционные методы занятий, информационные технологии, андрагогика, вечернее образование, экстернат, видеолекции, беседы и дискуссии, интернет услуги, аудиторные и классные занятия, педагогические процессы.

**Abstract.** This article describes innovative methods used in the process of distance learning of students in higher education institutions, ways to improve their effectiveness, traditional and modern directions of distance learning, their meanings and objectives, considerations on the quality of education, some opinions and judgments about the factors that serve to improve the quality of education in distance learning.

**Key words and concepts:** Traditional and distance learning, distance learning methods, information technology, andragogy, evening education, externship, video lectures, conversations and discussions, Internet services, classroom and classroom classes, pedagogical processes.

Zamonaviy davr bilan birgalikda o'zgaruvchan jamiyat ijtimoiy-iqtisodiy, ilmiy - texnik va madaniy hayotning barcha sohalaridagi o'zgarishlar bilan doimo bog'langan bo'ladi. Bunday sharoitda har xil bosqichlarda va hayotning turli sharoitlarida kattalarning o'zidagi ijobiy imkoniyatlarini ishlatishga ko'maklashish uchun mo'ljallangan uzluksiz ta'lim tobora muhim ahamiyat kasb etmoqda. Oliygo'ha ta'limining umumiy darajasi, uning qulayligi, yaxshilanishi va unda zamonaviy texnologiyalardan foydalanish har qanday oliy o'quv – ta'lim tizimini tavsiflovchi asosiy ko'rsatgichlardan biridir . Ta'limning umumiy darajasi, uning qulayligi, yaxshilanishi va unda zamonaviy texnologiyalardan foydalanish har qanday oliy o'quv – ta'lim tizimini tavsiflovchi asosiy ko'rsatgichlardan biridir.1 Bugungi kunda kattalar hayotining boshida olingan asosiy ta'lim, xozirgi kundagi kasbiy vazifalarni samarali bajarish va kundalik hayot davomida doimiy ravishda o'zgarib turadigan ijtimoiy sharoitlarga moslashish imkoniyatini bermaydi. Bu haqiqatni e'tirof etgan holda, bu soha olimlari yangi g'oyalarni izlashga va kattalar ta'limi muammolari bilan bog'liq bo'lgan yangi yangi tushunchalarni yaratishga e'tibor qilishadi.2 Kattalarni o'qitish – o'quv predmeti

sifatida ko'pchilik - pedagog olimlarning diqqat markazida turadi. Fan, texnika va texnologiya sohasidagi o'zgarishlarning yuqori sur'atlari, jamiyatda demokratik jarayonlarning rivojlanishi, inson ijtimoiy hayotining vazifalari va tuzilishining murakkablashuvi sharoitida uzluksiz ta'lim g'oyasi alohida ahamiyat kasb etadi. Uni amalga oshirish diplomdan keyingi ta'limning turli shakllarini, masofaviy, sirtqi, kechki va eksternat o'quv jarayonlarini joriy etish bilan bog'liq.2 Ko'p yillik tajriba va kuzatuvlar shuni ko'rsatadiki, ma'lum bir faoliyat sohasidagi mutaxassislarni tayyorlash sifati nafaqat bilim bilan, balki insonning ma'lum fazilatlari, umuman dunyoga munosabati va xususan o'z kasbiga bo'lgan mehri bilan ham belgilanadi. O'zbekistonda uzluksiz ta'lim g'oyasining rivojlantirilishi ta'limning sirtqi va kechki shaklida to'liq o'z aksini topdi. Biroq, jamiyatda bunday o'quv turiga talab yuqori bo'lishiga, ushbu sohadagi turli xil amaliy tajribalarning borligiga qaramay, ta'limning sirtqi shakli aslida ilmiy tadqiqotlar muammolarida o'z aksini topmagan. Shuning uchun bu yunalishdagi barcha fikr mulohazalar, ilmiy izlanishlar va hatto oddiy kuzatishlar ham sirtidan o'qitish sifatini oshirishga xizmat qiladi.

Ta'lim sifati - bu talabaning

bilishi kerak bo'lgan dunyodagi ijtimoiy shartli munosabatlar tizimi. M. Potashnikning ta'rifiga ko'ra, ta'lim sifati bu - "Maqsad va natijalarning nisbati, maqsadlar faqat muayyan ravishda belgilanishiga va keyinchalik rivojlanish sohasida namoyon bo'lishiga qaramay, ular natijalarga erishish o'lchovidir. Shu bilan birga, ta'lim natijalari bu natijalarga qanday sarflangan (qanday zararlar, xarajatlar natijasida) mehnatlar natijasida erishilganligini baholashni ham o'z ichiga olishi shart".<sup>3</sup> Boshqacha qilib aytganda, ta'lim sifati deganda ta'lim jarayonining turli ishtirokchilarining ta'lim muassasasi tomonidan ko'rsatiladigan ta'lim xizmatlaridan samarali natija kutishlarini qondirish darajasi tushuniladi. Ko'pchilik pedagog mualliflar ta'lim sifati-bu ta'lim natijalarining xususiyatlari to'plami, ammo barchasi emas, balki faqat buyurtmachi muassasalarning ta'limga bo'lgan talablariga javob beradigan xususiyatlar to'plami deb ta'kidlaydilar. Sirtqi ta'lim tizimida bunday buyurtmachi, birinchi navbatda, talabaning o'zidir. Sirtqi ta'lim sifati ta'minlashga kamida ikki usul bilan erishish mumkin. Birinchi usul ilg'or pedagogik amaliyotni o'rganish va umumlashtirish va eng samarali variantlarni qoldirish, shuningdek,

sirtqi talabalar tomonidan bilimlarni to'liq o'zlashtirilishiga va ularning shaxsiy va kasbiy o'sishiga to'sqinlik qiladigan barcha salbiy xususiyatlarni bartaraf qilishdan iborat. Ikkinchi usul – bevosita o'qish va mustaqil bilim olish jarayonlarini, tizimli tahlil qilib, sirtqi talabalarning ta'lim sifati ta'minlaydigan pedagogik sharoitlarni ularga qo'yiladigan talablarni aniqlab, sirtidan o'qitish sifati oshirishdan iborat.<sup>4</sup> Maqolaning ilmiy yangiligi sifatida oliygoh talabalari va katta yoshdagi tinglovchilarni sirtidan o'qitish jarayonida darslarni qaysi vaqtlarda va qanaqa tizimlardan foydalangan holda o'tish samara beradi, qaysi hollarda masofaviy mashg'ulotlardan foy-dalanish samara berishi to'g'risida, sirtqi darslarini an'anaviy va zamonaviy turlarini tashkil qilish to'g'risida ba'zi kuzatuv va yangicha yondashuvlar muhokama qilingan. Sirtqi darslarni talabalarning yuqori faolligida ularning o'qituvchini yordamchilari sifatida, ishtirokida o'tkazish xillari ko'rsatilgan.

Tadqiqotning maqsadi talabalar-ning sirtqi va kechki ta'limga o'qitish sifati ta'minlash usullari va vositalarini ifodalashdan iborat. Oliy o'quv yurtida sirtqi talabalarning ta'lim sifati ta'minlaydigan prinsiplarni aniqlashda biz o'qitish natijalariga nisbatan talabaning ma'lum bir



faoliyat sohasidagi tayyorgarligi natijalariga mos kelishi kerak bo'lgan ma'lum me'yoriy daraja deb qaraymiz. Tadqiqotning obyekti sifatida Buxoro davlat pedagogika instituti va Buxoro davlat tibbiyot institutlaridagi ko'p yillik ta'lim jarayonida o'tkazilgan kuzatuv va muallifning shaxsiy tajribasi asos qilib olingan.

Kundalik hayot shuni ko'rsatadiki, sirtqi va kechki talabalarning o'quv sharoitlari, qoida tariqasida, vaqt bilan, maishiy, kundalik professional ixtisoslashgan (ishlaydigan odamlar uchun) soha va boshqa ijtimoiy omillar bilan qat'iy chegaralangan bo'ladi. Ular o'rganishni osonlashtirishi mumkin, ammo aksariyat hollarda sirtqi va kechki o'quvchilarning o'quv faoliyatini sezilarli darajada murakkablashtiradi. Odatda, kattalar ta'limi olib boriladigan ta'lim jarayoni qisqa muddatli intensiv mashg'ulotlar davomida amalga oshiriladi. Shu munosabat bilan, zamonaviy ta'lim sharoitida sirtqi talaba duch keladigan odatdagi tashqi va ichki qiyin-chiliklarni hisobga olish kerak. Birinchi novbatda kattalarning o'rganish va mustaqil ta'lim olish qobiliyatlari bugungi kunga qaraganda butunlay boshqacha vaziyatda shakllanganligini hisobga olish kerak. Ushbu vaziyatning paydo bo'lishi nafaqat ishlash

strategiyasidagi o'zgarishlarni, balki uning mazmunini ma'lumot bilan tubdan yangilashga, tartiblashtirish va saqlash usullarini yangilashga olib keladi. Shuning uchun, sirtqi o'quvchining yoshi qancha katta bo'lsa, yillar davomida rivojlanib borayotgan ko'plab ichki to'siqlar tufayli uning ta'lim jarayonlariga qo'shilishi shunchalik qiyin bo'ladi. Eng keng tarqalgan ichki to'siqlar qatoriga ko'pgina pedagog tadqiqotchilar quyidagilarni kiritganlar:

Psixofiziologik omillar.

Ta'limning sirtqi shakliga kirgan katta yoshli o'quvchilar o'rganish va o'z-o'zini tarbiyalash qobiliyatiga nisbatan ichki ishonchsizlik paydo bo'ladi. Bu tushuncha, odamni yoshiga qarab ta'lim ma'lumotlarini idrok etish, yodlash va qayta takrorlash qobiliyatining pasayishi haqidagi afsonaga asoslanadi. Biroq, olimlar har qanday yoshda muvaffaqiyatli o'qish mumkinligini allaqachon isbotlaganlar. Hayotning turli davrlarida turli xil xotira funksiyalari, diqqat va fikrlash turlari birinchi o'ringa chiqishi, motivatsiya o'zgarishi isbotlangan, ammo umuman olganda, kattalar har doim ma'lumot bilan optimal ishlashning tegishli individual usullarini ishlab chiqishga qodir. Bu tushuncha fakatgina inson o'quv predmeti sifatida uning xususiyatlari haqida bilimga ega

bo'lsa va o'rganish uchun barqaror motivatsiyani shakllantira olsagina to'g'ri bo'ladi. Shuning uchun sirtqi o'quvchilarni o'qitish nafaqat o'qituv-chilar, balki talabalarning o'zlari tomonidan ham, tinglovchilarning individual imkoniyatlarini va tushunishni hisobga olgan holda qurilishi muhimdir.

Ijtimoiy-psixologik omillar.

Ko'pgina kattalarga talabaning pozitsiyasida bo'lish noqulay va ba'zida bu vaziyatni qabul qilishning o'zi mutlaqo to'g'ri kelmaydi. Bu, ayniqsa, ma'muriy zinapoyada yuqori ijtimoiy mavqega ega bo'lgan odamlar uchun to'g'ri keladi. Psixologik jihatdan ular ixtiyoriy ravishda pedagogik ta'sirning "obyekti" ga aylanishiga tayyor emaslar. Shu bilan birga, sirtqi ta'lim olayotganda, talaba (boshqa ta'lim shakllaridan farqli o'laroq) o'quv predmetiga aylanishga majbur, chunki u erishilgan natijalar uchun to'liq javobgarlikni o'z zimmasiga oladi. Ta'lim natijalari uchun shaxsiy javobgarlikni anglash va tushunish asosan o'quv jarayonini insonparvarlashtirish, uni subyekt-subyekt munosabatlari doirasida tashkil etish bilan belgilanadi. Psixologik va pedagogik omillar.

Ta'limning uzluksizligiga inson-ning o'zi haqida bilish qobiliyati, uning qiziquvchanligi,

o'quv materialini idrok etishi va o'zlashtirishning o'ziga xos xususiyatlari, axborot texnologiyalari ehtiyojlari, zamonaviy inson uchun umrbod ta'lim olish zarurligi haqidagi ma'lumotlarning yo'qligi to'sqinlik qilishi mumkin.<sup>5</sup> O'quv jarayoni va mustaqil ta'limni tashkil etishda tarbiyaviy motivlar muhim ahamiyatga ega: ular qanchalik aniq ifodalangan va maqsadga muvofiq bo'lsa, sirtidan o'qiyotgan talabaning o'qish qiyinchiliklarini yengishi shunchalik oson kechadi. O'qituvchi tomonidan, ularning taxmini bo'yicha sirtqi talaba haqiqiy maqsadlarini anglashi, o'qishga ehtiyojning borligi, o'zini kasbiga e'tiqodli xizmat qilishi, o'zida o'qishga nisbatan ishtiyoq borligini his qilishi zarur. Har qanday yoshdagi sirtqi yoki kechki talaba uchun – o'qish o'zining zamona bilan birga bo'lib undan orqada qolmaslik, o'z kuch g'ayratini ko'rsatish yoki umuman hayotda o'z- o'zini anglash usullaridan biriga aylanganligi sababli, u nima uchun o'qishi haqida aqlli,ongli yondashishi lozim. Sirtqi talabalar o'quv faoliyatining qayd etilgan xususiyatlari o'quv jarayonini tashkil etish jarayoni Andragogika tamoyillarini hisobga olishni taqozo qiladi. Bu tamoyillar quyidagi tushunchalarni anglatadi:

1. Mustaqil o'rganishning ustuvorligi. Mustaqil bilish faoliyati

ta'limning kechki, sirtqi shaklida katta yoshli o'quvchilarning o'quv ishlarini asosiy turi hisoblanadi. Shu bilan birga, mustaqil faoliyat deganda mustaqil ishdan o'quv faoliyati turi sifatida foydalanish emas, balki talabalar tomonidan o'quv jarayonini mustaqil tashkil etish tushuniladi.

2. Birgalikdagi faoliyat tamoyili. Ushbu tamoyil sirtqi o'quvchining o'quv jarayonini rejalashtirish, amalga oshirish, baholash va tuzatishda o'quv jarayoni tashkilotchilari bilan birgalikdagi faoliyatini ta'minlaydi.

3. Talaba tajribasiga tayanish prinsipi. Ushbu prinsipga ko'ra, kechki, sirtqi talabaning hayotiy (kundalik, ijtimoiy, kasbiy) tajribasi talabaning o'zini tayyorlashda ma'lumot manbalaridan biri sifatida ishlatiladi.

4. O'qitishni individuallashtirish. Ushbu prinsipga ko'ra, har bir talaba o'qituvchi bilan birgalikda sirtqi talabaning tajribasi, tayyorgarlik darajasi, psixofiziologik va kognitiv imkoniyatlarini hisobga olgan holda aniq ta'lim ehtiyojlari va o'quv maqsadlariga yo'naltirilgan individual o'quv dasturini yaratadi.

5. Sistemali o'qitish. Bu tamoyil ko'zlangan maqsadlarni o'qitishning mazmuni, shakllari, usullari va vositalari bilan muvofiqlashtirishni ta'minlaydi.

6. Ta'limning kontekstualligi.

Ushbu prinsipga muvofiq, o'qitish jarayoni, bir tomondan, sirtqi talaba uchun aniq, hayotiy maqsadlarga erishishga intilishi, uni ma'lum ijtimoiy rollar, faoliyat va shaxsiy fazilatlarni rivojlantirishga yo'naltirishi kerak, ikkinchi tomondan, bu talabaning kasbiy faoliyat tajribasiga asoslanishi, maishiy xususiyatlariga ijtimoiy, kundalik faoliyatiga tayanishi kerak.

7. O'quv natijalarini dolzarblash prinsipi. Ushbu tamoyil sirtqi talaba tomonidan olingan bilim, ko'nikma va fazilatlardan amalda qisqa vaqt orasida va to'g'ridan-to'g'ri foydalanishni nazarda tutadi.

8. Ta'limning fakultativlik tamoyili. Bunda sirtqi o'quvchiga maqsadlar, tarkib, shakllar, usullar, manbalar, vositalar, vaqt, o'qish joyi, o'quv natijalarini baholash mezonlari va usullarini tanlashda ma'lum erkinlik beriladi.

9. O'rganishning onglilik tamoyili. Bu sirtki talaba tomonidan o'quv jarayonining barcha parametrlari va undagi harakatlarning qiymatini anglash va tushunish nazarda tutadi. Bu tamoyillar bizning oldingi maqolamizda qisman bayon qilingan edi.<sup>6</sup> Sirtqi talabalarni, kattalarni o'quvchilar sifatida o'qitishning ko'rsatilgan tamoyillari pedagogikaning didaktik tamoyillariga zid emas. Qisman ular

uni rivojlantiradi, qisman ular bilan bog'liq. Biroq bu tamoyillar o'qitishning andragogik tamoyillari bo'lib, ular sirtqi talabalarni o'qitishni tashkil etish va uslubiy qo'llab-quvvatlash xususiyatlarini o'rganish zarur bo'lgan yo'nalishlarni aniqlaydilar. Ushbu sohalar bugungi kunda masofaviy o'qitish tizimini yaratish va joriy etish bilan bog'liq holda to'liq ko'rib chiqilmoqda. Shunisi e'tiborga loyiqlik, masofaviy o'qitishning mohiyati va maqsadini tushunishda olimlar bir nuqtayi nazarga yetib bormaganlar. Masalan, ba'zi tadqiqotchilar "masofaviy o'qitish" atamasi o'qituvchi tomonidan talabaning mustaqil o'qishi asosida dastur va pedagogik texnologiyadan foydalanadigan o'quv jarayonining tashkil etilishini anglatadi, deb ta'kidlaydilar. Bunday mashg'ulotlar sirtqi talabaning o'qituvchidan makon va zamonda ajralib turishi bilan bog'liq. Biroq, telekommunikatsion uskunalardan yordamida talabalar va o'qituvchilar savol-javob qilishi, o'zaro muloqot qilish imkoniyatiga ega. Rus tadqiqotchilari (V. Demkin, V. Vimyatina, G. Mojaeva, G. Tarunina) masofaviy ta'limni o'qituvchi va talaba o'rtasida bevosita aloqaning yo'qligi bilan an'anaviy, to'la vaqtli texnologiyadan farq qiluvchi yangi pedagogik texnologiyalar toifasiga kiritadilar. Masofaviy o'qitish bilan

sirtqi o'qitish o'rtasiga tenglik qo'yish kerak emasligini ta'kidlaydilar, chunki masofaviy o'qitish nafaqat axborot tashuvchilar va ularga kirish vositalarini kengaytirishni, balki o'qituvchi va talaba o'rtasida telekommunikatsion kanallar orqali doimiy aloqa o'rnatilganligini ham o'z ichiga oladi.<sup>4</sup> Shuning uchun masofaviy o'qitish ta'lim jarayonining elementi va vositasi sifatida tavsiflanadi, uning mavjudligi masofaviy ma'lumot manbalariga kirishni ta'minlaydi. Masofaviy ta'limni tahlil qilib, A. Xutorskoy undagi o'ziga xos xususiyatlarni quyidagicha tasvirlaydi:

a) ta'lim jarayonining tarkibiy elementlarining ko'pchiligida o'qituvchi va tarbiyalanuvchilarni jismoniy ajratish;

b) ta'limda multimedia va elektron resurslardan ancha uzoq hamda yaqin atrof muhitdagi talabalarni o'qitishda doimiy foydalanish;

v) o'qituvchilar va talabalar o'rtasida, shuningdek talabalar o'zlarining o'rtasida telekommunikatsion bog'lanishlarni ta'minlash;

g) ta'lim jarayonining mahsuldorligi - bu elektron ta'lim muhiti sifatida foydalaniladigan unsurlardan farq qiluvchi yuqori ta'lim mahsulotlari natijasining olinishi demakdir.<sup>7</sup> Muallif



masofaviy ta'limni oddiy pochta, elektron pochta bilan almashtiriladigan va yangi bilimlarni egallash zamonaviy axborot texnologiyalaridan foydalangan holda amalga oshiriladigan, masofaviy ta'limni oddiy takomillashtirishga qisqartirish mumkin emasligini ta'kidlaydi. Masofaviy ta'lim deganda A. Xutorskoy "telekommunikatsion bog'lanishlar orqali o'rganishni tushunadi, unda masofaviy ta'lim ishtirokchilari (talabalar, o'qituvchilar, tuyutorlar, moderatorlar va boshqalar.) ta'lim jarayonini asosan Internet texnologiyalari va resurslari yordamida amalga oshiradilar<sup>7</sup>. Masofaviy o'qitish keng ma'noda bir yoki bir nechta joyda joylashgan bir yoki bir nechta shaxslarga masofadan uzatiladigan ta'lim bo'yicha ko'rsatmalar deyish mumkin. Ushbu ta'rifga ko'ra, masofaviy o'qitish tarixi XIX asrning 30-yillariga, sirtqi kurslar yaratilgan vaqtga to'g'ri keladi. Biroq, Internet paydo bo'lishi bilan masofaviy o'qitishning roli keskin o'zgardi va u yangi kompyuter texnologiyalari bilan aniqlanadigan bo'ldi. Internetdan foydalangan holda masofaviy o'qitishning afzalliklari qatorida qulay bo'lganda, kunning istalgan vaqtida o'qishni tashkillashtirish imkoniyatini anglatadi; darslarning intensivligi va davomiyligini

sozlash qobiliyati; o'qituvchi bilan elektron pochta orqali yoki real haqiqiy vaqt davomida muloqot qilish qobiliyati tushuniladi. A.Xutorskoyning fikriga ko'ra, masofaviy ta'limda o'qituvchining talabaga nisbatan shaxsning yoqishi yoki yoqmaslik masalasi umuman paydo bo'lmasligi juda muhimdir. Internetdagi muhokamalarda qatnashayotganlarning nisbiy noma'lumligi, talaba haqiqiy auditoriyada berishga jur'at etmagan savollarni berishga imkon beradi<sup>7</sup>. Muallif V. Bikov fikricha, masofaviy o'qitish – bu uzluksiz ta'lim shakllaridan biri bo'lib insonni axborot va ta'lim olish huquqlarini amalga oshirish uchun mo'ljallangan; u an'anaviy kunduzgi, sirtqi va kechki ta'lim shakllari bilan bir qatorda mavjud bo'ladi. Biroq, internet paydo bo'lishi bilan masofaviy o'qitishning roli keskin o'zgardi va yangi kompyuter texnologiyalarining rivojlanishi bilan masofaviy o'qitish modullari paydo bo'la boshladi<sup>8</sup>. Masofaviy ta'limni O'zbekistonda tashkil qilishda, maxsus namuna sifatida internet xizmatlarining boshlang'ich element-lari qabul qilindi, bunda kompyuterli kommunikatsion aloqalardan foydalanish uchun o'qituvchilar va talabalar bilan oldin tuzilgan faol o'quv muloqot aloqa vositalari, tayyor dasturlardan foydalanildi.

V. Kuxarenkoning fikriga

ko'ra, masofaviy o'qitish uch tarkibiy qismga asoslangan: "ochiq ta'lim, kompyuterli o'qitish, zamonaviy telekommunikat-siya vositalaridan foydalangan holda o'qituvchi bilan talaba o'rtasida faol hamkorlik qilish".<sup>9</sup> Muallif masofaviy o'qitishda asosiy element o'quvchining o'qituvchi va sinfdoshlari bilan muloqoti bo'lib, elektron pochta, pochta uzatmalari ro'yxati va telekonferensiyalar yordamida amalga oshirilishini ta'kidlaydi. Masofaviy ta'lim orqali tadqiqotchi "ochiq ta'lim tamoyillariga asoslangan, turli maqsadlar uchun kompyuter o'quv dasturlaridan keng foydalanadigan va zamonaviy telekommunikatsiyalar yordamida o'quv materiallari va aloqa olish uchun axborot ta'lim muhitini yaratadigan texnologiyalarni" tushu-nadi.<sup>9</sup> Shu asosda u masofaviy o'qitishni maxsus didaktik tizimda amalga oshiriladigan makon va zamondagi joylashuviga o'zgaras, maxsus o'quv vositalari yordamida o'qituvchilar va talabalar o'rtasidagi interaktiv o'zaro ta'sirning maqsadli, uyushgan jarayoni sifatida belgilaydi. Mavjud manbalarda "masofaviy ta'lim" tushunchasi "masofaviy o'qitish" tushunchasidan kengroq hisoblanadi va bir nechta taniqli ta'lim shakllarini o'z ichiga oladi: sirtqi ta'lim (shu jumladan asosiy va

qo'shimcha ta'lim dasturlarida o'qitish), eksternat va turli xil aralash ta'lim shakllari (masofaviy ta'lim yoki kunduzgi intensiv, kunduzgi va sirtqi ta'lim va boshqalar). Eksternat - Sovet davrida uchrab turar edi, bunda attestat asosiy ishdan ajralmagan holda bilim olish natijasida qo'lga kiritilar edi. Ishchi yoshlar sinf xonalarida o'qimasdan "sakkiz yillik" maktabni eksterna shaklda bitirishi mumkin edi. Maktabga faqat topshiriqlar olish va imtihonlar topshirish uchun kelish kerak edi xolos. Shu ma'noda masofaviy ta'lim, o'qitishning yangi shakli emas, balki allaqachon ma'lum bo'lgan, bir-biri bilan chambarchas bog'liq bo'lgan bir nechta o'qitish shakllarning umumiy nomi. Masofaviy ta'lim bilan masofaviy o'qitish o'rtasidagi farqlarni izlamasdan, sirtqi o'qitishni masofaviy ta'lim texnologiyalari elementlaridan foydalanishga imkon beradigan uzluksiz ta'limning maxsus shakli sifatida ko'rib chiqish qonuniy deb hisoblaymiz. Kupchilik pedagoglarning fikricha, an'anaviy (kompyuterlashtirilmagan) o'quv tizimi talabalarning fikrlash qobiliyatini samarali rivojlantirish, ularning ijodiy imkoniyatlarini oshirish uchun sharoit yaratmaydi.<sup>10</sup> Hozirgi kunda institutdagi ta'lim tizimidan ma'lum aksariyat o'qituvchilar talabalarga

o'z fani bo'yicha iloji boricha ko'proq ma'lumot berishga intilishadi. Shu bilan birga, uni uzatishning reproduktiv usullari talabalardan minimal bilim va ijodiy faoliyatni talab qiladi. Bundan tashqari, talabalar salbiy fazilatlarni rivojlantiradilar, o'z kuchlariga bo'lgan ishonchni yo'qotadilar va ularning butun kuch harakatlari bilimlarni ishlab ko'paytirish uchun emas balki yuqori baho olishga yo'naltirilgan bo'ladi. Natijada, jamiyat passiv mutaxassisni, professional sohada mustaqil qaror qabul qilish qobiliyatiga ega bo'lmagan sof ijrochini oladi.

Bundan tashqari, ma'lumki, an'anaviy o'quv jarayoni bir qator kamchiliklarga ega, ular orasida: o'qituvchining faolligi va talabaning passivligi o'quv dasturlarini o'rtacha saviyadagi abstrakt talabaga yo'naltirishi; o'quvchilar imkoniyatlariga individual yondashishning yo'qligi, o'quv ma'lumotlarini aniq amaliy vazifalar bilan bog'liq bo'lmagan holda, sof abstrakt - mantiqiy shaklda taqdim etilishi; cheklangan miqdordagi ma'lumot va uni o'zlashtirish uchun cheklangan vaqt va boshqalar.

Xulosalar. Sanab o'tilgan kamchiliklar umuman o'quv jarayonining sifati va ayniqsa, sirtqi o'quvchilarni tayyorlash uchun jiddiy muammo hisoblanadi. Ta'limning kechki yoki sirtqi

shaklida esa axborot texnologiyalaridan foydalanish o'qituvchi va o'quvchilarning an'anaviy o'zaro munosabatlarini sezilarli darajada o'zgartirishga, ularni o'z faoliyatida teng huquqli o'quv subyektlariga aylantirishga imkon beradi. Kompyuter yordamida masofaviy ta'limni tashkil qilish bizning fikrimizga ko'ra quyidagi afzalliklarga ega:

- talabaning ham, o'qituvchining ham faol bilim olish ishtiyoqini oshiradi;

- o'quv jarayonini "o'qitish" kategoriyasidan biror predmetni ongli va mustaqil ravishda "o'rganish" kategoriyasiga o'tkazib talabalar aktivligini oshiradi;

- turli ta'lim resurslari (kutubxonalar, lug'atlar, ensiklopediyalar) va ta'lim jamoalari (hamkasblar, maslahatchilar, sheriklar) bilan interaktiv aloqa, qilishga undaydi;

- o'qitish metodikasining turli xildagi usullaridan foydalaniladi;

- o'quv jarayonini eng yaxshi rag'batlantiradigan maxsus axborot muhitiga talabaning kirishiga resurslar bazasi bilan ishlashga imkon beradi;

Shunday qilib, kechki va sirtqi o'qitishda yangi axborot texnologiyalaridan foydalanish:

- fikrlash qobiliyatlarini rivojlantiradi (ko'rgazma-obrazli, ko'rgazma-samarali, ijodiy, intuitiv, nazariy va boshqalar.);

- "fazoviy" tafakkurni shakllantirish, tahlil qilish, sintez qilish, mavhumlashtirish, umumlashtirish ko'nikmasini hosil qilish;

- optimal yechimni tanlashga o'rgatadi;

- Turli shakldagi asosiy tushunchalarni mustaqil ajrata olib taqdim qilish ko'nikma va malakalarni shakllantiradi (matnli, sxematik, animatsion va boshqalar);

- eksperimental, ilmiy tadqiqot faoliyatini olib borish ko'nikma va malakalarini shakllantiradi.

Ko'plab ilmiy tadqiqotlar natijalari ishonchli isbotlaganidek ushbu xususiyatlarning barchasi, kompyuter texnologiyalari va yangi axborot texnologiyalaridan foydalanish sirtqi ta'limni modernizatsiya qilish va samaradorligini oshirish uchun

keng istiqbollarni ochishini ko'rsatmoqda. Sirtqi o'qitish jarayonida eng yaxshi an'anaviy va innovatsion vositalar va shakllarning kombinatsiyasi uning tarkibini diversifikatsiya qilish (ko'p qirrali ko'paytirish), ta'lim sifatini oshirish, o'quv jarayonini avtomatlashtirish va uning natijalari sifati ustidan nazoratni kuchaytirishga imkon beradi. Shu bilan birga, sirtqi ta'limni tashkil etish sohasida maxsus nazariy tadqiqotlar va ilmiy asoslangan uslubiy ishlanmalarning yetishmasligi uzluksiz ta'limning ushbu shakliga yetarlicha e'tibor berilmaganiga samarali foydalanish yo'llarini qidirib topishga, bu sohada jiddiy ilmiy tadqiqot ishlarini olib borish yo'llarini ochadi.

### Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Olimov, T. The role of national spirituality and values in the development of civil culture in future specialists with higher education.

2. Olimov, T. (2020). Bo'lajak oliy ma'lumotli mutaxassislarda fuqarolik madaniyatini shakllantirishning ayrim yo'nalishlari. Integration of science, education and practice. Scientific-methodical journal, 1(1), 20-27.

3. Olimov, T. H. (2016). Formation of self-awareness in youth. Social and humanitarian sciences in the educational system.-Tashkent, 4.

4. Olimov, T. H. (2019). Spiritual and moral aspects of the formation of civil culture in future specialists of higher education. Theoretical & Applied Science, (12), 662-665.

5. Olimov, T. H. (2019). Development issues of civil society and culture in the work of Eastern thinkers. Pedagogical skill-Bukhara, 2.

6. Olimov, T. H. (2020). The image of a modern teacher in the formation of civic culture among future highly educated specialists. Pedagogical skill-Bukhara



## JISMONIY TARBIYA, SPORT MASHG'ULOTLARI NAZARIYASI VA METODIKASI

### QISQA MASOFAGA YUGURUVCHI TALABA-QIZLARNI YILLIK TAYYORGARLIK MASHG'ULOTLARINING TUZILISHI

**Abdullaev Mehriddin Junaydulloevich**, *p.f.d.(DSc), professor*  
*Buxoro davlat pedagogika instituti*  
*Jismoniy madaniyat fakulteti dekani,*

**Jabborov Islomjon Bobir o'g'li**, *magistranti*  
*Buxoro davlat pedagogika instituti*

**Annatatsiya.** *Maqolada qisqa masofalarga yuguruvchi talaba-qizlarni yillik mashg'ulotlarini tashkil etish va o'tkazish muammo va yechimlari haqida fikrlar bildirilgan.*

**Kalit so'zlar:** *Jismoniy tarbiya, yengil atletika, sport, yillik mashg'ulotlar, yugurish.*

**Аннотация.** *В статье представлены представления о проблемах и решениях организации и проведения ежегодных тренировок для студентов, занимающихся бегом на короткие дистанции.*

**Ключевые слова:** *Физическое воспитание, легкая атлетика, спорт, годовая тренировка.*

**Annotation.** *The article presents ideas about the problems and solutions of organizing and conducting annual trainings for students who run short distances.*

**Key words:** *Physical education, athletics, sport, annual training, running.*

Bugungi kunda yurtimizda Jismoniy tarbiya va sport sohasida amalga oshirilayotgan davlat siyosati darajasidagi ishlarning salmog'i juda katta ulushni tashkil etmoqda. Mustaqillikka davrda sportchilarimiz xalqaro maydonlarda juda ko'plab medallarni qo'lga kiritdi.

Shuningdek O'zbekiston Respublikasi Prezidenti Sh.M.Mirziyo-

yevning tashabbusi bilan jismoniy tarbiya va sportga katta e'tibor qaratilib kelinmoqda. Jumladan, 2017-yil 3-iyun "Jismoniy tarbiya va ommaviy sportni yanada rivojlantirish chora-tadbirlari to'g'risida"gi PQ-3031-son, 2018-yil 5-martdagi "Jismoniy tarbiya va sport sohasida davlat boshqaruvi tizimini tubdan takomillashtirish chora-tadbirlari to'g'risida"gi PF-5368-sonli farmon

va qarorlarida yurtimiz aholisining sog'ligini mustahkamlash jismoniy tayyorgarligini oshirish, sog'lom turmush tarzini shakllantirishga oid masalalarga e'tibor qaratilgan.

Jismoniy tarbiya orqali talabalarni sog'ligini mustahkamlash, jismoniy tayyorgarlik darajasini oshirish vatan himoyasiga va mehnatga bo'lgan layoqatini kamol toptirishda yengil atletika sport turining o'rni kattadir. Yengil atletika sport turi insonlarni har tomonlama jismoniy rivojlanishida asosiy sport turlaridan hisoblanadi. Talabalarni yetuk, sog'lom bo'lib tarbiya topishida yengil atletikaning yurish, yugurish, sakrash, uloqtirish va kurash turlari orqali ularni jismoniy sifatlarini rivojlanishida muhim ahamiyatga egadir.

Jismoniy tarbiya va sportga ixtisoslashgan ta'lim muassasalarida o'tkaziladigan yengil atletika darslarida talabalarni tezkorlik, kuch, chidamlilik sifatlarini rivojlanganlik darajasini oshirish darslardan olayotgan yuklamalarni organizmga bo'lgan ta'sirini o'rganish, yengil atletika darslarini samaradorligini ta'minlash tahlil jarayoniga yangi pedagogik texnologiyalarni ishlab chiqish vazifalari bugungi kunning dolzarb muommolaridan bo'lib turibdi.

Albatta bugungi kunda yurtimizda xotin-qizlarni sog'lig'ini mustahkamlash, sog'lom turmush tarzini shakllantirish masalalari davlatimiz rahbariyati tomonidan

olib borilayotgan siyosatning ustuvor vazifalaridan sanaladi.

Qisqa masofalarga yuguruvchi talaba-qizlarni yillik mashg'ulotlarini tashkil etish va o'tkazish hali hamon o'z yechimini topmagan masalalardan biridir.

Bizga ma'lumki, qisqa masofalarga yuguruvchi qizlarning yillik tayyorgarlik mashg'ulotlari uch davrga bo'linadi: tayyorlov davri, taxminan 6 oy davom etadi; musobaqalashuv davri esa 4-5 oy davom etadi; o'tish davri 1-2 oyni o'z ichiga oladi.

Yillik mashg'ulotlar kuzgi, qishki, bahorgi, yozgi tayyorgarlik va musobaqalashuv davrlaridan iboratdir. Qisqa masofaga yuguruvchi qizlarning yillik mashg'ulotlari musobaqalar taqvim rejasiga asoslangan holda tayyorgarlik vazifalarini belgilaydi.

Yillik tayyorgarlikni tayyorlov davrida tayyorgarligi bor qizlar bir haftada 5-6 mashg'ulotlarda ishtirok etadi. Yangi boshlovchi qizlar esa 3-4 mashg'ulotlar haftasiga o'tkaziladi. Bu tayyorgarlik mashg'ulotlarining musobaqalashuv davridagi sport muvaffaqiyatlari uchun ahamiyati juda kattadir.

Kuzgi-qishki (noyabr-dekabr) tayyorlov bosqichi, qishki musobaqalashuv bosqichi yanvarning 3-4 va fevral oyining 1-2-haftalariga to'g'ri keladi. Bahorgi tayyorlov bosqichi esa mart oyidan boshlab tayyorgarlikka e'tibor qaratiladi. Bahorgi musobaqalar aprel-may oylarida o'tkaziladi va mayning 3-4-

haftasi hamda iyun oylarida tayyorgarlik mashg'ulotlarida talaba-qizlar ishtirok etadi.

Yozgi asosiy musobaqalar avgust oyining 3-4 va sentyabr oyining 1-haftasiga to'g'ri keladi. Sentyabr oyida tiklovchi mashg'ulotlar va rehabilitatsiya o'tkaziladi.

Kuzgi-qishki tayyorlov bosqichidagi mashg'ulotlarning asosiy vazifalari quyidagilardan iborat:

1. Har tomonlama jismoniy rivojlanishni yaxshilash.

2. Qisqa masofaga yuguruvchilar uchun kuch, tezkorlik va boshqa jismoniy sifatlarni rivojlantirish.

3. Axloqiy va irodaviy fazilatlarni tarbiyalash.

4. Qisqa masofaga yuguruvchi qizlarni funksional tayyorgarligini oshirish.

5. Qisqa masofaga yuguruvchi qizlarda yugurish texnikasini takomillashtirish vazifalariga e'tibor qaratiladi.

Bahorgi tayyorlov bosqichining mashg'ulotlarining asosiy vazifalari quyidagilardan tashkil topadi:

1. Har tomonlama jismoniy rivojlanishni yaxshilash.

2. Qisqa masofaga yuguruvchi qizlarni jismoniy sifatlarini yanada rivojlantirish.

3. Qisqa masofaga yuguruvchi qizlarni yugurish texnikasini takomillashtirish.

4. Funksional tayyorgarligi, irodaviy fazilatlari, psixologik tayyorgarliklarini oshirish.

5. Jismoniy tayyorgarligi, texnik-taktik tayyorgarligini maxsus mashqlar orqali rivojlantirish.

Sportchi qizlar tayyorlov davrining birinchi bosqichida o'tkazilgan nazorat musobaqalarida qatnashishlari mumkin. Ammo ularga alohida tayyorgarliksiz faqat mashg'ulotning maqsadidan kelib chiqib nazorat va chamalashlarda ishtirok etishadi.

Bahorgi tayyorgarlik bosqichida mashg'ulotlar ochiq havoda – anhor bo'ylarida, adirlikda, stadionlarda o'tkaziladi. Tayyorgarlik mashqlari ham shunga moslab tuziladi. Yozgi tayyorgarlik musobaqalashuv bosqichidagi mashg'ulotning asosiy vazifalari quyidagilardan iborat:

1. Har tomonlama jismoniy rivojlanishi yurak qon-tomir tizimi, nafas olish tizimi va boshqa funksional tizimlarning ish qobiliyatini oshirishdan iborat.

2. Qisqa masofaga yuguruvchilar uchun jismoniy sifatlarni rivojlantirish bo'yicha mashqlardan foydalanish.

3. Axloqiy va irodaviy fazilatlarni yaxshilash.

4. Qisqa masofaga yuguruvchi qizlarning yugurish texnikasini takomillashtirish va musobaqalashuv tajribasini oshirishdan iboratdir.

Qisqa masofaga yuguruvchi talaba-qizlarni yillik mashg'ulotlarini tuzilishi quyidagicha rejalashtiriladi:

1. Yillik mashg'ulotlar soni – 258 tani tashkil etadi.
  2. Yillik mashg'ulotlar – 516 soatni tashkil etadi.
  3. Yillik yugurishning umumiy hajmi – 1700 km.ni tashkil etadi.
  4. Yillik intensivlik 96-100% gacha bo'lgan yugurish hajmi 16,7 km.
  5. Yillik intensivlik 91-95% gacha bo'lgan yugurish hajmi 222,8 km.
  6. Yillik intensivlik 90% gacha bo'lgan yugurish hajmi 350 km.
  7. Yillik yugurish mashqlari hajmi (krosslar, fartlek) – 1111 km.
  8. Sakrash mashqlari, dep-sinishlar soni – 5200 marta.
  9. Qo'shimcha og'irlashtirilgan mashqlar (tonna) – 103.
  10. Umumiy jismoniy tayyorgarlik (soatda) – 339.
  11. Musobaqalar soni – 14/32.
  12. Nazariy tayyorgarlik soatlari – 12.
  13. Nazorat o'tish sinovlari – 12 marta.
  14. Tarbiyaviy ishlar soati – 25 marta.
  15. Tibbiy ko'rikdan o'tish – 4 martani tashkil etadi.
- Xulosa qilib aytadigan bo'lsak yuqorida keltirilgan mashg'ulot yuklamalar hajmi talaba-qizlarni musobaqalarga tayyorlashda asosiy omillardan hisoblanadi. Bu esa talaba-qizlar bilan o'tkazilgan mashg'ulot uslubiyatini samaradorligini tahlil asosida aniqlashda va keyingi yillik mashg'ulotlarni rejalashtirishda amaliy dastur bo'lib xizmat qiladi.

### Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Абдуллаев М.Ж. Ёш енгил атлетикачиларнинг машгулот самарадорлигини оширишда ҳаракатли ўйинларни қўллаш методикасини такомиллаштириш. Пед.фан.фал.док.(PhD), дисс. автореф.-Чирчиқ, 2019. – 63 б.;
2. Лях В.И. Тесты в физическом воспитании школьников. – Москва. АСТ, 1998. - 270 с.;
3. Никитушкин В.Г. Теория и методика юношеского спорта. – Москва, Физическая культура, 2010. – 203 с.,
4. Олимов М.С. Ўрта масофага югурувчи спортчи –талабаларни мусобақаларга тайёрлаш услубиёти. Пед.фан.ном. дисс. ....автореф.-Тошкент, 2011. – 29 б.;
5. Тажибаев С.С. Ёш боксчиларни тайёрлаш тизимида ҳаракатли ўйинларни қўллаш методикаси. Пед.фан.бўй.фал.док.[PhD] диссер. автореферати ,Т.: 2017, 52 бет.
6. Усманходжаев Т.С., А.А.Пулатов, С.С.Тажибаев, Ф.А.Пулатов “Миллий ва ҳаракатли ўйинлар” Дарслик. Тошкент - 2018 й. 300 бет.;
7. Филин В.П. Воспитательная работа с юными спортсменами //Система подготовки спортивного резерва. - М.: ВНИИФК, 1994. - С. 57-90.; Система подготовки спортивного резерва/ Под общ. Ред. В.Г.



## HARBIY TA'LIM MUASSASALARI TALABALARINING JISMONIY TAYYORGARLIGINI OSHIRISH ORQALI ULARDA IJTIMOIIY-TARBIYAVIY XUSUSIYATLARNI SHAKLLANTIRISH

**Abdullaev Amrillo Nasullaevich**

*Buxoro davlat pedagogika instituti dotsenti,  
harbiy ta'lim fakulteti o'quv bo'lim boshlig'i*

**Annotatsiya:** Ushbu maqolada harbiy ta'lim muassasalari talabalarining jismoniy tayyorgarligini oshirish orqali ularda ijtimoiy-tarbiyaviy xususiyatlarni shakllantirish jarayonida turli xil metodlardan foydalanishda amaliy ko'nikmalarni rivojlantirish haqida so'z boradi.

**Kalit so'zlar:** ta'lim, tarbiya, chidamlilik, kuchlilik, egiluvchanlik, chaqqonlik, jismoniy tayyorgarlik, jismoniy rivojlanish, maxsus jismoniy tayyorgarlik, sport mahorati, sport formasi, nazariya, amaliyot.

**Аннотация:** В данной статье говорится о развитии практических навыков использования различных методов в процессе формирования социально-педагогических характеристик курсантов военно-учебных заведений путем повышения их физической подготовленности.

**Ключевые слова:** обучение, воспитание, выносливость, сила, гибкость, ловкость, физическая подготовка, физическое развитие, специальная физическая подготовка, спортивное мастерство, спортивная форма, теория, практика.

**Annotation:** This article deals with the development of practical skills in the use of various methods in the process of forming the socio-pedagogical characteristics of cadets of military educational institutions by increasing their physical fitness.

**Key words:** training, education, endurance, strength, flexibility, dexterity, physical training, physical development, special physical training, sportsmanship, sports form, theory, practice.

Ijtimoiy-madaniy turmush sharoitlari, jismoniy mehnat va sportda jismoniy sifatlar tushunchasi bir-biri bilan bevosita bog'langan. Ya'ni har kungi yurish-turish, o'quv

jarayoni va jismoniy mehnatda «chaqqon», «yengil», «abjir», «zo'r», «kuchli», «botir-jasur», «bardoshli-chidamli» kabi xalq iboralari ko'p uchraydi.

Ularning mazmunida fanda qo'llaniladigan «chidamlilik», «kuchlilik», «egiluvchanlik», «chaqqonlik» kabi iboralar orqali jismoniy sifatlar tushuniladi. Bular, o'z navbatida, «jismoniy tayyorgarlik», «jismoniy rivojlanish», «maxsus jismoniy tayyorgarlik», «sport mahorati», «sport formasi» kabi iboralar va tushunchalar bilan mujassamlashgan. Ularning eng muhim belgilari haqida fikr-mulohaza yuritish mumkin. Insonning amaliy faol harakatlari, shuningdek, jismoniy sifatlar tana (gavda) a'zolarining funksiyalari (faoliyati) bilan bevosita bog'liqdir. Ya'ni barcha faol harakatlar inson tanasining tez harakat qilishini, ya'ni nafas olish, yurak urishi, qon aylanishi, ichki a'zolarida moddalarning almashishini ta'minlaydi. Shu asosda juda ko'p biologik, kimyoviy va fiziologik o'zgarishlar sodir bo'ladi. Bunday faol harakatlar negizida chiniqishga doir mashqlar alohida o'rin tutadi.

Chiniqish chidamlilik deganda, ijtimoiy turmush sharoiti, jismoniy tarbiya darslari, sport mashg'ulotlari hamda sport musobaqalarida uchraydigan kattakichik qiyinchiliklarga bardosh berish, chidash va uni yengish jarayonlari tushuniladi. Tabiiyki, bunday ijtimoiy-tarbiyaviy xususiyatlar o'z-o'zidan paydo bo'lmaydi

yoki tug'ma omil emas. Chiniqish, chidamlilik belgilari va sifatleri juda ko'p mashqlarni takrorlash, uzoq vaqtlar mashg'ul bo'lishni talab etadi.

Ularda nafas olish, nafasni ichda saqlab turish, mushaklar va barcha bo'g'inlarning og'ir-engil harakatlarni bajarishga odatlanishi ustuvor turadi. Chidamlilik belgilari va sifatlar ko'proq quyidagi faol harakatlarda uchraydi va belgilanadi:

Yengil atletikaning qisqa, o'rta va ayniqsa, uzoq masofalarga (10-20 km. va undan ortiq) yugurish jarayonlarida nafas olishning qiyinlashishi, oyoqlar va qo'llarning charchashi, holsizlanishi sodir bo'ladi. Bu qiyinchiliklarga chidash uchun juda ko'p yugurish, mashq qilish lozim bo'ladi. Bu sifatleri o'zlashtirish uchun suvda suzish, piyoda yurish, sayohatlar bilan qo'shimcha shug'ullanish tavsiya etiladi.

Kurash, boks, shtanga, qo'l kuchini sinash kabi sport turlarida mushaklar harakati (dinamik holat) yoki harakatsiz (statistik holat) ushlab turish (shtangani ko'krakda tutish) mashqlarida tana a'zolari (mushak, bo'g'in, nafasni saqlash, chiqarish va h.k.) zo'riqadi. Natijada nafas olish tezlashishi, qon tomirlari - yurak urishi kuchayishi kabi fiziologik jarayonlar yuzaga keladi.

Ayniqsa, qo'llar, yelka, bel va oyoqlardagi mushaklar charchaydi. Juda ko'p mashq (trenirovka) qilish natijasida yuqoridagi faoliyatlar yengil o'tishi yoki ularga chidash imkoniyatlari yaratiladi.

Suvda suzish, futbol o'yini (90 daqiqa davomida yugurish, to'p surish) va boshqa sport turlarida ham u yoki bu darajada toliqish, charchash, holsizlanish kabi jarayonlar sodir bo'ladi. Ularni yengish va bardosh berish uchun har bir shug'ullanuvchi ko'proq mashg'ul bo'lishi talab etiladi.

Talabalar jismoniy tarbiya darslarida (yengil atletika, gimnastika, kurash va h.k.) charchashi, toliqishi tabiiydir. Chunki, ko'pchilik yoshlarda jismoniy tayyorgarlik va maxsus tayyorgarlik jihatlari to'la yetishmaydi. Shu sababli, ular eng avvalo jismoniy rivojlanish va maxsus jismoniy tayyorgarliklarga ega bo'lishi lozimdir.

**Kuchlilik**-jismoniy sifatlarning asosi hisoblanadi. Chunki uning qo'llanilish va bajarilish xususiyatlari, turlari barcha amaliy harakat faoliyatlarida, shuningdek, barcha sport turlarida o'ziga xoslikka ega va hamisha unga zaruriyat, ehtiyoj tug'iladi.

Sport sohasida kuchlilik asosan, shtanga, kurash, boks, qo'l kuchini sinash, tosh ko'tarishda o'ta

asqotadi. Chunki bu sport turlari mushaklarning tortish, cho'zish, itarish, urish, saqlab turish (shtanga) va h.k. harakatlari orqali amalga oshiriladi.

Har bir sport turining xususiyati, texnik-taktik jihatdan harakatlarni bajarishda sekin, tez va kuchli sifatlari ishlatiladi. Mushaklarning kuchi (dinamometriya, stonometriya) va harakat tezligi asosiy o'rinda turadi, ular maxsus asboblari orqali (sekundomer, kompyuter va h.k.) o'lchanadi.

Harakat tezligi (suzish, yugurish, to'pni urish, tepish va h.k.) kuch bilan bog'liq. Ya'ni suzish, yugurish, to'pni darvozaga zarb-kuch bilan tepishda texnik-taktik harakatlar, tezlik va kuchlar bir-biri bilan bog'lanib ketadi.

Turnikda qo'llarga osilib, tortilishda kuch va bajarish usuli (texnik) o'zaro bog'liqdir. Ya'ni yelka, bo'yin va boshni yuqoriga ko'tarishda tezlik, oyoqlarni to'g'ri tutgan holda oldinga ozroq ko'tarish qo'llarda tortilishga qulaylik tug'diradi. Demak, kuchli bo'lish uchun tezlik sifatlarini ham egallash lozim bo'ladi.

Ijtimoiy-madaniy turmush sharoitimizda kuch ko'p ishlatiladi, masalan:

➤ to'la qopni (50-70 kg) ulovlarga (ot, eshak, mashina) ko'tarib ortish yoki uni tushirish.

Bunda qo'llar, bel, oyoqlarda kuch bo'lishi lozim. Bu faoliyatni bajarish texnikasi ham turli xil bo'lishi mumkin. Ya'ni ikki qo'lda ko'tarish yoki quchoqlab olib, ko'tarish;

➤ qishloq sharoitlarida kurash va ko'pkari (uloq) o'yinlarida «Polvon» (kuchli) va chavandoz-polvon (yengil-kuchli) iboralari qadimdan ishlatilib kelinadi. Bu fazilat va jismoniy sifatga (kuchli) ega bo'lganlar ko'p yillar davomida mashqlar qilib, turli xil vositalar va usullardan foydalanadi.

Egiluvchanlik belgisi va sifati ijtimoiy-turmush, mehnat va sportda muhim ahamiyatga ega. Chunki har qanday amaliy harakat faoliyatlarda har tomonga egilish, burishish, o'tirib-turish, yotish, kerilish, umbaloq oshish kabi faol harakatlar bajarilishi tabiiydir. Bu belgilar hamda jismoniy sifatlarni bajarishda mushaklar, paylarning yumshoqligi, qayishqoqligi (qattiq), bo'g'inlar egiluvchanligi asosiy o'rinda turadi. Misol tariqasida quyidagi turlar, sifatlarni aytish mumkin:

➤ gimnastika (erkin mashqlar), badiiy gimnastika, akrobatika, sinxron suzish (suv osti nafis gimnastikasi) va boshqa mashqlarda tezlik, kuchlilik sifatlari bilan birga egiluvchanlik holatlari mujassamlashib ketgan;

➤ shtanga ko'tarishda tizzalarga turish, shtangani ko'krakda saqlash (tirsaklar bukilishi), kurashdagi turli xil olishuvlar, yelkadan oshirib yiqitishdagi holatlarda egiluvchanlik xususiyatlari katta ahamiyatga ega;

➤ boshqa sport turlarida ham o'zlariga xos egiluvchanlik harakatlari mavjud. Jismoniy sifatlarni tarbiyalashda trenajor mashqlari, akrobatika, gimnastika, suvda suzish kabi turlardan maqsadli foydalaniladi.

Talabalar jismoniy tarbiya darslarida gimnastika, akrobatika, kurash elementlarini bajarishga odatlanishi va hayotda uchraydigan turli-tuman harakatlarda egiluvchanlik xususiyatlaridan maqsadli foydalanishni o'rganishlari lozim. Egiluvchanlik mashqlari mushaklar, ularning tolalarini harakatlantirishda, ayniqsa umurtqa pog'onalari, gavadadagi barcha bo'g'inlarning harakatchanligini ta'minlashda xizmat qilishi bilan o'ziga xos sifatlarga egadir.

**Chaqqonlik**-tezlik, epchillik, abjirlik kabi jismoniy sifat belgilari-ning mujassamlashishidir. Bunda mushak harakatlari va asab tolalari muhim vazifalarni bajaradi. O'z navbatida, bo'g'inlarda suyaklarga tutashgan paylar, mushak tolalarining mustahkam bo'lishi suyaklarni tutib turishda xizmat



qiladi chunki, tez harakat qilishda bo'g'inlarning bo'shashi, cho'zilishi natijasida suyaklar o'z joyidan qo'zg'alishi, chiqib ketishi mumkin. Bunday holatlar yuz bermasligi uchun mushaklarni kuch, egilish va chidash yo'llari bilan tezlik, chaqqonlikda ham tarbiyalash, chiniqtirish, mustahkamlash amalga oshiriladi. Chaqqonlik belgisi va sifatini tayyorlashda juda ko'p xilma-xil mashqlar ishlatiladi. Ular nafas olish, qon aylanish, yurak urishi tizimlarini tezlashtirish, chiniqtirish bilan birgalikda tana (gavda) a'zolarining harakat birligini (kuch, egilish, chidash, tez) ta'minlaydi.

Masalan: 30, 60, 100 m masofalarga yugurish talabalar va sportchilardan o'ta chaqqonlik, tezlikni talab etadi. Yoki balandlikdan (130,140, 150 sm) tez va oson sakrab o'tishda chaqqonlik, epchillik kabi sifatlar ancha ustun turadi.

Chaqqonlik belgilari (abjir, tez, yengil va h.k.) futbol, basketbol, voleybol, tennis kabi sport o'yinlarida ko'proq namoyon bo'ladi. Ya'ni to'pni raqibdan aldab olish, uni zudlik bilan sherigi yoki darvoza tomon surish, 3-4 kishini aldab o'tib, to'pni darvozaga tepib yoki bosh, ko'krak, yelka bilan urib, kiritish. Bunday holatlar basketbolda to'pni yuritish, savatga

tushurishda hamda voleybolda yerga tushay degan to'pga yetib olib, uni sherigiga uzatish, to'pni to'r ustidan zarb bilan urib, raqiblar maydoniga tushirish kabi murakkab harakatlarda ko'rish mumkin.

Chaqqonlik sport turlarining barchasida qo'llanuvchi eng muhim jismoniy sifatlardan biridir. Umuman, jismoniy sifatlar turmush sharoiti va ayniqsa, sportda eng zarur omillardan hisoblanadi. Jismoniy sifatlarni shakllantirish va ta'minlashda maxsus jismoniy tayyorgarliklar muhim ahamiyat kasb etadi. Masalan: mavsumiy sport turlarida (futbol, suvda suzish, sport o'yinlari, qishki sport turlari va h.k.) maxsus jismoniy tayyorgarlik usullari ko'proq qo'llaniladi. Ya'ni musobaqalar nihoyasiga yetgach, qisqa oraliqlar mavjud bo'ladi. Futbolchilar shu oraliq davrida jismoniy tayyorgarlik jarayonlarida maxsus jismoniy mashqlardan (gimnastika, akrobatika, shtanga, suvda suzish, trenajor mashqlari va h.k.) maqsadli foydalanadi va jismoniy tayyorgarlik, sport mahoratlarini ta'minlaydi. Bunday holatlar boshqa sport turlarida ham o'ziga xos ravishda qo'llaniladi.

O'quv yurtlari va ishlab chiqarishda qo'llaniladigan jismoniy tarbiya vositalari, o'tkaziladigan ommaviy jismoniy tarbiya-sport

tadbirlari aholining, ayniqsa talaba-yoshlarning jismoniy barkamol bo'lishlarida xizmat qiladi. Shu asosda iqtidorli yoshlarning umumiy va maxsus jismoniy tayyorgarliklarini tarbiyalash yo'li bilan ularni sportga safarbar etishda maqsadli foydalaniladi. Bu jihatlarni talabalar mukammal ravishda egallashlari lozimdir.

Xulosa qilib aytilsa, jismoniy tarbiya va sport harakatida jismoniy tayyorgarliklar (umumiy va maxsus) asosan shug'ullanuvchilarning jismoniy sifatlarini (chidam, kuch, egiluvchanlik, chaqqonlik va h.k.) tarbiyalash, ular orqali mahorat orttirishga qaratiladi.

### Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. Olimov, T. The role of national spirituality and values in the development of civil culture in future specialists with higher education.
2. Olimov, T. (2020). Bo'lajak oliy ma'lumotli mutaxassislarda fuqarolik madaniyatini shakllantirishning ayrim yo'nalishlari. *Integration of science, education and practice. Scientific-methodical journal*, 1(1), 20-27.
3. Olimov, T. H. (2016). Formation of self-awareness in youth. *Social and humanitarian sciences in the educational system.-Tashkent*, 4.
4. Olimov, T. H. (2019). Spiritual and moral aspects of the formation of civil culture in future specialists of higher education. *Theoretical & Applied Science*, (12), 662-665.
5. Olimov, T. H. (2019). Development issues of civil society and culture in the work of Eastern thinkers. *Pedagogical skill-Bukhara*, 2.
6. Olimov, T. H. (2020). The image of a modern teacher in the formation of civic culture among future highly educated specialists. *Pedagogical skill-Bukhara*, 5.

## BASKETBOLGA DASTLABKI O'RGATISHDA MAXSUS ISHLAB CHIQLILGAN ANDOZADAN FOYDALANISH

**Ibragimov Alisher Karomatovich**

*Buxoro davlat pedagogika instituti  
Jismoniy tarbiya va sport kafedrasi dotsenti*

**Ozodov Oxunjon Qobil o'g'li**

*Buxoro davlat Pedagogika instituti  
Jismoniy madaniyat fakulteti talabasi*

**Annotatsiya:** Ushbu maqolada so'nggi yillarda ushbu muammoga bag'ishlangan ilmiy tadqiqotlar, shu jumladan pedagogik tajribalar o'tkazish sur'ati nafaqat kamaymayapti, balki borgan sari kuchayib bormoqda. Buning asosiy sabablaridan biri, aynan maqsadli shakllantirilgan jismoniy tayyorgarlik va uni ifodalovchi jismoniy sifatlar sport malakalariga o'rgatish haqida yoritilgan.

**Kalit so'zlar:** basketbol, trenr, mahorat, sportchi, musobaqa, ko'rsatgich, to'p, o'yinchi, jismoniy tayyorgarlik

**Аннотация:** В данной статье отмечается, что в последние годы темпы проведения научных исследований, в том числе педагогических экспериментов, посвященных данной проблеме, не только не снижаются, но и усиливаются. Одна из основных причин этого заключается в том, что именно целенаправленно сформированная физическая подготовка и физические качества, которые ее представляют, освещаются при обучении спортивным навыкам.

**Ключевые слова:** баскетбол, тренер, мастерство, спортсмен, соревнования, указатель, мяч, игрок, физическая подготовка

**Annotation:** in this article, the pace of scientific research devoted to this problem in recent years, including pedagogical experiments, is not only decreasing, but also increasing more and more. One of the main reasons for this is precisely the purposefully formed physical training and the physical qualities that represent it are covered by training in sports qualifications.

**Keywords:** basketball, track, skill, athlete, competition, pointer, ball, player, fitness

Inson yoshlikdan boshlab oddiy yoki murakkab harakatlarni aniq bajarishga intiladi. Harakat aniqligi ikki ko'rinishda namoyon bo'ladi: harakatni asl nusxasiga (namunasiga) mos yoki unga yaqin ijro etish; harakatni biror-bir ob'ekt,

nishon (basketbol savati, futbol darvozasi va h.) yoki raqibga nisbatan (boks, sharqona yakkakurash turlari va h.) aniq ijro etish.

O'qituvchi-trenerlar esa bunday nuqsonlar va

kamchiliklarga ahamiyat qaratishmaydi. Shuning uchun ham yosh basketbolchilar ulg'ayganda, ularning mahorati bir yoqlama, ya'ni asimmetrik yo'nalishda mukammallashib qoladi. Bunday holatlar "mahorat" miqyosini chegaralab qo'yadi. Ushbu kamchiliklar hatto professional basketbolchilarda ham 70-90%ni tashkil etar ekan (L.R.Ayrapetyans, Sh.Irmatov, 2011). To'g'ri "o'naqaylik" yoki "chapaqaylik", "o'ng tomonlik" yoki "chap tomonlik" shug'ullanuvchi bolalarning nasldan o'tgan omillar bilan asoslanadi. Lekin, ko'pchilik mutaxassis-olimlar tomonidan isbot qilinganki, agar "o'naqaylar" erta yoshlikdan boshlab, chap qo'l harakat funksiyasini alohida tanlangan mashqlar asosida muntazam shakllantira borish asta-sekin 100% bo'lmasa ham, 70-90%gacha sifatli ijro etish imkoniyatini yaratar ekan (V.I.Lyax, Ye.Sadovski, 1999; V.P.Lukyanenko, 2001; L.D.Nazarenko, 2001; O.B.Nemsov, 2003).

Ko'plab professional basketbol jamoalarini tayyorlagan taniqli amerikalik mutaxassis-trener Nik Sortel (2002) qo'l bilan ijro etiladigan basketbolga xos harakat funksiyasini erta yoshdan boshlab simmetrik rivojlantira borish kelajakda, masalan, o'ng qo'l bilan ham, chap qo'l bilan ham savatga to'pni yuksak mahorat bilan tashlash imkoniyatini ochib berishini ta'kidlaydi.

Harakat funksiyalarini simmetrik yo'nalishda shakllantirishda barcha "o'naqay" va "chapaqay" harakatlar mashg'ulot davomida, ayniqsa musobaqalar jarayonida maxsus xarita-qaydnoma yordamida nazorat qilinishi va baholanishi lozim.

O'yinlarni kuzatish davomida faqatgina bir yoki ikki texnik ko'nikmani nazorat qilibgina qolmay, balki musobaqada qayd etiladigan barcha o'yin usullarining hajmi va samaradorligini aniqlash muhim ahamiyat kasb etadi.

Zamonaviy basketbol bo'yicha o'tkaziladigan musobaqalarda o'yin jarayonini tahlil qilish, o'yinchilar tomonidan ijro etiladigan hujum va himoya harakatlari samaradorligini aniqlash uchun kuzatuv asosida ma'lumotlarni yig'ish hamda shu ma'lumotlarni statistik tahlil qilish odat tusiga kirgan. Bunday statistik ma'lumotlar nafaqat trener va o'yinchilar uchun muhim rol o'ynaydi, balki bu ma'lumotlar rasmiy hisobotlar va mutaxassis, tomoshabinlar uchun ham xizmat qiladi. Odatda olingan natijalar ishonchli va aniq bo'lishi uchun o'yin faoliyatini statistik tahlil qilish 3-6 tagacha ekspert-kuzatuvchilar ishtirokida amalga oshiriladi. Ular maydonda o'yin jarayoni yaxshi kuzatiladigan qulay joylardan kuzatuv olib borishlari lozim. Agar bunday tadbir trener ko'rsatmasiga binoan uyushtirilayotgan bo'lsa,



unda ekspertlar yanada qulayroq joyga joylashtiriladi.

Bunday holatlarda ekspert-kuzatuvchilar trenerning ko'rsatmasiga mos ish ko'rishlari darkor. Kuzatuv jarayonini samarali tashkil qilish uchun ekspertlar oldindan kerakli vositalar – kuzatuv bayonnomasi, qalam, sekundomer, o'yinchilarning raqami, ismi va familiyasi yozilgan hujjatlarni tayyorlab qo'yishlari lozim.

Kuzatuv jarayonida ekspertlar quyidagi o'yin usullarini ro'yhatga oladi va tahlil qiladi:

1. Sportchining yoshi;
2. Sportchining bo'yi;
3. Model ko'rsatkichlari;
4. Savatga to'p tashlash:
  - o'yin davomida,
  - jarimada;
5. To'pni to'sib egallab olish (perexvaty);
6. To'pni berib qo'yish;
7. To'pni urib yurish va yugurish;

8. To'pni aniq yoki noaniq uzatish;

9. Hujum:

- muvaffaqiyatli,
- muvaffaqiyatsiz,
- 2 ochkoli joydan,
- 3 ochkoli joydan;

10. To'pni ilib olish;

11. O'z shchiti yoki halqadan qaytgan to'pga ega bo'lish;

12. Raqib shchiti yoki halqadan qaytgan to'pga ega bo'lish;

13. Qayta tashlash;

14. Sakrashlar;

15. Hujum uchun keskin tezlanishlar;

16. Himoya uchun keskin tezlanishlar.

Yuqorida qayd etilgan o'yin usullari quyidagi tartibda kuzatuv bayonnomasida aks ettiriladi:

1-chi kuzatuv bayonnomasi (1-jadval).

1 jadval.

### Basketbol musobaqalarida qayd etiladigan model va o'yin ko'rsatkichlarini ro'yhatga olish bayonnomasi

T/r	O'yinchi ismi va familiyasi	Bo'yi	Model ko'rsatkich	Hujum			Savatga tashlash	
				To'pni olib yurish	To'pni uzatish	Ilish	O'yinda	Jarima

*Izoh: O'yin davomida ko'rsatkichlar avval oddiy varaqaga qayd etiladi, o'yindan so'ng ushbu bayonnomaga ko'chirilib, so'ng trenerga imzo bilan taqdim etiladi.*

1-jadvaldan ko'rinib turibdiki, avval tartib raqami bo'yicha o'yinchilar ismi-sharifi, bo'yi, qabul qilingan model ko'rsatkichlar, keyin esa quyidagi hujum ko'rsatkichlari qayd etiladi: to'pni urib yugurish, to'pni uzatish, to'pni ilish, savatga to'pni o'yin davomida va jarimadan tashlash ko'rsatkichlari ro'yxatga olinadi. Hujum ko'rsatkichlarini yanada to'laqonli aniqlash uchun odjatda kuzatuvchiga yana bir yordamchi biriktiriladi. Yordamchi to'pni qanday tezlikda va qancha oraliqda urib yurganligi, uzatishni, ilishni va savatga to'p tashlashni joydan, yugurib kelib sakrab yoki sakramasdan tashlaganligini aniqlaydi.

Yuqorida qayd etilgan ko'rsatkichlarni qayd etishda quyidagilar e'tiborga olinadi:

- o'yin usullarining muvaffaqiyatliligi – “+”;
- o'yin usullarining muvaffaqiyatsizligi – “-”;
- o'yin usullarining xatosizligi, lekin foyda bermaganligi – “@”.

Bu ko'rsatkichlardan tashqari olib ketilayotgan, uzatilgan va savatga tashlangan to'pni egallab olish, o'z shchiti va raqib shchitidan qaytgan to'pni olib qo'yish, yo'qotishlar ro'yxatga olinadi (2-jadval).

## 2-jadval

### Basketbol musobaqalarida qayd etiladigan model va o'yin ko'rsatkichlarini ro'yhatga olish bayonnomasi

T/r	O'yinchi ismi va familiyasi	Bo'yi	Model ko'rsatkich	Olib qo'yish (perexvaty)			
				To'pni urib yurishdan	To'pni uzatishdan	Raqib shchitidan qaytgan to'pni	O'z shchitidan qaytgan to'pni

*Izoh:* To'pni urib ketayotgan o'yinchiga qarshilik ko'rsatib, qoidaga binoan to'p olib qo'yishga intilish kerak.

Ushbu o'yin usullarini ro'yxatga olishda ham ularni muvaffaqiyatli, muvaffaqiyatsiz, foyda berganlari e'tiborga olinadi.

Musobaqalarda sportchilarning o'yin faolligini aniqlashda o'yinchilarni o'yin funksiyasi (hujumchi, markaziy hujumchi, himoyachi, qanot hujumchisi)ni e'tiborga olish, o'yin

usullari moydonning qaysi joylarida va qaysi raqib o'yinchisi bilan to'qnashuvda yuz berganligini e'tiborga olish o'yin faolligi haqida olingan ma'lumotlarni yanada boyitadi.

### Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Адашквявичене Э.И. Баскетбол для дошкольников. М.: Просвещение. 1983. - 79 с.
2. Бурнашев И.И. Внеклассная работа по баскетболу в общеобразовательной школе. // Методическое пособие. Т.: Укитувчи, 1989. - 65 с
3. Костикова Л.В. Женский баскетбол: от Чемпионата мира до Олимпиады. Ж.Т и ПФК. №2, 2003, С.28-30
4. Курбанова. М.А. Использование народных подвижных игр при отборе и тренировке юных волейболистов на этапе начальной подготовки. Автореф. дисс. ... канд. пед. наук. Т.: 2006. - 23 с.
5. Karomatovich I. A., Akhtamovich H. S. Techniques of Young Greco-Roman Wrestlers to Improve their Combinational Attack Moves //Nexus: Journal of Advances Studies of Engineering Science. – 2022. – Т. 1. – №. 6. – С. 10-14.
6. Karomatovich I. A., Akhtamovich H. S. SPECIFIC CHARACTERISTICS OF THE ACTIVITY OF A SPORTS EDUCATOR (GREEK-ROMAN WRESTLING COACH) // "ONLINE-CONFERENCES" PLATFORM. – 2022. – С. 102-105.
7. Karomatovich I. A., Todzhiddinovich S. U. Methodology for Developing Speed and Strength Abilities for Novice Boxers Method of Development of Speed-Power Abilities at Beginning Boxers //Web of Scholars: Multidimensional Research Journal. – 2022. – Т. 1. – №. 6. – С. 185-190.
8. Karomatovich I. A. Conducting Sports Holidays in Pre-School and Primary Educational Institutions //Web of Scholars: Multidimensional Research Journal. – 2022. – Т. 1. – №. 6. – С. 153-157.
9. Karomatovich I. A. PSYCHOLOGICAL AND PEDAGOGICAL SUPPORT OF YOUNG TEAM ATHLETES //Web of Scientist: International Scientific Research Journal. – 2022. – Т. 3. – №. 02. – С. 1011-1016.
10. Junaydulloevich, A. M., & Istamovich, A. K. (2021). ANALYSIS OF MODERN TECHNOLOGIES FOR THE DEVELOPMENT OF PSYCHOPHYSICAL QUALITIES OF BOXERS IN THE PROCESS OF TRAINING. *Web of Scientist: International Scientific Research Journal*, 2(05), 1-14.
11. Junaydulloevich, A. M. (2021). METHODOLOGY OF TEACHING ATHLETICS FOR CHILDREN OF DIFFERENT AGES. *Web of Scientist: International Scientific Research Journal*, 2(05), 49-59.
12. Junaydulloyevich A. M., Haydarqulovich Q. H. THE DEVELOPMENT OF EFFECTIVE WAYS TO IMPROVE REPRODUCTIVE HEALTH OF MARRIED STUDENT GIRLS //Web of Scientist: International Scientific Research Journal. – 2021. – Т. 2. – №. 04. – С. 249-258.

## SPORT TADBIRLARIDA O'QUVCHILAR SALOMATLIGINI YAXSHILASH UCHUN QO'LLANILADIGAN O'YINLAR MAZMUN VA MOHIYATI

**Fayziyev Yaxshi Ziyoyevich**

*Buxoro davlat pedagogika instituti  
Jismoniy madaniyat nazariyasi va  
uslubiyoti kafedrası dotsenti*

**Annotatsiya.** *Ushbu maqola sport tadbirlarida o'quvchilar salomatligini yaxshilash uchun qo'llaniladigan o'yinlar mazmun va mohiyatini ochib berishiga qaratilgan. Bunda o'quvchi turmushdagi, mehnat sohasidagi, tabiat hodisalari va jonivorlar hayotidagi har xil narsalarni taqlid qilib o'ynash bilan bu hodisa va harakatlarning ma'nosiga tushuna boradi, asta-sekin hayotiy tajribaga ega bo'ladi, qiyinchiliklarni yengishga o'rganadi, unda harakat ko'nikmalari hosil bo'ladi va uning tasavvurlari boyib borishi to'g'risida fikrlar keltirilgan.*

**Kalit so'zlar:** *harakatli o'yinlar, maktabgacha tarbiya, kuzatuvchanlik, tashabbuskorlik, mustaqillik, mehnatsevarlik, aql-idroki, salomatlik.*

**Аннотация.** *Данная статья посвящена раскрытию содержания и сущности игр, используемых для оздоровления студентов в спортивных мероприятиях. Подражая различным вещам в жизни, работе, природным явлениям и жизни животных, учащийся понимает смысл этих событий и действий, постепенно приобретает жизненный опыт, учится преодолевать трудности, развивает двигательные навыки, обогащает свое воображение, представлены мнения.*

**Ключевые слова:** *подвижные игры, дошкольное воспитание, наблюдательность, инициатива, самостоятельность, трудолюбие, сообразительность, здоровье.*

**Abstract.** *This article focuses on revealing the content and essence of games used to improve the health of students in sports events. By imitating various things in life, work, natural phenomena and animal life, the student understands the meaning of these events and actions, gradually gains life experience, learns to overcome difficulties, develops movement skills, and enriches his imagination. opinions are presented.*

**Key words:** *action games, preschool education, observation, initiative, independence, diligence, intelligence, health.*



Harakatli o'yinlar bolalar va o'smirlarni tarbiyalashda eng muhim va amaliy vositalardan biri bo'lib hisoblanadi.

Harakatli o'yinlar turli xarakterdagi to'siqlarni yengish hamda har xil xislat va qobiliyatlarni ko'rsatish bilan bog'liq bo'lgan jismoniy mashqlarning turli kompleksini o'z ichiga oladi. Bundan tashqari, odatda bolalarga quvonch baxsh etadigan musobaqa momentlari ham harakatli o'yinlar jumlasiga kiradi.

Ma'lumki, maktabgacha tarbiya yoshidagi bolalarning o'yinlari taqlid qilish xarakteriga ega bo'ladi. Bola tevarak-atrofdagi borliqni kuzatadi, uning elementlarini o'yinga kiritadi va shu o'yin vositasida o'zini qurshab turgan olamni bilib oladi, unda turmush hodisalariga nisbatan muayyan munosabat paydo bo'ladi.

O'quvchi turmushdagi, mehnat sohasidagi, tabiat hodisalari va jonivorlar hayotidagi har xil narsalarni taqlid qilib o'ynash bilan bu hodisa va harakatlarning ma'nosiga tushuna boradi, asta-sekin hayotiy tajribaga ega bo'ladi, qiyinchiliklarni yengishga o'rganadi, unda harakat ko'nikmalari hosil bo'ladi va uning tasavvurlari boyib boradi.

Bolalarning o'zlari ijod qilib o'ynaydigan o'yinlariga keng o'rin

berilishi zarur. Ammo bunday o'yinlarni ota-onalar hamda tarbiyachilarning e'tibori va rahbarligidan chetda qoldirib bo'lmaydi. O'yinni asta-sekin to'g'ri yo'lga solish bilan bolalarda kuzatuvchanlik, tashabbuskorlik, mustaqillik, mehnat-sevarlikni o'stirish va ularni atrofdagi vaziyatga, o'zining va o'rtoqlarining harakatlariga to'g'ri baho bera bilish hamda shaxsiy muvaffaqiyatsizlikka nisbatan to'g'ri munosabatda bo'lish ruhida tarbiyalash lozim.

Shunday qilish bilan bola asta-sekin zaruriy malakalarga ega bo'la boradi va shu malakalar tufayli u o'z kuchini to'g'ri sarflay oladigan, o'yin paytidagi turli vaziyatlarda yaxshi o'ylab harakat qila oladigan va kelgusida, tajribasining ortishiga qarab, turmushda uchraydigan qiyinchiliklarni osongina yenga oladigan bo'ladi.

Bolani oilada tarbiyalashda ham, bog'chada tarbiyalashda ham uning tevarak-atrofdagi olamni bilishga aktiv intilishi dastlab o'yinda namoyon bo'ladi. O'yin protsessida ularning borliq haqidagi tushunchalari chuqurlashadi va mustahkamlanadi.

Bolalar oilada va bolalar muassasalarida tarbiyalanganda butunlay o'yin va ermaklar bilan band bo'lsalar, maktabga kirish

bilan ularning asosiy qiziqish va e'tibori o'qishga qaratiladi.

O'yin boshlang'ich sinf o'quvchilari uchun shunday bosqichki, bunda ular yangi bilim va tushunchalarni egallashga qaratilgan mustaqil faoliyatni boshlaydilar. Bolalar maktab tajriba uchastkasida ishlash va uyda foydali mehnat qilishdan tashqari, bo'sh vaqtlarining bir qismini turli o'yin va ermaklarga sarflaydilar. Bunday qilish ularga o'z ehtiyojlarini qondirish va yaxshi dam olish imkonini beradi.

Harakatli o'yinlar bola harakatlarini o'stirish va takomillashtirishda katta ahamiyatga ega bo'lgan yurish, yugurish, sakrash, biror narsani irg'itish yoki uloqtirish, biror narsaga tirmashib chiqish kabi mashqlarni o'z ichiga oladi. Harakatlarning takomillasishi bilan birga, jismoniy qobiliyat ham taraqqiy etadi, yurak va nafas olish sistemasining faoliyati yaxshilanadi.

Tariximizdan meros bo'lib qolgan o'zbek xalq harakatli o'yinlarini hayotga tadbiq etishga kengroq yo'l ochib berilishi, uni ommaviy tus oldirilishi, oilada, maktabgacha tarbiya muassasalarida, maktablarda, dam olish joylarida, har xil marosim va bayramlarda "Navro'z", "Mustaqillik" kuni bayramlari va boshqa

ommaviy-madaniy sport tadbirlarida sport turlari qatorida milliy harakatli o'yinlarni tashkillashtirish o'sib kelayotgan yoshlar tarbiyasiga ijobiy ta'sir etishi muqarrardir. Milliy xalq harakatli o'yinlari qadim-qadim zamonlardan boshlab xalq marosimlarida, rasm-rusumlarida va urf-odatlarida mustaqil bir soha sifatida musobaqalarda, bahslarda keng qo'llanilgan. Jismoniy tarbiya xalqning urf-odatlarida, udum va rasm-rusumlarida shakllanib, ming yillar davomida rivojlanib, takomillashib kelgan. Xalq milliy o'yinlari ming yillar davomida bizgacha yetib kelgan o'zbek milliy xalq o'yinlari "Otda chopish", "Qiz quvlash", "Uloq", "Kamonda o'q otish", "Chillak", "Oq suyak", "Soqqa", "Besh tosh" kabi va boshqa o'yinlar orqali botirlik, epchillik, tezkorlik, muvozanatni saqlash sifatlarini rivojlantirishda hamda qaddi-qomatni shakllantirish, axloq-odob, ong, xotira, diqqat kabi xislatlarni sayqal toptirishda va albatta sog'liqni mustahkamlashda eng samarali vosita bo'lib kelgan.

*Milliy va harakatli o'yinlarning tarbiyaviy, sog'lomlashtiruvchi va ta'lim berishdagi ahamiyati.*

Mustaqil O'zbekistonning ravnaq topishi, taraqqiyoti yo'lida uni katta iqtisodiy va ijtimoiy to'siqlardan muvaffaqiyatli o'tishi

va insoniy natijalarga erishishi yosh avlod va mehnatkash fuqarolarning nafaqat aql-idroki, balki ularning salomatligi, jismoniy barkamolligiga ham bevosita bog'liqdir. Shuni ham aytish kerakki, odamzotning salomatligi, serg'ayrat bo'lishi, jismoniy kamolotga erishishi faqatgina uni turmush tarzi, mehnat va uy-ro'zg'or faoliyati bilan ta'minlaydi. Balki har bir xalqni o'z tarixiy, madaniy, ijtimoiy va iqtisodiy taraqqiyotiga xos bo'lgan mazkur xalq tomonidan kashf etilgan milliy o'yinlar, sayillar, urf-odatlar va sport turlari vositalari yordamida ham amalga oshiriladi.

O'zbek xalq o'yinlari insonni jismoniy va ijtimoiy-iqtisodiy taraqqiyotiga aloqadorligini yoritish asosiy maqsad qilib olingan. Darhaqiqat yuqorida qayd etilgan tushunchalar o'rtasida uzviy bog'lanish mavjuddir.

Oxirgi yillarda ommaviy axborot vositalari, ilmiy anjumanlarda muhokama qilinayotgan xalq o'yinlari mavzusiga oid masalalar o'z ichiga asosan mazkur o'yinlar mazmuni va qoidalarini takomillashtirishdagi o'zni haqidagi ma'lumotlarni olgan. Ma'lumki, inson o'z hayotida, o'qish, mehnat, dam olish kabi mashg'ulotlar bilan band bo'ladi. Inson hayotining dastlabki davrlarida o'yin asosiy faoliyat hisoblanadi, undan so'ng

esa o'yin kamayib, uning o'rnini o'qish va mehnat egallaydi.

Insoniyat taraqqiyoti va ijtimoiy hayotining turli davrlarida o'yinlar muhim o'rin tutgan. O'yinlar yordamida insoniyat o'sgan, ulg'aygan, chiniqqan, jismonan baquvvat bo'lgan, aqlan, ruhan rivojlangan, ma'naviy kamol topgan. Xullas, o'yin odamzod taraqqiyotida katta ahamiyat kasb etgan. Buning sabablari quyidagicha:

**Birinchidan**, insonda o'yinga nisbatan tabiiy ehtiyoj bo'lib, u hayotdagi bo'shliqni to'ldirgan, inson tanadagi ortiqcha kuchni sarflashga, yetishmagan kuchni to'plashga yordam bergan.

**Ikkinchidan**, o'yinlar xalq tarixining ajralmas qismidir. O'yinlarda insonning turmushi, mehnati, tajribasi, tashvishi, kurashi, yutuqlari o'z aksini topadi. O'yinlar orqali biz insoniyat tarixi, orzu-o'yi muammolari, niyatlarini o'rgansak bo'ladi.

**Uchinchidan**, o'yin inson madaniyatining eng qadimgi ko'rinishi, ko'pgina ma'naviy soha (raqs, tomosha-teatr, musiqa, sport, marosim kabi)larning chashmasi sifatida xizmat qilgan.

**To'rtinchidan**, o'yinlar avlod-ajdodlarimizning sog'lomlashtiruvchi vositasi hisoblangan. Otabobolarimiz xalq o'yinlari va

musobaqalari yordamida aqlan raso, ruhan tetik, jismonan baquvvat bo'lib kelgan. Sog'lom avlodlarni shakllantirishda o'yinlar asosiy omilga aylangan.

**Beshinchidan**, o'yinlar eng samarali tarbiya vositasi. Bolalar o'yinlar orqali hayotga tayyorgarlik ko'rgan, turmushdagi qiyinchiliklarni yengishni mashq qilgan, ish va kurashda g'alaba qilishni o'rgangan.

**Oltinchidan**, o'yinlar ajdodlarimizning tajribasini o'zida uyg'unlashtiruvchi madaniy meros va zamondoshlarimizni, ayniqsa yosh avlodni aqliy, ruhiy va jismoniy barkamol bo'lishga xizmat qiluvchi bebaho manbaadir.

Demak, o'yinlar – xalqning tabiiy va tarixiy ehtiyoji asosida shakllangan, ajdodlar turmushi, mehnati, tajribasi, kurashi, yutuqlarini boshqa shaklda aks ettiradigan, inson madaniyatining eng ko'hna shakllari, ko'pgina ma'naviy sohalar chashmasi, sog'lom avlodni shakllantiruvchi tarbiya vositasi va zamondoshlarimizning jismoniy, ruhiy, aqliy rivojlanishiga xizmat qiluvchi muhim omildir.

Madaniy merosimizning uzviy va ajralmas qismi bo'lgan, avlod-ajdodlarimizga asrlar mobaynida ruh, jon va sog'liq ato etib kelgan xalq o'yinlarini tiklash va ulardan samarali foydalanish –

milliy qiyofamiz, ma'naviyatimiz va qadriyatimizni yuksaltirish demakdir. Xalq o'yinlari yangi sog'lom avlodni shakllantirishda ham o'ta muhim o'rin tutgani ularni biz ko'z qorachig'idek asrashimiz, e'zozlashimiz va ulardan oqilona foydalanishimiz zarur.

### *Milliy o'yinlarini sport amaliyotida qo'llash imkoniyatlari*

Ma'lumki, yosh bolalarni sport bilan muntazam shug'ullantirishga jalb qilish tanlov asosida olib boriladi. Tanlov dasturining talablari bolani bo'yi, og'irligi, gavdasini tuzilishi – qomati kabi belgilarni aniqlash va ularga baho berishdan iborat. Bundan tashqari, tanlov, psixologik va jismoniy qobiliyatlarni baholovchi sinov vositalari yordamida qilinadi. Mazkur sinov natijalari u yoki bu sport turiga mos kelsa, bola shu sport turiga shu sport bilan shug'ullanishga qabul qilinishi maqsadga muvofiq deb topiladi. Bu masalaga to'g'ri yondoshish demakdir.

Afsuski, kuzatish natijalariga ko'ra va tanlov dasturida, tanlab olingan bolani boshlang'ich sport tayyorgarligi davrida xalq o'yinlari yoki ularni mazmunan shakllangan tarkibiy qismini sport amaliyotida qo'llash mumkinmi?

- Ha, - deb javob bersak yanglishmagan bo'lamiz. Buni



quyidagi misolda ko'rish mumkin. Bolani sport malakasiga o'rgatishda, mazkur malakani texnik nuqtayi nazaridan klassik namunasi, ya'ni nusxasi namoyish etiladi. Bolalardan ana shu nusxani o'xshatib bajarishni talab qilinadi. Lekin bunday talab texnik mahoratni ko'chirma shaklida takomillashishiga olib kelishi mumkin, jumladan o'ziga xos shaxsiy texnik mahorat shakllanmasligi ehtimoldan holi emas. Shu o'rinda: "Texnika" o'zi nima, u qanday ma'noni bildiradi? – degan savol tug'iladi. Bu savolning javobi tavsif qilinayotgan masalaga to'g'ri yondoshishga yordam beradi deb o'ylaymiz.

"Texnika" atamasi aslida yunoncha (texnus) so'zi bo'lib, o'zbek tilida "san'at" ma'nosini anglatadi. Miloddan avval 776-yildan boshlab har 4 yilda Olimp tog'ida xudo Zevs sharafiga o'tkazilgan umumyunon bayrami musobaqalarida ishtirokchilar 2 g'ildirakli aravada tez yurish, mushtlashish, beshkurash sport turlari bo'yicha o'z san'atlarini namoyish etishgan. Demak, sport ham o'ziga xos qoidalari asosida bajariladigan san'atdir.

Sport malakalari faqat muntazam ravishda, maqsadga muvofiq takomillashtirilib borilsagina san'atga aylanadi.

Mashg'ulotlarda harakat malakalariga yangi texnik uslublarni kashf etish shaxsiy texnik mahoratni oshishiga olib keladi, g'alaba sari yetaklaydi. Texnik tomondan yangi harakat uslublari ko'proq vaziyatli o'yinlarda sportchi yoki o'yinlar tomonidan kashf etiladi. Masalan: voleybolda yaponcha usulda to'pni o'yinga kiritish yoki yapon voleybolchisi Morita kashf etgan, hujumda qo'llaniladigan harakat finti. Yengil atletikada: "Flosberi Flop" o'zining balandlikka sakrash usulini kashf etib, uni butun jahonga tanitdi.

Demak, mashg'ulotlarda bo'lajak sportchilardan bajariladigan bir yoki bir necha harakat malakalarini nusxasini talab etmasdan ma'lum darajada ijodiy harakat ekanligini yaratadigan inkoniyat, vaziyat tug'dirish kerak.

Shuni aytish muddaoki, ijodiy harakat erkinligi ayniqsa xalq o'yinlarida, jumladan milliy sport turlarida, harakatli o'yinlar jarayonida o'z aksini topadi. Bunday o'yinlar o'z mazmuni va o'yin harakatlarini bajarish shartiga qarab bo'lajak sportchiga zarur bo'lgan, ya'ni vaziyatga munosib malakalarni rivojlantirishga yoki harakatni yangi uslublarni kashf etishga imkon tug'dirib beradi. Jismoniy sifatlarni, maxsus texnik malakalarni takomillashtirishda

qo'llaniladigan jismoniy mashqlar ko'pincha bolalar organizmiga keskinroq va "chuqurroq" ta'sir qilishi mumkin, natijada charchash holati tezroq vujudga keladi.

Bu borada xalq o'yinlari va umuman harakatli o'yinlar bolalarni charchashdan chalg'ituvchi tarbiyaviy va ijtimoiy mazmunga ega bo'lgani uchun organizmga ancha yengiroq ta'sir etadi. Shunday ekan, bu o'yinlar tanlab olgan sport turiga xos maxsus malakalarni takomillashtirishga juda qo'l keladi.

Jismoniy sifatlarni rivojlantirishda esa, ayniqsa yosh bolalarda o'zbek xalq o'yinlarini ahamiyati cheksizdir. Chunki standart jismoniy mashqlarni qayta-qayta bajarish bola organizmida tezda charchash holatlarini vujudga keltiradi. Bu holat bolani ruhiyatiga ta'sir etish natijasida ro'yobga keladi.

Milliy harakatli o'yinlarni mashg'ulotlar davomida qo'llash bolalarda katta qiziqish uyg'otadi, ularning kayfiyati va boshqa ruhiy sifatlariga ijobiy ta'sir ko'rsatadi. Ushbu holatlar esa organizmida charchash asoratlarini ertaroq vujudga kelishiga yo'l qo'ymaydi, zo'riqish holatlarining oldini oladi.

Tariximizdan meros bo'lib qolgan o'zbek xalq milliy o'yinlarini hayotga tadbiq etishga kengroq yo'l

ochib berilishi, uni ommaviy tus oldirilishi, oilada maktabgacha tarbiya muassasalarida, maktablarda, dam olish joylarida, har xil marosim va bayramlarda uni tashkillashtirishi o'sib kelayotgan yoshlar tarbiyasiga ijobiy ta'sir etishi muqarrardir. Milliy xalq o'yinlari qadim-qadim zamonlardan boshlab, xalq marosimlarida, rasm-rusumlarida va urf-odatlarida mustaqil bir soha sifatida musobaqalarda, bahslarda keng qo'llanilgan. Jismoniy tarbiya xalqning urf-odatlarida, udum va rasm-rusumlarida shakllanib, ming yillar davomida rivojlanib, takomillashib kelgan. Xalq milliy o'yinlari ming yillar davomida bizgacha yetib kelgan o'zbek milliy xalq o'yinlari "Otda chopish", "Qiz quvlash", "Uloq", "Kamonda o'q otish", "Chillak", "Oq suyak", "Soqqa", "Besh tosh" kabi va boshqa o'yinlar orqali botirlik, epchillik, tezkorlik, muvozanatni saqlash sifatlarini rivojlantirishda hamda qaddi-qomatni shakllantirish, ahloq-odob, ong, xotira, diqqat kabi xislatlarni sayqal toptirishda va albatta sog'liqni mustahkamlashda eng samarali vosita bo'lib kelgan.

So'nggi yillarda mustaqillik tufayli millatimiz qadriyatlarini sifatida tanilgan o'zbek xalq milliy harakatli o'yinlarining mavqei va maqomi tamomila tiklandi, ular

yana yoshlar tarbiyasidan o'rin oldi, turli milliy bayramlarimiz, tantanayu marosimlarimizda keng qo'llanila boshladi. Ular ta'lim muassasalari o'quv rejalari tarkibiga fan sifatida kiritildi, ko'plab ilmiy-amaliy anjumanlar o'tkazila boshlandi. "To'maris va Alpomish o'yinlari" festivallari dasturlaridan joy oldi.

1998-yil 13-14-noyabr kunlari Termiz shahrida "Alpomish o'yinlari" birinchi Respublika Festivali bo'lib o'tdi. Xalq milliy o'yinlari va tomoshalaridan jamlangan bu festival millatimiz g'ururi, oriyati iftixori, nomusi hisoblanmish Alpomish siymosiga, boy milliy qadriyatlarimizga bo'lgan hurmat, e'tibor tantanasidir. Haqiqatdan, xalqimizning o'tmishi pahlavonlik va bahodirlik san'ati bilan bog'langan. Chunki unda "Kurash", "Tortishmachoq", "Bo'ron", "Mindi", "Turon" yakka-kurashi kabi musobaqalar bo'yicha bellashuvlar o'tkazilishi millatimiz salomatligi uchun muhim asos bo'ladi.[1]

O'rta Osiyo xalqlarini otsiz tasavvur qilish qiyin. Chunki xalqning urf-odatlarini, to'y-tomoshalari, o'yin-kulgusining bosh yordamchisidan biri ot hisoblangan. Otda yurib ov qilish, ot ustida turib kamon tortish, qilichbozlik, nayzabozlik qilish, ot ustida kurash

tushish, ot poygasi, uloq va boshqa juda ko'p jismoniy mashq turlari bunga yorqin misol bo'la oladi. Og'zaki xalq ijodiyotidagi "Alpomish va Barchinoy", "Go'ro'g'li", "Qirqqiz", "Kuntug'mish" va boshqa dostonlarda ot asosiy qahramondan keyin ikkinchi o'rinda to'laqonli ta'rif etilgan. Masalan, ajoyib chavandoz, mohir mergan, kuchli pahlavon degan tushunchalar ot bilan bog'liq bo'lgan o'yinlarda ishlatilgan. Umar Hayyom otning qirq ikki zotini keltiradi va har qaysisiga alohida ta'rif beradi: "Charmar nihoyatda tez va ziyrak. Siyohcharm – baxt keltiradi. Kumayit qiyinchiliklarga chidamli. Mabdech – baxt keltiradi, lekin tez emas".

Butun olamga mashhur bo'lgan Jizzaxning "Qorabayiri", Surxondaryoning "Boychipori", "Girko'ki", "Ko'k kaptari", "Chambil bellari" deb atalgan zotdor otlari deyarli yo'q bo'lib ketgan. Qatag'on yillari otlarga juda katta soliq solindi, oqibatda ba'zi odamlar otini so'ydi, ba'zilar esa davlatga tekinga berdi.

Navro'z bilan bog'liq juda ko'p urf-odatlar ijro etiladi: boychechak aytish, laylak keldi, ertayoz o'yinlari – qizlarning to'p toshi, sumalak pishirish, kelin tushdi va boshqalar. Shu sababli

1991-1996-yilda Jizzaxning Forish tumanida

1998-yilda Termizda bo'lib o'tgan "Xalq o'yinlari, milliy sport turlarini qaytadan tiklash va aholini jismoniy tarbiyalashda ulardan keng foydalanish usullari"ga bag'ishlangan Respublika ilmiy-amaliy anjumanlarida yuqorida qayd etilgan masalalar haqida batafsil va atroflicha muhokama qilingan ma'lumotlar berilgan. Chunonchi, F.Xo'jaev, G.Bogdanovning maqolasida o'zbek xalq o'yinlarining tarixiy negizi ko'rsatilgan. Ulug' alloma, mutafakkir, hakim Abu Ali ibn Sinoning mazkur o'yinlarni davolashidagi ahamiyati berilgan. 1996-yil Bangkokda (Tayland) milliy o'yinlar bo'yicha Jahon festivali bo'lib o'tdi. Bu festivalda turli xil davlatlar o'z milliy o'yinlari bilan qatnashdi. O'zbek delegatsiyasi "Qal'a himoyasi", "Chillak", "Mindi", "Jami", "Lapta" o'yinlari bilan qatnashdi. Milliy o'yinlarni tiklash va turmushga qaytarish milliy qadriyatlarimizni, ularni xalqimiz, ayniqsa yoshlarimiz hayotiga keng joriy etish davlatimiz jismoniy tarbiya tizimining muhim vazifalari turkumiga kiradi.

Xalq milliy o'yinlari, jumladan o'zbek milliy o'yinlari barcha xalq-elatlar kashfiyotlari kabi (musiqa, kulolchilik, gilam to'qish asboblari, ashula va raqs, ertak va h.k.)

insoniyat tarixining turli ijtimoiy-iqtisodiy bosqichlarida taraqqiy etgan o'ziga xos etnogenetik va filoontogenetik xususiyatlar asosida "ixtiro" qilingan va shakllanib kelgan.

Respublikamizning turli mintaqalarida xalq harakatli o'yinlari aholining turli yosh va qatlamlari o'rtasida azaldan rivojlanib kelgan bo'lsada, "oq" va "qizil" imperiyalar davrida ushbu o'yinlarning ommalashuvi nihoyatda chegaralangan edi.

O'zbekiston o'z mustaqilligiga erishgach xalq milliy harakatli o'yinlari millatimiz qadriyatlarida qayta tiklana boshladi va hozirgi kunda nafaqat xalqimizning eng sevimli mashg'ulotiga aylandi, balki barcha ta'lim muassasalari o'quv rejalariga to'laqonli fan sifatida kiritilgan. Ammo, shuni ham ta'kidlash zarurki, xalq milliy harakatli o'yinlarining ilmiy-uslubiy asoslari, ularning psixofunksional mohiyati, jismoniy sifatlar va sport mahoratini shakllantirishdagi ahamiyati hamda qiymati hali deyarli o'rganilmagan.

Ayni kunda yuqorida muhokama etilgan milliy harakatli o'yinlarning ochilmagan qirralari, ushbu yo'nalishga oid muammolarni o'rganish va hayotga tadbiq etish mamlakatimiz jismoniy tarbiya tizimidagi dolzarb masalalardan biridir.



O'zbek xalq o'yinlari xalqning o'ziga xos urf-odatlaridan, turmush sharoitidan, yashash iqlimi, tarixiy obidalar, atrof-muhit sharoitidan kelib chiqqan bo'lib, shularga yarasha jinsiga, yoshiga, salomatligiga ko'ra qo'llanilgan. Lekin shu vaqtgacha aksariyat mutaxassislar o'zbek xalq o'yinlariga alohida tasnif (klassifikatsiya) va tavsif (xarakteristika) berishni ko'zda tutmaganlar, yoki yetarli darajada ahamiyat bermaganlar.

Ta'kidlash joizki, agar shunday tasnif va tavsif berilsa, o'zbek xalq o'yinlari va umuman harakatli o'yinlar ancha yutuqqa ega bo'lar edi. Chunki har bir o'yinni tasnifini va tavsifini bilgan holdagina undan foydalanish zaruriyati ham, joyi ham to'g'ri belgilanadi.

Ma'lumki o'zbek xalq o'yinlari o'z ichiga harakat jihatdan har xil jismoniy sifatlarni rivojlantirishga yo'naltirilgan o'yinlarni qamrab olgan.

Shu bois ularni yo'nalishlar bo'yicha ajrata bilish zarur deb topiladi. Demak ularni tasniflash (klassifikatsiyalash) zarur o'rinni egallaydi.

Shu yo'sinda bizning fikrimizcha o'zbek xalq o'yinlarini quyidagicha tasniflashni maqsadga muvofiq bo'ladi deb o'ylaymiz.

#### **O'zbek xalq milliy o'yinlari**

**Hayotiy zarur harakat malakalarini shakllantiruvchi o'yinlar:** osilish va osilib chiqish: "Maymunchalar", "Oq ayiqlar"; yurish, yugurish: "Quvlashmachoq", "Mokki"; o'tirish, turish: "Baqa", "Tovuq va tulkilar"; to'xtash sakrash: "Qarmoqcha".

**Jismoniy sifatlari rivojlantiruvchi o'yinlar:** kuch: "Tortishmachoq"; tezkorlik: "Kun va tun"; epchillik: "To'p uchun kurash", "Lapta", "Qirq tosh"; chidamkorlik: "Quvib et"; egiluvchanlik: "Ko'prik va mushuk".

**Aqliy-ruhiy qobiliyatlarni rivojlantiruvchi o'yinlar:** diqqat: "Ta'qiqlangan harakat"; xotira: "Daqiqa"; hissiyot: "To'xta"; tafakkur: "Shaxmat"; ayyorlik: "Mendan zo'ri"; jasurlik: "Cho'nqa shuvoq".

**Uy-ro'zg'or ishlariga xos harakat malakalarini shakllantiruvchi o'yinlar:** "Supur-supur", "Qovun uzatish".

**Kasbiy ko'nikma va malakalarni shakllantiruvchi o'yinlar:** "Burgut va burgutchalar", "Otishma".

**Nutq va talaffuzni shakllantiruvchi o'yinlar:** "Kim oladi", "Oq terakmi, ko'k terak", "Paxmoq kuchuk".

**Hisob-kitob va tadbirkorlik qobiliyatlarini shakllantiruvchi o'yinlar:** "Besh tosh", "Lanka", "Qirq tosh".

**Yilning turli fasllarida qo'llaniladigan o'yinlar:** "Varrak", "Yong'ir yog'aloq", "Chillak", "Topishmachoq top", "Lanka", "Tez ayt", "Yong'oq".

**Kunduz va tunda o'tkaziladigan o'yinlar:** "Oq suyak", "Cho'loq qarg'a".

**Suvda o'tkaziladigan o'yinlar:** "Suvda quvlashmachoq", "Tez suzish", "Suv ostida suzish".

**Turli yoshli bolalar va kattalar o'rtasida o'tkaziladigan o'yinlar:** "Quvlashmachoq", "Bekinmachoq", "Bayroqcha uchun kurash", "Kun va tun", "Oq terakmi, ko'k terak", "Yong'oq o'yini".

**O'g'il bolalar va qiz bolalar o'rtasida o'tkaziladigan o'yinlar:** "Eshak mindi", "Besh tosh", "Sopalak", "Xo'rozlar jangi", "Arqon sakrash", "Mindi", "Xolaxola", "Ovqat pishirish", "Ovga chiqish", "Urush-urush", "Soqqa", "Quloq cho'zma", "Durra", "Chorichambar".

**Darsning tayyorgarlik qismida qo'llaniladigan o'yinlar:** "Kosmonavtlar", "Tez o'z o'rniga", "Kun va tun".

**Darsning asosiy qismida qo'llaniladigan o'yinlar:** "Jami", "Otib qochar", "Qirq tosh".

**Darsning yakuniy qismida qo'llaniladigan o'yinlar:** "Kim keldi", "Kimni ovozi", "Durra

soldi", "Daqiqa", "Momojon yordam bering".

**Sport turiga xos harakat malakalarini shakllantirishda qo'llaniladigan o'yinlar:** "Qal'a himoyasi", "To'pni qaytar", "Uzatdingmi o'tir", "Quvib yet", "Kun va tun", "O'ylab top", "G'ovvoslar".

**Sog'lomlashtirish maskanlarida o'tkaziladigan o'yinlar:** "Pufak", "Besh tosh", "Keglini urib yiqit", "Insiz quyon".

**Qo'shiqlar bilan ijro etiladigan o'yinlar:** "Lappar", "Tez aytish", "Guldurgup", "Oq terakmi, ko'k terak".

**To'ylarda qo'llaniladigan o'yinlar:** "Quloq cho'zma", "Oq suyak", "Xo'roz, bedana, kaklik, qo'chqor urushtirish".

**Harbiy ko'nikma va malakalarni shakllantiruvchi o'yinlar:** "Qorako'z bo'y-bo'y", "TIM", "Urush-urush", "Asir olish".

**Xalq sayillari va marosimlarda o'tkaziladigan o'yinlar:** "Olamon poyga", "Uloq", "Qiz quvlash", "Cho'nqa shuvoq".

O'zbek xalq o'yinlarida kasalliklarni davolash uchun va o'rgatish jarayonida keng ko'lamda foydalanish mumkin. Kasallikni oldini olish uchun qo'llaniladigan o'yinlarni o'yinlar bilan kasaldan chiqqan odamda qo'llaniladigan o'yinlarni farqini bilish juda zarur. Chunki ularni jismoniy yuklanishi

(yuklamasi) bir-biridan ajralib turishi darkor. O'rgatish jarayonida esa ko'nikma va malakalarni shakllantirishga muvofiq o'yinlar tanlab beriladi.

Yuqoridagilarni nazarda tutib o'zbek xalq o'yinlarini quyidagi toifalarga ajratish mumkin:

1. Harakat sifatlarini rivojlantiruvchi o'yinlar;

2. Darsni ayrim qismlarida qo'llaniladigan o'yinlar;

3. Turli yoshdagi bolalar faoliyatida qo'llaniladigan o'yinlar;

4. Bolalar jinsiga qarab qo'llaniladigan o'yinlar;

5. Ruhiy hissiyotlarni rivojlantiruvchi o'yinlar;

6. Yorug' va qorong'u sharoitlarda qo'llaniladigan o'yinlar;

7. Hayotiy zarur malakalarni egallashda yordam beruvchi va takomillashtiruvchi o'yinlar;

8. Sport faoliyatida qo'llaniladigan o'yinlar.

Shu tavsiflarni ochib berish masalalarini keyingi sahifalarda ko'ramiz.

"Kes-kes" o'yini barcha sinf o'yinchilari bilan o'ynalishi mumkin. U kundalik hayotda uchraydigan yurish, yugurish, sakrash harakatlarini mujassamlashtirgan bo'lib, tezkorlik, chaqqonlik fazilatlarini tarbiyalaydi. "Qadama-tayoq" o'yinida merganlik, chamalash, mo'ljal olish, aniqlik bilan harakat qilish xislatlarini bolalarda o'stiradi.

"Ko'z bog'log'ich" o'yinida eshitish, sezish a'zolari rivojlanadi. "Dor" o'yini muvozanat saqlashni, sezgirlikni tarbiyalaydi. "Tortish-machoq", "Chillak", "Oq terakmi, ko'k terak" o'yinlari har tomonlama jismoniy, aqliy va mehnat ruhida tarbiyalanishga yordam beradi.

### Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Жисмоний тарбия ва спорт тўғрисида" ги 2000 йил 26 май. Ўзбекистон Республикаси қонуни.// Ҳаққ сўзи 2015 йил 5 сентябрь.

2. "Оммавий спорт тадбирларини янада кучайтириш тадбирлари тўғрисида" ги Ўзбекистон Республикаси Вазирлар Махкамасининг 2003 йил 4 ноябр қарори.// Ҳаққ сўзи 2003 йил 5 ноябр.

3. "Ўзбекистонда спортни янада ривожлантириш чора тадбирлари тўғрисида" ги Ўзбекистон Республикаси Вазирлар Махкамасининг қарори.// Ҳаққ сўзи 1999 йил 27 май.

4. Ўзбекистон Республикаси "Таълим тўғрисида" ги қонуни (1997 й. 2 август) "Туркистон" газетаси, 1997й. 1 октябр.

5. Ўзбекистон Республикаси "Конститутцияси".- Т.: Ўзбекистон., 1992 й

6. "Ўзбекистон хотин-қизлар Қўмитаси фаолиятини қўллаб қувватлаш борасидаги қўшимча чора-тадбирлар тўғрисида"ги PF 3434 сонл Ўзбекистон

Республикаси Президенти 2004 йил 25 майдаги фармони, Вазирлар Маҳкамасининг 299-сонли қарори.

7. Акрамов Ж..А. “Болаларни спортга жалб қилишда аёлларнинг ўрни”. Аёлларнинг фан ва спортдаги ўрни. Илмий тезислар тўплами. 2007 й 5-6-7бет.

8. Холбекова У, Вилляева Н, Даурбаева Р. «Талабалар соғлом турмуш тарзини шакллантиришда жисмоний тарбия ва спортнинг аҳамияти.». Республика илмий Амалий анжуман.16-17.12.2005 йил, 67бет.

9. “Ёшлар йили” га бағишланган Республика илмий амалий анжумани. Спордаги юқори даражали ютуқлар муаммолари. 2008 йил 36 б.

10. Керимов Ф.А. Спорт кураши назарияси ва услубияти. Тошкент – 2001, 233 б.

11. Керимов Ф. А, Умаров М. “Спортда прогнозлаштириш ва моделлаштириш”. Тошкент-2005 18 б.

12. Гончарова О.В. “Ёш спортчиларнинг жисмоний қобилиятларини ривожлантириш”. Тошкент-2005, 27 б.

13. Саломов Р.С. “Спорт машқларининг назарий асослари”. Тошкент-2005, 82 б.

14. Юнусова Ю.М. “Спорт фаолиятининг назарий асослари”. Тошкент-1994, 11 б.

15. Р.С.Саломов, М.М.Рўзиохунова “Жисмоний тарбия назарияси ва услубияти”. Тошкент-1996, 5б.

16. Sattorov A. E., Saidov G. K. Improving the training elements in primary training groups of sports schools //Web of Scientist: International Scientific Research Journal. – 2021. – Т. 2. – №. 05. – С. 737-746.

17. Saidov G. K. Conditions for Effective Improvement of the Level of Physical Fitness of Students //Nexus: Journal of Advances Studies of Engineering Science. – 2022. – Т. 1. – №. 6. – С. 40-43.

18. Djuraeva M. Z. Q. Sport va jismoniy tarbiya xalqning umumiy madaniyatining ajralmas qismi //Science and Education. – 2022. – Т. 3. – №. 6. – С. 695-700.

19. Xusenov N. Кекса ёшдаги кишилар учун соғломлаштирувчи машғулот методикасининг тажрибавий асослари //Buxoro davlat universitetining Pedagogika instituti jurnali. – 2022. – Т. 2. – №. 2.

22. Кадыров Р. Х., Назарова Н. Э. Развитие эффективности исследовательской деятельности студентов ВУЗа //Проблемы науки. – 2021. – №. 4 (63). – С. 52-54.

20. Tursunov O. A. Comparison of catalysts zeolite and calcined dolomite for gas production from pyrolysis of municipal solid waste (MSW) //Ecological Engineering. – 2014. – Т. 69. – С. 237-243.

21. Хамройев В. Х. Болalarda jismoniy madaniyatni shakllantirishda sport musobaqalarining roli //Экономика и социум. – 2022. – №. 7 (98). – С. 145-148.



## FILOLOGIYA FANLARI

TIBBIYOT SOHASI TILINING ZAMONAVIY  
TILSHUNOSLIK NUQTAYI NAZARIDAN TADQIQI

**Abuzalova Mehriniso Kadirovna, f.f.d. (DSc), professor**  
Buxoro davlat universiteti

**Baxriyeva Umriniso Maxsud qizi**  
Lingvistika: o'zbek tili ta'lim  
yo'nalishi 2-bosqich magistranti

**Annotatsiya.** Maqolada bugungi taraqqiyot asrida zamonaviy, milliy tibbiy tilshunoslikni alohida ilmiy yo'nalishga ajratgan holda o'rganish va tadqiq etish zarurati paydo bo'lganligi, tibbiyot tilini aks ettiruvchi til faoliyatining leksik-grammatik, lingvomadaniy xususiyatlarini o'zbek tili imkoniyatlarida ko'rsatish maqsadida uning lisoniy imkoniyatlarini yetarli darajada tavsiflash, kommunikativ jihatlarini isbotlash lozimligi xususida so'z boradi.

**Kalit so'zlar:** soha tilshunosligi, tibbiyot, tibbiy lingvistik, tibbiy birliklar, etimologiya, izoh, xalq, badiiy uslub, uslubshunoslik, tilshunoslik, dermatologiya, venerologiya, til, rivojlanish, taraqqiyot, ijtimoiy, madaniyat, nutq, termin.

**Аннотация.** В статье в современный век развития возникает необходимость изучения и исследования современного, отечественного медицинского языкознания путем выделения его в отдельное научное направление, с целью показать лексико-грамматические, лингвокультурологические особенности языковой деятельности, отражающие медицинский язык в возможностях узбекского языка, речь идет о необходимости достаточно описать языковые возможности и обосновать коммуникативные аспекты.

**Ключевые слова:** полевое языкознание, медицина, медицинское языкознание, медицинские единицы, этимология, интерпретация, фольклор, художественный стиль, стилистика, языкознание, дерматология, венерология, язык, развитие, прогресс, социальный, культура, речь, термин.

**Abstract.** In the article, in today's age of development, there is a need to study and research modern, national medical linguistics by dividing it into a separate scientific direction, in order to show the lexical-grammatical, linguistic

*and cultural features of the language activity reflecting the medical language in the possibilities of the Uzbek language. it is about the need to sufficiently describe the linguistic capabilities and prove the communicative aspects.*

**Key words:** *field linguistics, medicine, medical linguistics, medical units, etymology, interpretation, folk, artistic style, stylistics, linguistics, dermatology, venereology, language, development, progress, social, culture, speech, term.*

O'tgan asr dunyo tilshunosligining muhim yutuqlaridan biri til tadqiqiga antroposentrik tilshunoslik tamoyillarining tatbiq etilganligida bo'ldi. Til tizimini o'rganishga antroposentrik yondashuv natijasida lisoniy birliklar kontekst, nutq vaziyati, tildan foydalanuvchi insonning shaxsiga doir xususiyatlar: yoshi, jinsi, ruhiyati, qiziqishlari, madaniyati, diniy qarashlari, kasb-kori kabi tashqi omillar bilan aloqadorlikda tekshirila boshlandi. Buning samarasi o'laroq til tizimi birliklarining nutqiy faoliyat jarayonida ko'rsatilgan tashqi omillar ta'sirida yuzaga chiquvchi yashirin funksional-semantik xususiyatlarini aniqlash imkoniyati yuzaga keldi.

O'zbek tilshunosligida ham tibbiyot lingvistikasiga alohida e'tibor qaratilayotganligi bugungi globallashtirish asrida ushbu sohaga ehtiyojning ortib borishi bilan belgilanadi. Shuningdek, ushbu sohani o'rganish, tadqiq etish davr talabi bilan bog'liq jarayon ekanligini ko'rsatadi. Ona

tilimizning davlat va jamiyat hayotidagi o'рни, ta'siri va mavqeyini yanada oshirish bo'yicha oldimizda juda dolzarb va muhim bo'lgan amaliy vazifalar turibdi. Avvalo, bundan o'ttiz uch yil muqaddam qabul qilingan "Davlat tili haqida"gi qonunni bugungi kun talablari nuqtayi nazaridan har tomonlama, har jabhada chuqur tahlil qilib, takomillashtirish zarurati yuzaga kelmoqda. Eng muhim vazifalardan yana biri fundamental tadqiqotlar, zamonaviy axborot va kommunikatsiya texnologiyalari, iqtisodiyot, bank-moliya tizimi, sanoat, yurisprudensiya, harbiy ish, diplomatiya, tibbiyot va boshqa tarmoqlarda davlat tilini to'laqonli qo'llanilishi bilan bog'liq. O'zbek tilshunosligida tibbiyot va lingvistikani bir paradigmada tadqiq qilish dolzarb vazifalardan biri hisoblanadi. Tilni nafaqat struktura, balki kommunikatsiyaga asoslangan ochiq tizim sifatida o'rganishga, uni jamiyat, inson omili, madaniyat, ruhiyat kabi boshqa tizimlar bilan aloqadorlikda

tadqiq etishga, insonni til ichida yoki tilni inson ichida tahlil etishga yo'naltirilgan ta'limotlar va usullar majmuasi sifatida taraqqiy etmoqda.

Dunyo tilshunosligida o'tgan asrning so'nggi choragidan boshlab til tizimi birliklarining nutq vaziyati, kontekst, til egalarining nutq obyekti haqidagi umumiy bilimlari, til ko'nikmalari bilan bog'liq holda yuzaga chiquvchi tibbiyot va tilshunoslikni aloqadorlikda tadqiq qilish, tibbiy terminlarni, kasallik nomlarini ifodalovchi lingvistik birliklarning xususiyatlarini o'rganishga jiddiy e'tibor qaratila boshlandi. Bu yo'nalishda turli tillar misolida ko'plab ilmiy izlanishlar olib borilgan. Xususan, tibbiyot lingvistikasining nazariy masalalari, turli tillarga xos ifoda usullari va vositalari tahliliga oid qator maqolalar e'lon qilingan. Ushbu muammo bo'yicha tadqiqotlar olib borilgan, muayyan tibbiy lingvistik birliklarining o'ziga xos xususiyatlari ochib berilgan. Umuman olganda, tilni uning sohibi bilan birga o'rganish yoki bemor va shifokor muloqoti uchun yaratilayotgan vaziyatda ularlarning ma'naviy qiyofasi va tafakkuriga qay darajada ta'sir ko'rsatishini belgilash tilning ijtimoiy vazifasini ko'rsatadi.

Jahon va dunyo

tilshunosligida tibbiyot lingvistikasi ma'lum bir darajada taraqqiy topgan. O'zbek tilshunosligi tibbiy lingvistikasi haqidagi ilk qarashlar Mahmud ibn al-Husayn ibn Muhammad al-Koshg'ariyning "Devonu lug'otit-turk" asari, Abu Ali Ibn Sinoning "Tib qonunlari" ga borib taqaladi. O'zbek tilshunosligida tibbiyot lingvistikasiga oid muhim amaliy tadqiqotlar amalga oshirilgan: M.K.Abuzalovanning "Lingvistika va tibbiyot hamkorligi ijtimoiy zarurat sifatida", S.A.Nazarovanning "So'z birikmasi – tibbiy atamalar "bunyodkori", G.A.Ixtiyarovanning "Ginekologik kasallikni ifodalovchi tibbiy terminlar talqini", G.I. Toirovanning "Shifokor nutqining lingvistik xususiyatlari", S.A.Adilovanning "Tilshunoslik va tibbiyot integratsiyasi", N.I.G'aybullayevanning "Tibbiy lingvistik birliklar platformasining amaliy ahamiyati", U.Sh.Ahmadovanning "Tibbiyot sohasida perifrazalar", D.R.Sobirovanning "Qisqalik – samarali tibbiy reklama yaratishning muhim omili", F.I.Abdulxairovanning "Tibbiyot atamalarining metaforik manzarasi" nomli maqolalarida, N.G'aybullayevanning "O'zbek tilida tibbiy evfemizmlar", A.Qobilovanning "Tibbiy perifrazalarning lingvo madaniy xususiyatlari", D.R.Sobirovanning "Tibbiy reklamalarning

sotsiopragmatik xususiyatlari” mavzularidagi nomzodlik dissertatsiyalari<sup>3</sup> va ilmiy tadqiqot ishlari, Sh.I.Islomovaning “Badiiy matnda qoʻllangan tibbiy lingvistik birliklar”<sup>4</sup> mavzusidagi magistrlik dissertatsiyasi, N.I.Gʻaybullayevaning “Oʻzbek tili tibbiy evfemizmlarining qisqacha izohli lugʻati”<sup>5</sup>, U.Sh.Ahmadovaning “Oʻzbek tili sotsial perifrazalarining qisqacha izohli lugʻati”<sup>6</sup>, M.K.Abuzalova, D.N.Yuldasheva, N.Boltayevalarning “Tibbiy metaforalarning qisqacha izohli lugʻati”<sup>7</sup> kabi ishlari tibbiyot lingvistikasi rivoji uchun katta xizmat qilgan, desak mubolagʻa boʻlmaydi. Shuni alohida taʼkidlab oʻtish kerakki, oʻzbek tilshunosligida teri-tanosil kasalliklari bilan bogʻliq tibbiy lingvistik birliklar tadqiqi amalga

oshirilmagan. Ularni tahlil va tasnif qilish tilshunosligimiz oldida turgan dolzarb vazifalardan biridir.

Bugungi zamonaviy dunyo tilshunosligida tibbiyot tushunchasining tilshunoslik fanida qoʻllanilishi, uning oʻziga xos lingvistik mazmunini aniqlash, uni yangi lingvistik kategoriya sifatida koʻrib chiqish, imkoniyatlarini tekshirish muhim dolzarb vazifa hisoblanadi. Tibbiyot matnidagi til va uning lisoniy shaxs bilan chambarchas bogʻliqlikda va ijtimoiy omillar bilan oʻzaro taʼsirida rivojlanish qonuniyatlari muhim amaliy ahamiyatga ega. Bundan koʻzlangan maqsad esa til va tibbiyot oʻrtasidagi aloqalarni oʻrnatish, nutq faoliyatining turli tomonlarini va professional muloqotning vujudga kelishini taʼminlashdan iboratdir. Tilshunoslik bilan turdosh va turdosh boʻlmagan fanlar oʻrtasidagi aloqalarning kengayishi va koʻpayishi yangidan-yangi yoʻnalishlarning paydo boʻlishiga yordam beradi. Fanlar oʻrtasidagi oʻzaro aloqa nuqtalari nafaqat tilshunoslarni, balki shifokorlarni, barcha soha vakillarini ham qiziqtiradigan mavzu yuzasidan birlashishlariga olib keladi. Chunki, inson umrguzaronlik qilar ekan, istaydimi istamaydimi turli xil kasalliklar bilan xastalanadi, ogʻrinadi. Oʻz

<sup>3</sup> Gʻaybullayeva N.I. Oʻzbek tilida tibbiy evfemizmlar. Filol.fan.nom.disserttsiyasi. – Buxoro, 2019. – B. 145.

Qobilova A. Tibbiy perifrazalarning lingvomadaniy xususiyatlari. Filol.fan.nom.dissertatsiyasi. – Buxoro, 2022. – B. 155.

Sobirova D.R. Tibbiy reklamalarning sotsiopragmatik xususiyatlari. Filol.fan.nom.disserttsiyasi. – Buxoro, 2022. – B. 153.

<sup>4</sup> Isloмова Sh.I. “Badiiy matnda qoʻllangan tibbiy lingvistik birliklar”. Magistrlik dissertatsiyasi. – Buxoro, 2022. – B. 85.

<sup>5</sup> Gʻaybullayeva N.I. “Oʻzbek tili tibbiy evfemizmlarining qisqacha izohli lugʻati”. – Toshkent: Akademnashr, 2019. – B. 77.

<sup>6</sup> Ahmadova U.Sh. “Oʻzbek tili sotsial perifrazalarining qisqacha izohli lugʻati”. – Toshkent: Muharrir nashriyoti, 2020. – B. 80.

<sup>7</sup> Abuzalova M.K., Yuldasheva D.N., Boltayeva N. “Tibbiy metaforalarning qisqacha izohli lugʻati”. – Buxoro: Durdon, 2021. – B. 63.



kasallik sabablarining kelib chiqishiga qiziqadi, bunga olib kelgan omillarni o'rganadi. Bunday xususiyat esa jamiyatning istalgan sohasi vakiliga xos bo'lgan ehtiyoj hisoblanadi.

M.K.Abuzalova "Lingvistika va tibbiyot hamkorligi ijtimoiy zarurat siftida" maqolasida "Tibbiyot sohasida leksik birliklarning qoida tariqasida ikkita varianti mavjud: xalqaro (lotin va yunon) va milliy. Shulardan ikkinchisi (milliy) "bu hodisani ona tili imkoniyatlari orqali tushuntirish" istagi bilan bog'liq. Tibbiy birliklarning semantik bazasini tasniflash, ya'ni tibbiy lingvistikaning evfemik, metaforik, perifrastik, gender xususiyatlarini lingvomadaniyat-shunoslik nuqtayi nazaridan izohlash; o'zbek tilida qo'llaniladigan mahalliy tibbiy lingvistik birliklarning mazmun-mohiyatini o'rganish; hududiy farqlanishlarni o'rganib o'zbek madaniyatida mavjud tibbiy atamalarning til madaniyatida tutgan o'rnini mustahkamlash, yo'qolib borayotgan noyob tibbiy atamalarni to'plash, ularning tasviriy izohli lug'atini tartiblash, shifokorlarga lingvistik yordam berish; Abu Ali ibn Sino qalamiga mansub "Tib qonunlari" asarida qo'llangan atamalarni izohli lug'at bilan qiyoslash, mushtaragini iste'molga

kiritish va tavsiflash, tabobat masalalarini ommabop holda nazm bilan izohlovchi «Urjuza» (1326 bayt tibbiy o'git) nomli tibbiy asarni tahlil qilish; tilshunoslikning tibbiyot bilan faol integratsiyalashuvini ta'minlash ham o'zbek tilshunosligi oldida turgan ulkan vazifalardan sanaladi"<sup>8</sup>, deya tilshunoslik va tibbiyot sohasi hamkorligi nima uchun bugun zarur hisoblanishini asoslab o'tadi.

S.A.Adilova "Tilshunoslik va tibbiyot integratsiyasi" mavzusidagi maqolasida tibbiyot sohasi tilining zamonaviy tilshunoslik nuqtayi nazaridan tadqiqini quyidagicha asoslaydi. "Tilshunoslik va tibbiyot integratsiyasi quyidagi masalalarni qamrab oladi: 1) tibbiyotga oid terminologik tizimni tadqiq qilish; 2) tibbiyot atamalarini xalq shevalaridagi so'zlar, sinonimlar, ibora va evfemizmlar bilan boyitish; 3) bir necha tilli bosma va elektron shakldagi terminologik lug'atlarni yaratish, ularni takomillashtirish; 4) ingliz, rus va boshqa tillardagi tibbiyotga oid matnlarni tarjima qilish, tibbiy terminologiyani qiyosiy tadqiq qilish; 5) tibbiyot

<sup>8</sup> Abuzalova M.K. "Lingvistika va tibbiyot hamkorligi ijtimoiy zarurat siftida". Soha lingvistikasi: Tilshunoslik va tibbiyot integratsiyasining muammolari, yechimlari hamda istiqbollari mavzusidagi xalqaro ilmiy-amaliy konferensiya materiallari. – Buxoro, 10-noyabr, 2021-yil. – B. 17-22.

yo'nalishidagi OTMlarda o'zbek tilini sohaga yo'naltirib o'qitish; 6) tibbiyot sohasidagi kasbiy muloqotning o'ziga xosligi, lisoniy (verbal) aloqa jarayoni, zamonaviy shifokorning kommunikativ va sotsiolingvistik kompetentligini tadqiq etish bo'yicha ilmiy-amaliy loyihalar doirasida faoliyat yuritish; 7) xalqaro hamkorlik doirasida tashrif buyuradigan xorijiy mutaxassislar hamda xorijda malaka oshiradigan o'zbekistonlik tibbiyot xodimlari uchun maxsus til kurslarini tashkil qilish va hokazo. Ko'rinib turganidek, tilshunoslik va tibbiyot sohasining vakillari hamkorlikda bajarishlari mumkin bo'lgan ishlarning ko'lami keng va globallashev sharoitida u yanada kengayib boradi»<sup>9</sup>. Vaholanki, tilshunoslik va tibbiyot integratsiyasi yuqorida sanab o'tilgan muhim amaliy vazifalarni amalga oshiribgina qolmay, til va nutq madaniyatini, inson va bemor muloqotini pragmalingvistik jihatdan takomillashtirishga olib keladi.

Tibbiyot sohasi tilining zamonaviy tilshunoslik nuqtayi nazaridan tadqiqini amalga oshirish

muhim vazifalardan biri hisoblanadi. Chunki, inson uchun eng katta boylik tan-u jonining sog'-salomat bo'lishidir. Tani salomat bo'lmagan odam butun dunyoga hokim bo'lsa-da, ko'ziga ko'rinmaydi, ozgina bo'lsa ham rohat ko'rmaydi. Dunyoning ne'matlari uni qiziqitirmay qoyadi. Shuning uchun ham insonlar hamisha ularni bezovta qilayotgan, bezovta qiladigan, salomatligiga ta'sir ko'rsatadigan omillarga qiziqib turadi. Va shu omillarni yuzaga keltiruvchi birliklarni, terminlarni, kasallik nomlarini o'rganadi. Kasallik nomlari, tarixi, kelib chiqishi bilan bog'liq bo'lgan ma'lumotlarni bemorlarga chiroyli, qisqa, aniq, ravon tilda yetkazib berishda tilshunoslik ilmiga tayaniladi. Bunda nutq madaniyati fanining o'рни alohida ahamiyatga egadir. Tilning bunyodkorlik qudrati namoyon qilinadi.

<sup>9</sup> Adilova S.A. "Tilshunoslik va tibbiyot integratsiyasi". Soha lingvistikasi: Tilshunoslik va tibbiyot integratsiyasining muammolari, yechimlari hamda istiqbollari mavzusidagi xalqaro ilmiy-amaliy konferensiya materiallari. – Buxoro, 10-noyabr, 2021-yil. – B. 36-40.

**Foydalanilgan adabiyotlar:**

1. Abuzalova M.K. "Lingvistika va tibbiyot hamkorligi ijtimoiy zarurat sifida". Soha lingvistikasi: Tilshunoslik va tibbiyot integratsiyasining muammolari, yechimlari hamda istiqbollari mavzusidagi xalqaro ilmiy-amaliy konferensiya materiallari. – Buxoro, 10-noyabr, 2021-yil. – B. 17-22.
2. Abuzalova M.K., Yuldasheva D.N., Boltayeva N. "Tibbiy metaforalarning qisqacha izohli lug'ati". – Buxoro: Durдона, 2021. – B. 63.
3. Adilova S.A. "Tilshunoslik va tibbiyot integratsiyasi". Soha lingvistikasi: Tilshunoslik va tibbiyot integratsiyasining muammolari, yechimlari hamda istiqbollari mavzusidagi xalqaro ilmiy-amaliy konferensiya materiallari. – Buxoro, 10-noyabr, 2021-yil. – B. 36-40.
4. Ahmadova U.Sh. "O'zbek tili sotsial perifrazalarining qisqacha izohli lug'ati". – Toshkent: Muharrir nashriyoti, 2020. – B. 80.
5. Islomova Sh.I. "Badiiy matnda qo'llangan tibbiy lingvistik birliklar". Magistrlik dissertatsiyasi. – Buxoro, 2022. – B. 85.
6. Qobilova A. Tibbiy perifrazalarning lingvomadaniy xususiyatlari. Filol.fan.nom.dissertatsiyasi. – Buxoro, 2022. – B. 155.
7. Sobirova D.R. Tibbiy reklamalarning sotsiopragmatik xususiyatlari. Filol.fan.nom.disserttsiyasi. – Buxoro, 2022. – B. 153.
8. G'aybullayeva N.I. O'zbek tilida tibbiy evfemizmlar. Filol.fan.nom.disserttsiyasi. – Buxoro, 2019. – B. 145.
9. G'aybullayeva N.I. "O'zbek tili tibbiy evfemizmlarining qisqacha izohli lug'ati". – Toshkent: Akademnashr, 2019. – B. 77.

## ZAMONAVIY TILSHUNOSLIKDA SALOMATLIK VA KASALLIK KONTSEPTI TADQIQI

**G'aybullayeva Nafisa Izatullayevna**

*BuxDPI dotsenti, f.f.f.d (PhD) nafisa.ped@mail.ru*

**Annotatsiya.** Ushbu maqolada milliy konseptual sohaning asosini tashkil etuvchi asosiy konseptlarni o'rganishga qaratilgan tadqiqotlar tahlil etilib salomatlik va kasallik konseptining milliy-madaniy lingvistik xususiyatlari ochib berilgan.

**Kalit so'zlar:** salomatlik konsepti, zamonaviy tilshunoslik, inson salomatligi, filologig konsept, kognitiv tilshunoslik.

**Аннотация.** В данной статье анализируются исследования, направленные на изучение основных концептов, составляющих основу национального понятийного поля, и выявляются национально-культурные лингвистические особенности концепта здоровья и болезни.

**Ключевые слова:** концепция здоровья, современная лингвистика, здоровье человека, филологическая концепция, когнитивная лингвистика.

**Abstract.** This article analyzes the research aimed at studying the main concepts that form the basis of the national conceptual field and reveals the national-cultural linguistic features of the concept of health and disease.

**Key words:** health concept, modern linguistics, human health, philological concept, cognitive linguistics.

Istiqlol davri o'zbek tilining taraqqiyot masalalari o'zining ko'p jihatlari bilan tilshunoslarning diqqat markazida bo'lib kelyapti. Ular orasida tilning leksik sathi bilan aloqador ishlarning mazmun ko'lami boshqalariga qaraganda salmoqliroq. Tabiiyki, leksika borliq manzarasini insonlarga til orqali ifodalashda yetakchi rol vazifasini bajaradi hamda atrofda paydo bo'lgan innovatsiyalarni o'zida tez shakllantira oladi.

N.Mahmudov ta'biri bilan aytganda, "shubhasizki, milliy ong milliy tilsiz mavjud bo'la olmaydi, bu esa tilshunoslikda e'tirof etib bo'lingan haqiqat". Ta'kidlanganidek, tilning bu jarayondagi vazifasi paydo bo'lgan mental tushunchalarni – konseptlarni ifodalash bilangina chegaralanib qolmaydi.

Tushuncha anglatuvchi har qanday so'z til egalari lisoniy ongida shakllangan kontseptning



eng muhim tomonlarini aks ettiradi. Bu jarayonda kontseptga xos milliy-madaniy belgilar soʻzda ham oʻz ifodasini topadi. Muayyan kontsept tilda nafaqat bir soʻz bilan yoki soʻz birikmalari, frazeologizmlar, maqol va matallar orqali, hatto yirik matnlar asosida ham voqelanadi. Soʻzning maʼno komponentlari, koʻchma maʼnolari, nutqda namoyon boʻluvchi konnotativ-pragmatik semalari orqali kontseptning mohiyati ochib beriladi.

Salomatlik va kasallik leksemasining oʻz hamda koʻchma maʼnolari kontseptlar orqali voqelanishi, milliy-madaniy xususiyatlarini namoyon etishi mumkin. Shu bilan birga, bu leksemalar koʻchma maʼnolarda qoʻllanib, turli kontseptlarni voqelantirishga xizmat qiladi.

Oʻzbek tilida soʻzlashuvchilarning ilmiy va falsafiy sohalardagi qarashlarida salomatlik va kasallik kontseptini oʻrganish lingvomadaniy va leksikografik tadqiqotlarning zaruriy bosqichi hisoblanadi. Kontseptsiya tizimi atrof-muhitning oʻzaro taʼsirini ular oʻrtasidagi assotsiativ almashinuvda eng faol ishtirok etadigan lingvokulturologik birliklaridan biridir. Tushuncha kontseptsiyaning tarkibiy qismlaridan biri sifatida, fikrlashlarimizning boshlangʻich ibtidosidir. Odatda

fikrlash shakllaridan biri sanalgan idrokning hissiy bosqichidan mavhumliklar natijasida aniqlangan tushuncha tafakkurga voqelikni aks ettirishga xizmat qiladi. Salomatlik tushunchasi olamning lisoniy manzarasida insonni oʻrab turgan voqelikni anglash va unga turli yoʻllar bilan taʼsir qilish natijasidir.

Kasallik va salomatlik fenomenlari haqidagi tasavvurlarni aniqlash kundalik diskursda maʼlum bir sivilizatsiya darajasiga yetgan har qanday madaniyat uchun asos hisoblanadi, chunki u avlodlar tomonidan toʻplangan borliqni kontseptlar orqali anglash tajribasini aks ettiradi, shuningdek mifologiya bilan olamning oddiy manzarasini verbal ifodalaydi.

Qadimgi mashhur olimlar salomatlik va kasallik haqida fikr yuritganda, hayot sharoitlari, gigiyenik tartib-qoidalar, sogʻlom ovqatlanish, jismoniy faollik va ruhiy barqarorlikning meʼyoriy holatda boʻlishini taʼkidlaganlar. Yunonistonda salomatlik tushunchasi idrok etishning asosi sanalgan. Miloddan avvalgi V asrda yunon faylasufi Pindar salomatlikni "aʼzolarning uygʻun ishlashi" deb taʼriflagan, bunda inson tanasi qulaylik hissi va ogʻriqning yoʻqligi, sogʻliqning jismoniy holati bilan birga keladi, deya taʼriflaydi.

Aflotun (miloddan avvalgi 429-347) "Muloqot" asarida shaxs va jamiyat manfaatlarini uyg'unlashtirish yo'li bilan komil inson jamiyatiga erishish mumkinligini, qadimgi yunon falsafasida "Sog'lom tanada sog' aql" g'oyasini ilgari surganligi orqali izohlaydi.

Aristotel ta'limotiga ko'ra, inson o'z tabiatiga ko'ra ijtimoiy mavjudotdir, u axloqiy me'yorlar va axloqiy qoidalarni hurmat qilish burchi bilan jamiyatda yashashga intiladi. Insonlarning uyg'un ishlashi va sog'lig'ini saqlashga erishish uchun jamiyatdagi munosabatlarni tartibga solish zarurligini ta'kidlaydi.

Demokrit salomatlikni xulq-atvor bilan bog'laydi, har bir inson sog'lig'i Xudo tomonidan berilishini rad etib, kishining sog'lig'i o'ziga bog'liqligini ta'kidlaydi.

Gippokrat salomatlikni atrof-muhit omillari va turmush tarzi bilan bog'liq holda tushuntirdi. U "salomatlik" kontsepsiyasining yaratuvchisi bo'lib, insonning asosiy hayot faoliyatini, ovqatlanish va jismoniy mashqlar bilan bog'liq ekanligini ta'kidlaydi. Uning fikricha, to'g'ri ovqatlanish va jismoniy mashqlar salomatlik uchun zarur bo'lib, fasllarning o'zgarishi inson ongi va tanasiga katta ta'sir ko'rsatadi, natijada qishda (nafas olish yo'llari) va yozda (ovqat hazm

qilish tizimi) kasalliklari ustunlik qiladi. Gippokrat o'zining kuzatishlari davomida – inson faoliyati, uning odatlari, yashash sharoiti qanday bo'lsa, uning salomatligi ham xuddi shunday bo'lishini aniqlagan.

"Avesto"da "Tibbiyot – bu tanani sog'lom holatda saqlash san'atidir", deb yozilgan. Xitoyliklarning "Kong-fu", hindistonliklarning "Ayurveda" kitobida salomatlik va sog'lomlashtirish masalalari har tomonlama yoritilgan. Masalan, "Ayurveda"ning asosiy tamoyili inson ongining tanaga ta'sir o'tkazishiga asoslanadi. Kasallikdan xalos bo'lish odamning o'z ongi bilan muloqotga kirishib, uni muvozanatga keltira olishiga bog'liq.

Antik davrning "unutilgan" bilimlari uyg'onish davrida qayta kashf qilindi va hozirgi kungacha qayta shakllandi. Salomatlik – bu inson yashaydigan muhitda o'zining noyob imkoniyatlarini to'liq ifodalash uchun jismoniy, aqliy, ijtimoiy va ma'naviy jihatdan yaxshi faoliyat yurita oladigan nisbiy holat. Salomatlik ham, kasallik ham dinamik jarayonlar bo'lib, har bir inson o'z hayotining barcha jabhalarida sog'lomlik va optimal ishlashdan tortib, bir tomondan o'lim bilan yakunlanadigan kasallikkacha,

ikkinchi tomondan, bosqichma-bosqich yoki uzluksiz spektrda joylashgan.

Salutogenez nazariyasi kasallikni keltirib chiqaradigan omillarni o'rganish uchun patogeneznining an'anaviy yondashuvidan farqli o'laroq, salomatlikni nima yaratishi va qanday omillar salomatlikni qo'llab-quvvatlaydiganligi haqida fikr yuritadi. "Salomatlikning kelib chiqishi"ni topish uchun inson salomatligi va farovonligini qo'llab-quvvatlovchi omillarni izlash kerak. Buyuk vatandoshimiz Abu Ali ibn Sinoning mashhur "Tib qonunlari" asari salomatlikni saqlash va mustahkamlash g'oyalari asosida yozilgan. Alloma insonlar o'zini o'rab turgan atrof-muhit bilan muloqotda bo'lishini va tashqi muhit omillari, o'z navbatida, uning salomatligiga ta'sir qilishini ta'kidlab o'tgan. Ulug' hakim salomatlikni saqlashda jismoniy faollik muhimligini alohida qayd etib, tartibli hayot tarzi omili sifatida jismoniy mashqlar, ovqatlanish tartibi va uyquni qayd etgan. U bunday yozadi: "Me'yorida va o'z vaqtida jismoniy mashqlar bilan shug'ullanadigan inson hech qachon davolanishga muhtoj emas".

Salomatlikni muayyan saqlash va mustahkamlash uchun avvalo, odam fiziologiyasi, psixologiyasi va

ma'naviy dunyosini bilishga qaratilgan salomatlik haqidagi fan yaratilishi lozim. Demak, shifokorlar bemorlarni va kasallikni o'rgansa, sog'liq haqidagi fan salomatlikning sababi va mexanizmlarini tadqiq etishi kerak.

1948-yil 7-aprel kuni inson salomatligi bilan bog'liq barcha masalalarni xalqaro darajada hal qilish uchun Jahon sog'liqni saqlash tashkiloti tashkil etilgan. 1950-yildan boshlab esa har yili 7-aprel kuni Jahon sog'liqni saqlash kuni sifatida nishonlanadigan bo'ldi. Dunyoning turli mamlakatlarida sog'liqni saqlash tizimidagi asosiy muammolar va erishilgan natijalar sarhisob qilinadigan, aholining salomatlik ko'rsatkichlari tahlil qilinadigan kun sifatida ham alohida ahamiyatga ega. Bu kun nafaqat bayram, balki aholining salomatligi va sog'liqni saqlash tizimidagi muammolarga xalqaro jamoatchilikning e'tiborini tortish uchun qo'shimcha imkoniyatdir. Jahon sog'liqni saqlash tashkiloti (JSST) o'z Konstitutsiyasiga salomatlik ta'rifini kiritganida rasmiylashdi. Ta'rif Xorvatiyadan ijtimoiy tibbiyot va sog'liqni saqlash sohasidagi taniqli olim va JSST asoschilaridan biri doktor Andrija Shtampar tomonidan taklif qilingan. Ushbu umume'tirof etilgan ta'rifda aytilishicha, "Salomatlik nafaqat

kasallik yoki nogironlikning yo'qligi, balki to'liq jismoniy, ruhiy va ijtimoiy farovonlik holatidir". Ushbu ta'rifda birinchi marta jismoniy va ruhiy salomatlikdan tashqari, ijtimoiy farovonlik umumiy salomatlikning ajralmas qismi ekanligini ta'kidladi, chunki salomatlik ijtimoiy muhit, yashash va mehnat sharoitlari bilan chambarchas bog'liq.

So'nggi bir necha o'n yilliklar ichida JSSTning salomatlik ta'rifi tobora ko'proq o'zgartirildi va to'rtinchi o'lchov – ruhiy salomatlik omili yanada kengaytirildi. Umuman olganda, ruhiy salomatlik o'z hayotimizdan qoniqish hissi, qadriyatlar tizimi, o'z-o'ziga ishonch va o'z-o'zini hurmat qilish, o'z-o'zini anglash va mavjudligi, ichki va atrof-muhitga nisbatan dinamik hissiy muvozanat bilan tinchlik va osoyishtalikni o'z ichiga oladi.

1977-yilda JSSTning "2000-yilga qadar barcha uchun salomatlik" Global strategiyasining qabul qilinishi bilan sog'liqni saqlashning pragmatik kontseptsiyasi – ijtimoiy va iqtisodiy jihatdan samarali hayot kechirish qobiliyati bilvosita qabul qilindi, bu esa ushbu Strategiyaning muhim maqsadi edi. Ko'pchilik o'zining salomatlikka umidini aynan tibbiy omil bilan bog'laydi. Jahon sog'liqni saqlash

tashkiloti tahliliga ko'ra, inson salomatligiga ta'sir etuvchi omillar orasida tibbiy ta'minot atigi o'n foizni tashkil etadi.

Sog'lik va kasallik haqidagi individual tasavvurlar bo'yicha tadqiqotlar bir muncha vaqt davomida to'planib bormoqda va ular insonning salomatlik xatti-harakatlariga sezilarli ta'sir ko'rsatishida ma'lum bo'ldi. Ma'lum bo'lishicha, jins va yosh odamlarning sog'lig'i haqidagi tasavvurlariga ularning kelib chiqishi va atrof-muhit omillari ta'sir qiladi. Umuman olganda, odamlarning sog'lig'i va kasalliklarga bo'lgan qarashlarini bitta kontinuumning qarama-qarshi tomonlarida joylashgan konstruktsiyalar sifatida ko'rib chiqish kerak emas, balki ikkita alohida, lekin bir-biriga o'xshash konstruktsiyalar sifatida talqin etish lozim. Salomatlik kontseptsiyasi kasallik kontseptsiyasidan ko'ra ko'proq nomoddiy va tushunarsiz bo'lib, birinchisini o'rganish ancha murakkab sanaladi.

Norvegiyalik olim Ingstad va Per Fugelli turli kontekstlarda, ommaviy chiqishlar hamda saytlarda odamlarning sog'lig'i haqidagi tasavvurlarini o'rganish uchun ko'p saytli etnografik tadqiqot o'tkazdilar. Ular Norvegiyaning besh xil joyida, qishloq



joylarida, kichik va katta shaharlarda, qirg'oqda, ichki hududlarda, baliqchilik, qishloq xo'jaligi va sanoat jamoalarida yashovchi turli xil ijtimoiy-iqtisodiy va madaniy kelib chiqishi bir xil bo'lgan odamlar bilan o'z uylarida suhbatlashdilar. Ular odamlarning sog'lig'ini haqiqiy vaziyatlarda kontseptsiyalashda oltita muhim elementni aniqladilar: farovonlik, atrof-muhit, yaxshi yashash, hazil-mutoyiba tuyg'usi, yaxshi ozuqa va kuch-qudratga ega bo'lish kerakligini ta'kidlaydilar.

Bizning talqinimizcha salomatlik kontseptsiyasi uchta xususiyat bilan tasniflanadi: umumiylik, pragmatizm va individuallik.

Salomatlik umumiylik yaxlit hodisa sifatida hayotning barcha jabhalari, kundalik, mehnat, oilaviy va jamiyat hayoti bilan uzviy bog'liq bo'lgan jihatdir. Kasallikning yo'qligi bu salomatlikning umumiy tavsifi emas. Jamiyat, oila farovonligi, o'z shaxsiy qadriyatlarga ko'ra yashay olish salomatlikni butunlik sifatida his qilishning muhim qismidir.

Pragmatizm salomatlikni nisbiy hodisa sifatida aks ettiradi. Salomatlik odamlarning yoshi va jinsi, sotsial qatlami, tibbiy sharoitlari va ijtimoiy holatini hisobga olgan holda baholanadi.

Individualizm shaxsiy hodisa sifatida sog'likni idrok etish, shaxs sifatida kim ekanligingizga bog'liq. Jamiyatning bir qismi bo'lish va boshqa odamlarga yaqin bo'lish hamma uchun muhim bo'lib tuyuladi. Bundan tashqari, qadriyatlar individualdir va har bir inson o'ziga xos bo'lgani uchun, sog'liqni saqlashni yaxshilash strategiyalari individual bo'lishi kerak.

Lug'atlarda keltirilgan kasallik va salomatlik bilan bog'liq har bir ta'riflarni o'rganib chiqish, so'zlarning signifikati(ma'nosini)ni aniqlash, birliklar talqinidagi denontativ semalar to'plamini aniqlash, har bir leksemaning semantik invariantlarini tuzish, talqinlardagi o'zgarishlar dinamikasini kuzatish, hamda leksikografik semantik maydon (LSM)ni yaratish imkonini beradi. So'zning LSMni tuzish uchun lug'atlardagi uning talqinlarini tahlil qilish va aniqlangan mazmun ta'riflari (metatil birliklari)ni vokabulalar (Vocabula lotincha "so'z, ism, sarlavha"-leksikografiyaning o'rganish predmeti) sifatida, ya'ni mazmunli substantivdan vokabulagacha qabul qilingan metatilning semantik bog'liq birligiga qadar ko'rib chiqish zarur bo'ladi. Shunday qilib, har bir so'z uchun lug'at tomonidan semantik jihatdan

yaqin leksik birliklar to'plami belgilanadi, unda umumiy va farqlovchi xususiyatlar ajratiladi. Leksikografik tahlil turli tillardagi o'xshash va har xil leksikografik semantik invariantlarni farqlash imkonini berdi.

### Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Маслова В.А. Когнитив тилшунослик. – Самарқанд, 2011. – Б. 8.
2. Худайберганава Д.С. Ўзбек тилидаги бадий матнларнинг антропоцентрик талқини: Филол.фан. д-ри ..дисс. автореф. – Тошкент, 2015. – Б.19.
3. Антология концептов : в 8 т. / под ред. В. И. Карасика, И. А. Стернина. – Волгоград : Парадигма, 2005; Степанов Ю. С. Константы : Словарь русской культуры / Ю. С. Степанов. – изд. 3-е, испр. и доп. – Москва : Академический Проект, 2004. – 982 с. и др.
4. Лурье С. В. Психологическая антропология : история, современное состояние, перспективы / С. В. Лурье. – 2-е изд. – Москва : Академический проект : Альма Матер, 2005. – С. 587
5. <https://yuz.uz/news/salomatlik-ilmi>
6. <https://muslimaat.uz/maqola/1238>
7. <https://ru.wikipedia.org/wiki/>

## ANIQ VA TABIIY FANLAR

ТЕПЛОВАЯ ЭНЕРГИЯ И ПУТИ ЕЕ ЭФФЕКТИВНОГО  
ИСПОЛЬЗОВАНИЯ В ТЕПЛОВЫХ МАШИНАХ

М.Р. Назаров, Ш.К. Умедов, Б.Х. Ражабов

*Аннотация.* Тепловая энергия играет важную роль в жизни человека. Эффективным использованием тепловой энергии в теплоэнергетических устройствах является одной из актуальных проблемой теплоэнергетики.

Для решения данной проблемы, необходимо изучить виды энергии и тепловые процессы, происходящие в тепловых устройствах и их энергетические эффективности.

Данная работа посвящена к раскрытию суть и содержания понятий энергии и эксергии энергоресурсов. Также в работе анализируется основные законы термодинамики и некоторые теплотехнические величины.

**Введение.** Тепловая энергия является одним из основных видов энергии, необходимых для обеспечения жизнедеятельности человека. Тепловую энергию в основном используют для получения электрической энергии, для технологических нужд предприятий различного назначения [3].

Тепловая энергия — термин, используемый в теплоэнергетике при отдельном рассмотрении производства энергии и её использования, и означающий энергию, передаваемую от производителя потребителю посредством теплоносителя (воды, водяного пара, жидкого

металла и др.) за счёт охлаждения последнего [1,2].

В физике под тепловой энергией понимают обычно энергию теплового движения частиц среды, то есть часть внутренней энергии системы.

В процессе увеличения скорости движения атомов и молекул выделяется тепловая энергия. Эта энергия требуется для обогрева жилищ в холодное время года. Тепловая энергия нужна для приготовления пищи. С помощью этой энергии производится многое из того, в чём нуждаются люди: выплавляют из руды металлы, обжигают посуду из глины, режут

и сваривают металлы и пластмассы [3].

Тепловая энергия бывает природной естественной и вторичной. Природными естественными источниками тепловой энергии для людей является солнце и нагретые недра Земли. Солнце передаёт энергию своим видимым и невидимым излучением. Разогретые недра Земли выбрасывают на поверхность очень горячую магму, раскалённые газы, кипящие струи воды.

Чаще всего тепловую энергию люди получают в результате сжигания различных видов топлива: древесины, торфа, угля, газа, нефти, нефтепродуктов. Полученную таким образом тепловую энергию используют для отопления, выпаривания, расплавления, нагревания и других технологических процессов.

Тепловую энергию, получаемую от сжигания всех этих энергетических ресурсов, называют первичной тепловой энергией и она является основной в энергетике всех стран мира.

По своему агрегатному состоянию все виды органического топлива разделяют на твердое, жидкое и газообразное. Основной вид газообразного топлива –

природный газ, доля потребления которого в общей структуре потребления топлива котельными установками достигает в настоящее время 55 % и имеет тенденцию к сохранению этого значения на достаточно длительную перспективу. Поэтому эффективное использование этого важнейшего источника теплоты в теплогенерирующих установках является важной составной частью крупнейшей народнохозяйственной задачи по экономии топливно-энергетических ресурсов [3].

### Основная часть работы

На проведение любого технологического процесса требуется затраты энергии. Эта энергия может подводиться в различных формах: в виде механической работы, электрической энергии, теплового потока, электромагнитного излучения и т.д. От того, насколько полно используется подведенная энергия, зависит интенсивность и экономичность протекания процесса.

Все виды энергии можно разделить на две группы. К первой относятся такие виды энергии, которые способны полностью переходить в любой другие виды энергии. Как правило, эти виды энергии



связаны с направленным движением всего тела или отдельных его частиц, например кинетическая энергия тела, движущегося в гравитационном поле, движение электронов, текущих по проводнику, энергия заряженных частиц движущихся в электромагнитном поле и т.д. Ко второй группе относится внутренняя энергия вещества, связанная с хаотическим тепловым движением молекул, энергия химических связей, а также энергия, передаваемая в виде теплового потока. Эти виды энергии не могут полностью перейти в другие виды[5].

Первый закон термодинамики, являющийся одним из выражений закона сохранения энергии, позволяет составить энергетический баланс в процессах, связанных подводом или отводом энергии в форме теплового потока или в виде работы. Однако он ничего не говорит о направлении протекания этих процессов. Это направление, как известно, устанавливается вторым законом термодинамики, одно из формулировок которого гласит: «теплота само собой переходит лишь от тела с более высокой температурой, к телу с более низкой температурой, но никогда наоборот или, в соответствии

с молекулярно-кинетической теорией, «самопроизвольно могут протекать только те процессы, в которых система из менее вероятного состояния переходит в более вероятное» (формулировка второго закона термодинамики, данная Л. Больцманом).

Если система находится в равновесии, то ее энтропия постоянной и изменение энтропии равно нулю. Всякое изменение состояния системы связано с изменением ее энтропии. При этом все естественные процессы идут с увеличением энтропии. Любой процесс идет до тех пор, пока не наступит термодинамического равновесия. При этом может быть совершена определенная работа. После достижения состояния равновесия обмен энергией между талами, а следовательно и совершение работы прекращается.

Очевидно, что максимальная работа от системы, может быть получена при переходе всех частей системы из первоначального состояния в состояние равновесия с окружающей средой. Это максимальная работа и получила название эксергии [5].

Необходимо четко различать понятия энергия и эксергия. В то время как энергия является одним из фундаментальных

философских понятий, отражающих объективные свойства материи, эксергия является термодинамическим понятием, введенным для удобства анализа термодинамических систем, Это не значит, однако, что эксергия является чистой абстракцией. Наоборот, она может иметь вполне реальное материальное и стоимостное выражение в виде массы топлива, которое необходимо сжечь для получения единицы эксергии или стоимости этого топлива в рублях. Между тем, энергия часто не имеет никакой реальной стоимости (как, например, оценить стоимость энергии солнечного излучения, поступающего на землю, или внутреннюю энергию воздуха?) [5].

Известно, что в тепловых машинах, что работа будет максимальной когда процессы изменение состояния рабочего тела будет обратимыми, и в конце процесса рабочее тело придет в равновесие с окружающей средой, т.е. его параметры примут значение равные параметрам этой среды  $P_0$  и  $T_0$ . Естественно рабочее тело должно быть удалено из тепловой машины, так как дальнейшие получения энергии будет уже невозможно.

Это максимальная полезная

работа, совершаемая единицей рабочего тела при обратимом переходе из состояния характеризуемого параметрами  $p_1, T_1, s_1, i_1$ . В состоянии равновесие окружающей средой, характеризуемое параметрами  $p_0, T_0, s_0, i_0$  называется эксергией или технической работоспособностью единицы рабочего тела и обозначается буквой  $e$ . Математическое выражение для эксергии может быть написано из уравнения первого закона термодинамики для газового потока.

$$Q = \int_1^0 dQ = i_0 - i_1 + A_0 \quad (1)$$

Для изменения энтропии в обратимом процессе имеем:

$$\int_1^0 \frac{dQ}{T} = s_0 - s_1 \quad (2)$$

Умножая уравнение (2) на  $T_0$  и вычитая полученные результаты из уравнения (1) получим:

$$\int_1^0 dQ - \int_1^0 dQ \frac{T_0}{T} = i_0 - i_1 + A_0 - T_0(s_0 - s_1) \quad (3)$$

или

$$\int_1^0 \frac{T - T_0}{T} = i_0 - i_1 + A_0 - T_0(s_0 - s_1)$$

В этом уравнении  $A_0$  представляет собой работу, совершаемую единицей рабочего тела при прохождении его через систему. Как указывалось, эта работа получает максимальное

значение  $e$  в том случае, если процесс в системе протекает термодинамически обратимо и доходит до равновесного состояния с окружающей средой. Для случая, когда имеется лишь один внешний источник тепла и им является сама окружающая среда, обратимое протекание процесса может быть следующим. Сначала рабочее тело расширяется обратимо по адиабате и его температура понижается до температуры окружающей среды с поглощением  $T_0$ . После этого процесса обратимого расширения продолжается по изотерме при температуре  $T_0$  с поглощением из окружающей среды тепла и падением давления  $P_0$ . При таком протекании процесса левая часть уравнения (3) должна быть равно нулю, так как в адиабатном участке  $dQ$ , а на изотермическом участке  $T=T_0$ . Поэтому максимальные значения  $A_0$  примут вид:

$$A_{0\max} = i_9 - i_1 + A_0 - T_0(s_0 - s_1) \quad (4)$$

Понятие эксергии весьма удобно использовать для анализа степени термодинамического совершенства того или иного теплового агрегата. Рассмотрим для примера турбину, в которую входит поток рабочего тела с параметрами  $p_1$  и  $T_1$  а выходит с

параметрами  $p_2$  и  $T_2$ ; внутри турбины этот поток совершил полезную работу  $A_{\text{полез}}$ . Если процесс внутри агрегата необратим, то в нем теряется работоспособность  $\Delta A$  потока которая будет равна:

$$\Delta A = e_1 - e_2 - A_{\text{полез}} \quad (5)$$

где  $e_1$  и  $e_2$  – эксергия потока на входе в агрегат и выходе из агрегата;  $\Delta A$  – потери работоспособности, обусловленная трением и теплообменом с окружающей средой[6].

При отсутствии потери работоспособности ( $\Delta A=0$ ) поток совершил бы максимальную полезную работу, т.е.

$$A_{\text{полез.мак}} = e_1 - e_2 \quad \text{которая в соответствии с уравнением (4) равна: } e_1 - e_2 = (i_1 - i_2) + T_0(s_2 - s_1)$$

Но для обратимого адиабатного течения потока в соответствии с уравнением  $A_0 = (i_1 - i_2)$  имеем

$$A_{\text{полез.мак}} = e_1 - e_2 = i_1 - i_2 \quad \text{тогда}$$

потери работоспособности необратимого процесса, будет равна;

$$\Delta A = T_0(s_2 - s_1) \quad (6)$$

В этом и состоит основная идея эксергетического метода расчета: рабочее тело входит в агрегат с эксергией  $e_1$  и, совершив

полезную работу  $A_{\text{полез.}}$  выходит из агрегата с эксергией  $e_2$ ; при этом потерю работоспособности из-за необратимости процессов внутри агрегата определяется по уравнению (5) таким образом, этот метод позволяет судить о степени обратимости процессов внутри агрегата по внешней характеристике – разности эксергий на входе в агрегат и на выходе из него.

По аналогии с эксергией потока рабочего тела вводится понятие об эксергии потока теплоты  $e_q$ . Из формулы для термического КПД при обратимом цикле Карно имеем;

$$\frac{T_0 - T}{T} = \frac{A_{\text{полез.мак}}}{q} \quad \text{или}$$

$$A_{\text{полез.мак}} = e_q = q \left( \frac{T_0 - T}{T} \right) \quad (7)$$

где  $T_1$ ,  $T_0$  – температура тела и окружающей среды. Уравнение (7) показывает, что работоспособность теплоты, называемая эксергией теплоты  $e_q$ , тем больше, чем больше  $T_1$  и меньше  $T_0$  [6].

Согласно закону сохранения энергии, энергия не возникает и не исчезает, она только переходит из одной формы в другую (переходы материи в энергию и обратно, изучаемые квантовой физикой, здесь не рассматриваются). Эксергия же,

наоборот, полностью исчезает при достижении состояния равновесия с окружающей средой. Поэтому закона сохранения эксергии быт не может.

Ранее эксергия была определена как работа, которую можно получить от системы при переходе ее от данного состояния в состояние равновесия с окружающей средой. Более полную и точную формулировку эксергии дал Я. Шаргут [7].

Эксергия материи или системы является максимальной работой, которая эта система совершает в обратимом процессе с окружающей средой в качестве источника даровых тепла и вещества, если в конце этого процесса все участвующие в нем материи приходят в состояние термодинамического равновесия со всеми компонентами окружающей среды.

В этой формулировке необходимо обратить внимание на два момента. Первое, максимальная работа может быть получена только в обратимом процессе. Такой процесс теоретически можно осуществить при бесконечно малом перепаде температур между источником тепла и его приемником. Все реальные процессы происходят при конечной разности



температур и, следовательно, являются необратимыми. По этому полученная в них работа будет меньше максимально возможной. Однако для оценки полученной работы ее надо сравнивать с максимально возможной в данном процессе, т. е. с эксергией. Второе, на что необходимо обратить внимание, это то, что процесс совершается с использованием окружающей среды в качестве источника даровых тепла вещества. Это значит, что максимальная работа может быть получена только при взаимодействии материи с окружающей средой. Так, для того, чтобы получить эксергию топлива, необходимо использовать определенного кислорода из окружающей среды. Если же для горения использовать чистый кислород, то хотя полученное количество тепла будет больше, суммарная эксергия будет меньше, так как для получения чистого кислорода из воздуха необходимо затратить определенную работу, а следовательно эксергию. Аналогично и с теплом. При нагреве какого-нибудь тела тепло необходимо подводить только для повышения его температуры выше температуры окружающей среды, а до температуры окружающей среды нагрев происходит за счет тепла,

отбираемого от этой среды. Помимо приведенного выше определения эксергии существуют и другие. Так, З. Рант определил эксергию как часть энергии, которую можно превратить в любой другой вид энергии.

Таким образом, по Ранту, всякая энергия  $E$  состоит из двух частей: одной части, которая может быть превращена в любой другой вид энергии, т.е. эксергии  $e$ , и другой части, которая ни в какой другой вид энергии, в том числе механическую работу, превращена не может. Это часть Рант назвал анергией  $A$  (от греческого *erg* – работа и отрицательная частица «а».) Таким образом,  $E = e + A$ . Это деление на эксергию  $e$  и анергию  $A$  является весьма наглядным и вполне допустимым для тех случаев, когда первоначальная температура тела выше температуры окружающей среды.

Поскольку величина эксергии отсчитывается от состояния термодинамического равновесия с окружающей средой, необходимо, прежде всего, определить, что понимать под термином (окружающая среда).

Для промышленных установок в качестве окружающей среды принимают окружающий

их атмосферный воздух. Как явствует из самого понятия, эксергия окружающей среды равна нулю. Температура окружающей среды принимается постоянной и не зависящей от работы рассматриваемого оборудования. На практике это условие не всегда соблюдается.

Очень часто тепловые потоки через ограждение теплотехнической установки (топки, сушилки и т. д.) вызывают значительное повышение температуры воздуха в помещении, где она установлена. Тем не менее температуру окружающей среды необходимо принимать такой, какой она была бы без нагрева от работающей установки, а нагрев воздуха помещения рассматривать как дополнительную потерю эксергии. Для установок, работающих на открытом воздухе, температура которого

зависит от времени суток и времени года, необходимо либо рассчитывать потери эксергии для различных периодов, либо брать какую-то усредненную температуру окружающей среды[5].

### Заключение

На основе проведенных литературного обзора по раскрытию сути и содержания понятий тепловой энергии и эксергии можно сделать следующие выводы:

1. Была анализирована понятий теплового энергии, эксергии и энергетической эффективности тепловых машин которой играет большую роль в теплоэнергетике

2. Раскрыта сущность и содержание понятий эксергии и рассмотрена эксергетические методы анализа тепловых машин которые применяются в тепло-энергетике.

### Использованной литературы

1. Алексеев Г. Н. Общая теплотехника. — М.: Высшая школа, 1980. — 552 с.
2. Алексеев Г. Н. Энергия и энтропия. — М.: Знание, 1978. — 192 с. — (Жизнь замечательных идей).
3. <https://works.doklad.ru/view/QtaKMjBK3a8/all.html>
4. <https://resh.edu.ru/subject/lesson/7101/>
5. Б.С. Сажин. Основы техники сушки. М. : Издательство: «Химия». 1984. с.320
6. Лариков Н. Н. Теплотехника: Учеб. для вузов. — 3-е изд. / перераб. и доп. — М.: Стройиздат, 1985. — 432 с, ил
7. Шаргут Я., Петела Р. Эксергия. Пер. с польск. Под ред. В.М. Бродянского. М. Энергия. 1968. С.279.

## BIOLOGIYA TA'LIMI JARAYONIDA O'QUVCHILARDA KOMPETENSIYALARNI SHAKLLANISHIDA INNOVATSION TEXNOLOGIYALARNING O'RNI

**Salimova Sarvinoz Farxodovna**

*Buxoro davlat pedagogika instituti,  
Tabiiy fanlar kafedrası dotsenti, Pedagogika  
fanlari falsafa doktori (PhD).*

Email: [sarvinoz8915g@gmail.com](mailto:sarvinoz8915g@gmail.com)

**Kalandarova Dilnoza Samandarovna**

*Buxoro davlat pedagogika instituti,  
Tabiiy fanlar kafedrası o'qituvchisi.*

Email: [Kalandarovad02@gmail.com](mailto:Kalandarovad02@gmail.com)

**Karimov Diyorbek Toshtemir O'g'li**

*Buxoro Davlat Pedagogika Instituti  
Biologiya ta'lim yo'nalishi II Bosqich  
talabasi [diyorbekk56@gmail.com](mailto:diyorbekk56@gmail.com)*

**Annotatsiya.** Mazkur maqolada kompetensiyaviy yondashuv asosida umumiy o'rta ta'lim maktablarida kompetensiyaviy yondoshuv asosida biologiya fani o'qitish metodikasini takomillashtirishning ahamiyati keng qamrovli bo'lib, dars jarayonida o'quvchi fanlarni muvoafaqiyatli o'zlashtirishi, to'laqonli bilim olishi, topshiriqlarni xohish bilan bajarishi va eng muhimi bajargan ishidan zavqlanishi- uning mustaqil qaror chiqarishi, shaxsiy fikriga ega bo'lish, qarorini asoslay olish, o'zgaralar fikrini hurmat qilish, xatolarini tushunish kabi hayotiy qobiliyatlarni rivojlantirish muammosi yoritib berilgan

**Kalit so'zlar:** Kommunikativ kompetentsiya, bilim, ko'nikma, malaka, tayanch kompetentsiyalarga, internet portallar, A1 daraja, A2 daraja, ommaviy adabiyotlar, biologik lug'atlar, ensiklopediyalar, elektron – axborot ta'lim resurslari, biologiya fanida DTS.

**Abstract.** In this paper, biology is based on a competency-based approach in general secondary schools the importance of improving the methodology of teaching science is wideranging to take assignments willingly and, most importantly, to enjoy the work he has done - to make his own independent decisions, to have his own opinion, to make his own decisions the problem of developing life skills such as reasoning, respecting the opinions of others, and understanding their mistakes.

**Key words:** *Communicative competence, knowledge, skills, qualifications, basic competences, internet portals, A1 level, A2 level, public literature, biological dictionaries, encyclopedias, electronic - informational educational resources, DTS in biology.*

**Аннотация.** В данной статье биология базируется на компетентностном подходе в общеобразовательной школе важность совершенствования методики преподавания науки широкомасштабна уметь выполнять задания охотно и, главное, получать удовольствие от проделанной работы - принимать собственные самостоятельные решения, иметь личное мнение, принимать решения проблема развития жизненных навыков, таких как умение рассуждать, уважение к мнению других и понимание их ошибок

**Ключевые слова:** *Коммуникативная компетенция, знания, умения, квалификации, базовые компетенции, интернет-порталы, уровень А1, уровень А2, общедоступная литература, биологические словари, энциклопедии, электронно-информационные образовательные ресурсы, ДТС по биологии.*

Ta'lim insonning hayot mobaynidagi eng murakkab faoliyatlaridan biridir. Bu faoliyat turining maqsadi bevosita muayyan axborotlarni, harakatlarni, xulq-atvor shakllarini o'zlashtirishga qaratilgan faoliyatdir.

**Ta'lim quyidagilardan tarkib topadi:**

- ideal va amaliy faoliyatning u yoki bu turini muvaffaqiyatli tashkil etish uchun zarur bo'lgan tashqi olamning ahamiyatli xossalari xususidagi axborotlarning o'zlashtirilishi (bilim);

- qo'yilgan vazifa va ilgari surilgan maqsadga muvofiq keladigan usullar va jarayonlarni to'g'ri tanlash hamda nazorat qilish uchun ko'rsatilgan axborotdan

foydalanish yo'llarining egallanishi (ko'nikma);

- faoliyatning ana shu barcha turlari tarkib topadigan usullar va jarayonlarning o'zlashtirilishi

O'quvchilarda bu xususiyatlarni tarbiyalashda fanga oid bilim, ko'nikma va malakalarning dars jarayonida singdirish bilan birgalikda ularda kompetensiyalarni ham shakllantirish lozim.

Kompetensiyaviy yondashuvga asoslangan ta'lim – o'quvchilarda egallangan bilim, ko'nikma va malakalarini o'z shaxsiy, kasbiy va ijtimoiy faoliyatlarida amaliy qo'llay olish kompetensiyalarini shakllantirishga yo'naltirilgan ta'limdir.



Kompetensiyaviy yondashuvga asoslangan ta'lim o'quvchilarda mustaqillik, faol fuqarolik pozitsiyasiga ega bo'lish, tashabbuskorlik, media resurslar va axborot kommunikatsiya texnologiyalaridan o'z faoliyatida oqilona foydalana olish, ongli ravishda kasb-hunar tanlash, sog'lom raqobat hamda umummadaniy ko'nikmalarini shakllantiradi.

Inson o'z hayotida shaxsiy, ijtimoiy, iqtisodiy va kasbiy munosabatlarga kirishishi, jamiyatda o'z o'rnini egallashi, duch keladigan muammolarning yechimini hal etishi, eng muhimi o'z sohasi, kasbi bo'yicha raqobatbardosh bo'lishi uchun zarur bo'lgan tayanch kompetensiyalarga ega bo'lishi lozim. Tayanch kompetensiyalarni shakllantirish jarayonida quyidagi elementlarning shakllanishiga e'tibor qaratish lozim.

#### **Kommunikativ kompetensiya elementlari:**

- ✓ O'z fikrini og'zaki va tushunarli bayon qila olish.
- ✓ O'z fikrini yozma ravishda savodli (imlo va uslubiy jihatdan) bayon qilish.
- ✓ Mavzu yuzasidan berilgan savollarga javob berish.
- ✓ Muloqotda suhbatdosh fikrini hurmat qilish.
- ✓ Qarashlarini himoya qilish;

#### **Axborot bilan ishlash**

##### **kompetensiyasi elementlari:**

- ✓ Dars jarayonida mavjud axborot manbalaridan foydalana olish.
- ✓ Zarur bo'lgan axborotlarni izlab topish.
- ✓ Axborotlar ichida eng asosiylarini tanlab olish.
- ✓ Axborotlarni tasarruf etish va tarqatish qoidalarga rioya qilish(foydalangan manzilni ko'rsatish).
- ✓ Ta'limga oid internet portallaridan foydalana olish.

##### **Shaxs sifatida o'z-o'zini rivojlantirish kompetensiyasi elementlari:**

- ✓ Olgan bilimlarni kundalik faoliyatida qo'llay olish.
- ✓ Nazariy bilimlarni amaliyot bilan bog'lay (mashq, misol, amaliy mashg'ulot, laboratoriya ishi orqali) olish.
- ✓ Mustaqil ta'lim olish(fanga oid to'garaklar, kitoblar o'qish).
- ✓ O'z xatti-harakatini adekvat baholay olish(kamchilik va xatolarni tushunish).
- ✓ Tizim, voqea va hodisalar, vaziyatlar o'rtasidagi bog'liqlikni tushunish.

##### **Ijtimoiy faol fuqarolik kompetensiyasi elementlari:**

- ✓ Dars jarayonida faol ishtirok etish.
- ✓ Sinfdan tashqari va jamoat ishlarida faollik.

✓ Tejamkor bo'lish, maktab mulki (parta, doska, shkaf va boshqa moddiy boyliklarni asrash. Tabiiy boyliklar suv, gaz. Elektr-energiya)ga oqilona munosabatda bo'lish.

✓ O'quv qurollarini tartibli saqlash.

✓ Sinf mavqeyini ko'tarishga o'z hissasini qo'shish (fanlarni o'zlashtirishda muammolari mavjud bo'lgan o'quvchilarga yordam berish.

#### **Umummadaniy kompetensiyalar elementlari:**

✓ Odob-axloq qoidalariga rioya qilish.

✓ Qabul qilingan maktab formasiga (maktab, sport, laboratoriya) rioya qilish.

✓ Umummilliy madaniyat (iqtisodiy, musiqa madaniyati, ekologik, tibbiy va boshqa)ga rioya qilish.

✓ Nutq madaniyatiga rioya qilish; muomala madaniyatiga rioya qilish.

✓ Urf-odat va marosimlar, milliy-madaniy an'analarga bag'rikeng va sabrli bo'lish.

#### **Matematik savodxonlik, fan va texnika yangiliklaridan xabardor bo'lish hamda foydalanish kompetensiyasi elementlari:**

✓ Fanga oid bo'lgan turli formula, model, chizma, grafik va diagrammalarni o'qiy olish va foydalanish.

✓ Mavzuga oid taqdimot materiallarini tayyorlay olish.

✓ Taqdimot materiallarini tayyorlashda animatsiyalardan foydalanish.

✓ Elektron darslik va o'quv qo'llanmalaridan foydalana olish.

✓ Elektron axborot resurslaridan (texnik) foydalana olish.

Xususan, biologiya ta'limi jarayonida quyidagi xususiy kompetensiyalar shakllantirilishi ko'zda tutilgan.

Biologiya fani bo'yicha A1 daraja uchun majburiy minimal ta'lim mazmuniga qo'yilgan talablar:

#### **1. Biologik obyektlarni tanish, ularda boradigan jarayonlarni tushunish va izohlash kompetensiyasi.**

Tabiiy obyektlarni taniydi (hujayra, o'simlik, hayvon, zamburug' va bakteriyalar, odam organizmi, tirik organizmlarning tuzilish darajalari), ularning tuzilishidagi o'ziga xosliklarni anglaydi, biologik jarayonlar modda va energiya almashinuvi, oziqlanish, nafas olish, ayirish, ta'sirlanish, o'sish, rivojlanish, ko'payish, hayotiy jarayonlarning boshqarilish mohiyatini yoritadi, qiyoslaydi, umumiy va farqli jihatlarini aniqlay oladi.

#### **2. Biologik obyektlarda boradigan jarayonlarni kuzatish,**

**tajribalar o'tkazish va xulosalash kompetentsiyasi.**

Maktab tajriba maydonida va sinf xonalarda o'stirilayotgan o'simliklarni taniydi, maktabning tirik burchagidagi va tabiatdagi hayvonlarni kuzata oladi. Tajriba maydonlarida o'stirilayotgan o'simliklarda tajribalar o'tkaza oladi va xulosalar chiqara oladi. Biologiya xonasida mavjud didaktik va tarqatma materiallar, laboratoriya jihozlari bilan ishlay oladi, vaqtinchalik preparat tayyorlay oladi va xavfsizlik qoidalariga rioya qilishni biladi.

**3. Sog'lom turmush tarzi va ekologik kompetentsiya.**

Tabiatda o'zini tutishning asosiy qoidalari va sog'lom turmush tarzi asoslarini biladi, o'zining va o'zgalarning sog'ligini asrash qoidalarini biladi va o'z organizmini nazorat qila oladi.

Biologiya fani bo'yicha A2 daraja uchun majburiy minimal ta'lim mazmuniga qo'yilagn talablar:

**1. Biologik obyektlarni tanish, ularda boradigan jarayonlarni tushunish va izohlash kompetentsiyasi.**

Atamalar, xususiy va umumbiologik tushunchalar, biologik qonunlarning mazmun mohiyatini biladi va tasniflay oladi, mavzular yuzasidan vujudga kelgan o'quv muammolarni anglay oladi,

muammoni hal etish maqsadida g'oyalarni ilgari sura oladi, o'z fikrini bayon eta oladi va asoslaydi, tushunchalarni tahlil qila oladi, umumlashtirib, muammoni hal etish yuzasidan xulosalar chiqara oladi.

Biologik axborotlarning turli manbalari (darslik, o'quv qo'llanma, ilmiy – ommaviy adabiyotlar, biologik lug'atlar, ensiklopediyalar, elektron – axborot ta'lim resurslari va hokozolar) bilan ishlay oladi, kerakli ma'lumotlarni ajrata oladi, ma'lumotlarni tahlil qiladi va amalda qo'llay oladi.

**2. Biologik obyektlarda boradigan jarayonlarni kuzatish, tajribalar o'tkazish va xulosalash kompetentsiyasi.**

Biologik obyektlarda boradigan jarayonlar, tirik organizmlarning moslanishi va tarqalishini o'rganish uchun tajriba va kuzatishlarni aniq maqsad va reja asosida olib boradi, ma'lumotlar to'playdi, natijalarni qayd etadi, olingan natijalarni tahlil qila oladi, umumlashtiradi, xulosa-lay oladi.

**3. Sog'lom turmush tarzi va ekologik kompetentsiya.**

- Odamda uchraydigan irsiy kasalliklar va ularning oldini olish haqida ma'lumotlarni biladi;

- yuqumli va surunkali kasalliklarning oldini olish maqsadida gigiyenik va ratsional

ovqatlanish qoidalari, organizmlarda parazitlik qiladigan hayvonlarning rivojlanish siklini o'zlashtirgan holda ularga qarshi kurash usullarini biladi, yuqtirmaslik chora-tadbirlarini qo'llay oladi, zaharli o'simliklar va oziq-ovqat mahsulotlaridan zaharlanishning oldini ola oladi, turli omillar va hayvonlar tomonidan jarohatlanganda, shamollaganda, kuyganda, o'tob va sovuq urganda, suyak va paylar shikastlanganda, suvga cho'kkanda birinchi yordam ko'rsatish usullarini qo'llay oladi;

- kun tartibiga rioya qiladi, jismoniy mehnat va aqliy faoliyatni uyg'un ravishda amalga oshirish yo'llarini tushunadi, inson salomatligiga ekologik omillarning ijobiy va salbiy ta'siri, zararli odatlarning oqibatlarini tahlil qilib izohlay oladi;

- ta'lim muassasasi va mahallalarda obodonlashtirish borasida olib boriladigan ijtimoiy foydali tadbirlarda faol qatnashadi, biologiya xonasi va tirik tabiat burchagida xona o'simliklarini, maktab tajriba yer maydonchasida madaniy o'simliklar va uy hayvonlarini parvarishlaydi va ko'paytirishni bajara oladi;

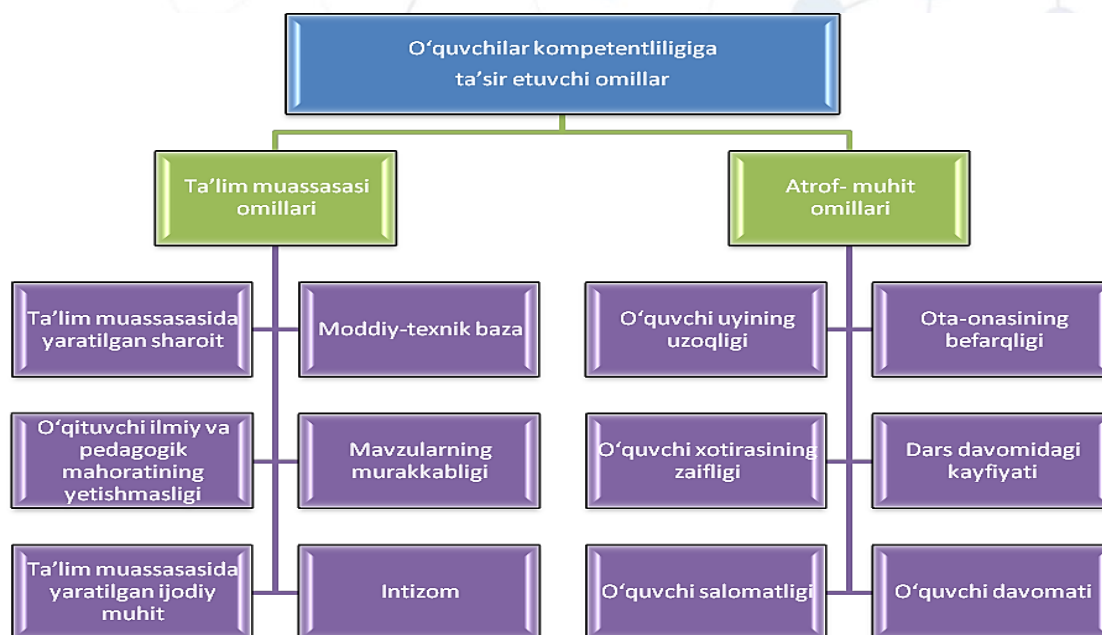
- tabiat va boshqa insonlar bilan munosabatda o'z xatti – harakatlarini ongli ravishda

boshqara oladi, tabiat go'zalliklari va biologik obyektlarini estetik jihatdan baholay oladi.

O'quvchilar kompetentligini shakllantirish jarayonida avvalombor ta'lim muassasasi rahbar va pedagog xodimlari o'quvchilar kompetentligini shakllanish hamda rivojlanishiga ta'sir etuvchi omillarni aniqlab olish zarur. Ular quyidagilardan iborat bo'lishi mumkin. Ta'lim-tarbiya jarayonini tashkil etish va uning sifatini boshqarishda ushbu jarayonga yangicha yondashib, ijodkorlik, bunyodkorlik tatbiq etilsagina va pedagogik faoliyat jarayonlari metodologik hamda psixologik jihatdan to'g'ri tashkil qilinganidagina, ta'lim samarasi yangi bosqichga ko'tariladi.

Xulosa qilib aytganda, o'quvchilar kompetentligining shakllanishi va rivojlanishiga ta'sir etuvchi omillarni o'z vaqtida bartaraf etish hamda ta'lim-tarbiya jarayoniga innovatsion pedagogik va axborot texnologiyalarini joriy etish orqali ta'lim samaradorligini oshirish, shaxsning ta'lim markazida bo'lishini va yoshlarning mustaqil bilim olishlarini ta'minlash bugungi biologik ta'lim-tarbiya jarayonining ustuvor vazifasi bo'lib qolmoqda.





### Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Kalandarova D., Karimov D. Biologiya fanini o'qitishda multimedidan foydalanish samaradorligi //SAI.2022.№B8.
2. URL:<https://cyberleninka.ru/article/n/biologiya-fanini-o-qitishda-multimedidan-foydalanish-samaradorligi> (дата обращения: 18.04.2023).
3. Kalandarova D., Karimov D. (2022). Biologiya fanini o'qitishda multimedidan foydalanish samaradorligi. Science and innovation, 1 (B8), 2276-2279.doi:10.5281/zenodo.7445311
4. Pedagogik ta'lim: xalqaro tajriba va innovatsion yondashuvlar. 863 Каландарова Д. Каримов Д.
5. Салимова С. Ф. Бўлажак биология ўқитувчилари касбий компетенциялари шаклланганлик даражасини баҳолашнинг ўзига хос жиҳатлари //Scientific progress. – 2022. – Т. 3. – №. 1. – С. 1087-1094.
6. Salimova S. Ta'lim natijalarini baholashga kompetentli yondashuv mohiyati //центр научных публикаций (buxdu. uz). – 2021. – Т. 3. – №3
7. Farkhodovna S. S. Improving the professional competence of future biology teachers //Archive of Conferences. – 2021. – С. 69-71.

## AVTOMATLASHTIRILGAN TIZIMLARDA FOYDALANUVCHI PAROLINI TANLASH STRATEGIYASI HAMDA HIMOYA QILISH USULLARI

**Zaripov Nozimbek Nayimovich**

*Buxoro davlat pedagogika instituti  
Aniq fanlar kafedrası dotsenti, p.f.f.d  
(PhD).*

**Hasanov Behzod Normurot o'g'li**

*Buxoro davlat pedagogika instituti  
Matematika va informatik yo'nalishi 2-  
bosqich talabasi*

**Protasov Yorqinjon Yoqubjon o'g'li**

*Buxoro davlat pedagogika instituti  
Matematika va informatika yo'nalishi 1-  
bosqich talabasi*

**Annotatsiya.** *Mazkur maqolada foydalanuvchilar avtomatlashtirilgan elektron tizimlarda parol tanlashda kamdan-kam holatlarda \ topilishi qiyin va oson esda qoladigan parol tanlashlari, bu esa tizim xavfsizligini susaytirashi va muammoni yechishda, foydalanuvchilar parol qo'yish siyosati talablarini bilishlari kerakligi bayon etilgan.*

**Kalit so'zlar:** *foydalanuvchi, parol, shifrlash, xavfsizlik, globallasuv, axborot, avtomatlashtirilgan tizimlar.*

**Аннотация.** *В данной статье указано, что при выборе паролей в автоматизированных электронных системах пользователи редко выбирают пароли, которые трудно подобрать и легко запомнить, что ослабляет безопасность системы, и при решении проблемы пользователям следует знать о требованиях политики паролей.*

**Ключевые слова:** *пользователь, пароль, криптография, безопасность, глобализация, информации, автоматизированные системы.*

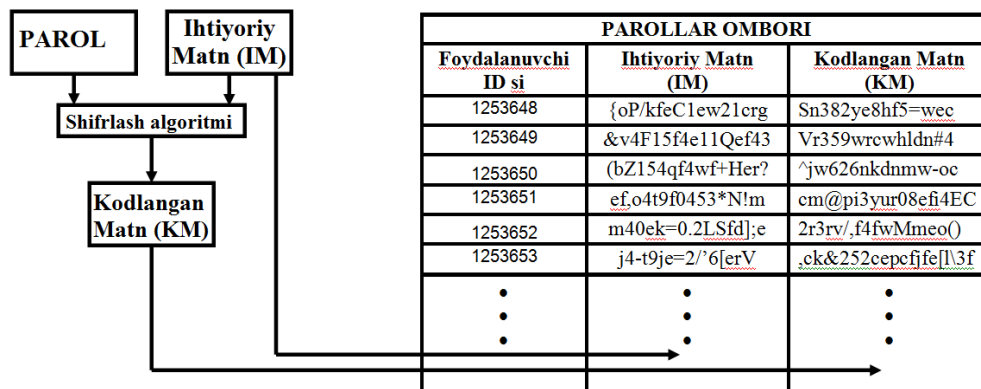
**Abstract.** *This article states that when choosing passwords in automated electronic systems, users rarely choose passwords that are hard to find and easy to remember, which weakens the system's security, and when solving the problem, users should be aware of password policy requirements.*

**Key words:** *user, password, cryptography, security, globalization, information, automated system.*

Bugungi globallashtirish jarayonida insonlarga qulaylik yaratish maqsadida juda ko'p avtomatlashtirilgan elektron tizimlar tatbiq qilinmoqda. Bunday tizimlarga bank, soliq, hukumat tizimi, tashkilot va ta'lim tizimlari kabi juda ko'p misollar olishi mumkin. Tizimga kirish uchun foydalanuvchilar o'zlarining login (tizimdagi ism) va paroliga ega bo'lishi zarur. Ularning login va parollari tizim ma'lumotlari omborida maxsus unikal kod-identifikator (ID) bilan farqlanadi. Foydalanuvchi paroli tizim himoyasining old qatori hisoblanadi. Parol tizim ma'lumotlar omboridagi foydalanuvchi IDsini aniqlaydi. Identifikatorga foydalanuvchi haqida quyidagi ma'lumotlar beriladi:

- ID foydalanuvchi ro'yxatdan o'tgan-o'tmaganligini va qancha vaqt foydalanish huquqi berilganligini aniqlaydi;
- ID foydalanuvchiga qanday rol berilganligini aniqlaydi, ya'ni foydalanuvchi faqat ma'lumotdan foydalanishi yoki qo'shimcha uni tahrirlashi mumkin;
- ID foydalanuvchining to'liq ma'lumotlarini aniqlaydi.

Foydalanuvchi paroli tizim uchun muhim ahamiyatga egaligini anglash maqsadida elektron tizimlarda foydalanuvchi parolini himoya qilishning eng samarali usullaridan biri – parolni yashirish, uni ochiq holda qoldirmaslikni quyidagi sxemada ko'ramiz.



1-rasm. Foydalanuvchi parolini kiritish yoki yangilash jarayoni

Ushbu 1-rasmda keltirilgan sxemada foydalanuvchi tomonidan kiritiladigan parol faqat tizimga ma'lum bo'lgan ixtiyoriy o'zgaradigan matn (IM) bilan shifrlash

qoidalari asosida kodlanadi va hosil bo'lgan kodlangan matn (KM) foydalanuvchi paroli sifatida ma'lumotlar omboriga joylashtiriladi. Parollar omborida

foydalanuvchining asl paroli o'rniga boshqa kodlangan matn hosil bo'lishi tizimning xafsizligini kuchaytiradi. Bu foydalanuvchi parolisiz tizimga kirish imkoni yoqligini yoki bu uchun ko'p vaqt ketishini anglatadi.

Kodlangan matnni topish murakkabligini oshirish maqsadida tizimning IM ga quyidagicha talablar qo'yiladi:

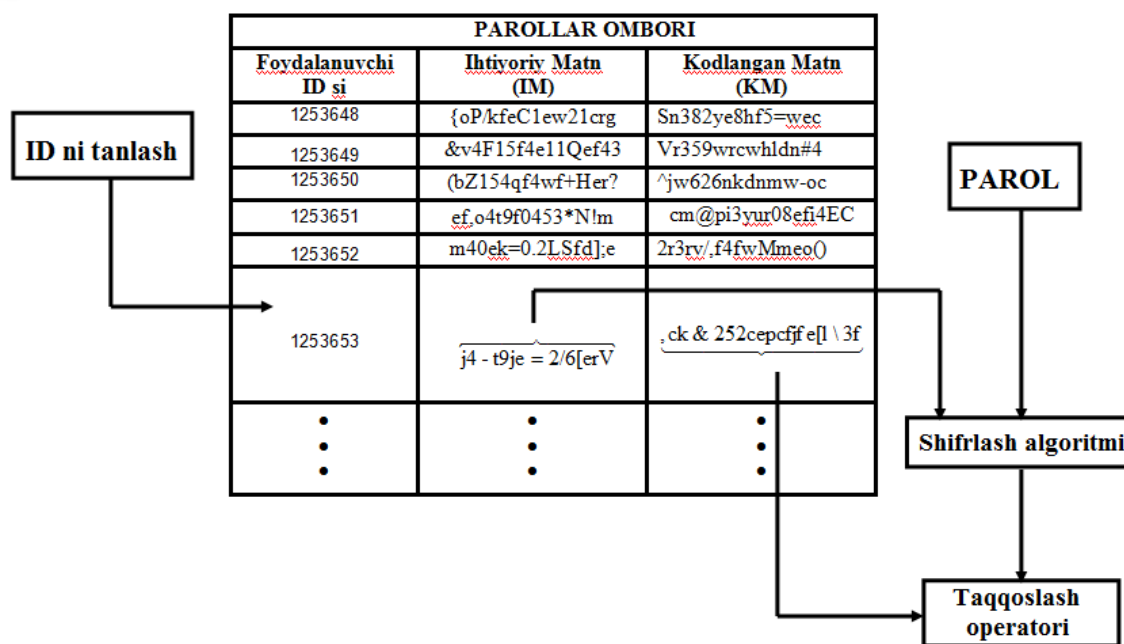
- Bir-xil parollar bo'lishini oldini oladi, ya'ni bir nechta foydalanuvchilar bir-xil parol qoyganda ham IM orqali turli-xil kodga o'zgaradi;

- Parol uzunligini ortiradi va bu parolni topilish ehtimolini pasaytiradi. Agar IM ning uzunligi 16 ga teng bo'lsa, KM ning uzunligi o'z-o'zidan 16 dan katta bo'ladi;

- Foydalanuvchilar parol qo'yishidagi kamchiliklarini tuzatadi.

Foydalanuvchi tizimga qayta kirishida, foydalanuvchi paroli dastlab parollar omboridagi IM bilan shifrlash algoritimida kodlanadi va ombordagi KM bilan taqqoslanadi. Shundan so'ng foydalanuvchiga tizimga kirishga ruxsat beriladi (2-rasm).

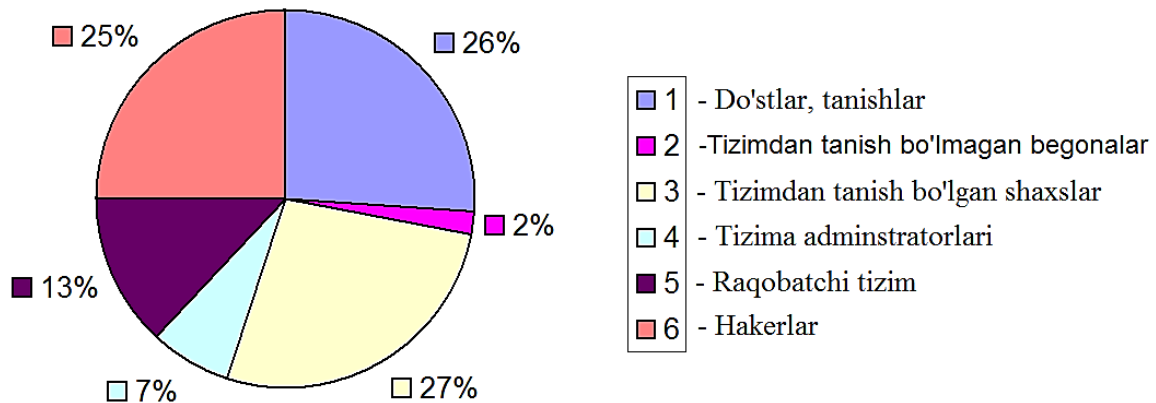
Tizim xavfsizligi mutaxassis dasturchilar, tizim administratorlari tomonidan mustahkamlangandan so'ng muammo foydalanuvchi parolida qoladi. Agar foydalanuvchi o'z parolini birovga oshkor qilsa yoki topilishi oson bo'lgan parol qoysa, tizimga ruxsatsiz kiruvchilar hosil bo'ladi. Buning natijasida ma'lumotlar omborining yaxlitligi buziladi va tizimning xafsizligi buziladi.



2-rasm: Foydalanuvchi parolini tasdiqlash



Tizimda ruxsatsiz, foydalanuvchilar parolini bilgan holda kimlar kirishi mumkinligi haqida quyidagi statistik ma'lumot keltiramiz (3-rasm):



3-rasm. Foydalanuvchi paroli orqali tizimga ruxsatsiz kiruvchilar

Albatta, harf, raqam va maxsus belgilardan mukammal tuzilgan sakkiz belgili parol doimiy xafsizlik garovi bo'la olmaydi. Kompyuter texnologiyalarning tez rivojlanib borishi, ularning ishlash tezligi oshgan holda millionlab vazifalarni bir soniyada bajarishi ehtimoldan xoli emas. Ammo bu ma'lum bir vaqt talab etadi. Shuning uchun parolni tez-tez yangilab turish maqsadga muvofiq.

Misol sifatida elektron bank tizimini olaylik. Juda ko'p rivojlangan davlatlar bank tizimlarida, mijozlar e-banking xizmatidan foydalanish va

o'zlarining hisob sahifalariga ko'rish uchun quyidagilarni kiritishadi:

- Login – o'zgarmas, bankda dastlabki ro'yxatdan o'tishda beriladi;

- Parol – foydalanuvchi tomonidan ixtiyoriy vaqtda o'zgartirish mumkin;

- Kalit – bu bank tomonidan berilgan elektron qurilmadan kiritiluvchi sonlar;

Kalit elektron qurilmasidagi sonlar qisqa vaqt ichida (20-30 soniyada) ixtiyoriy o'zgaradi, bu o'zgarish bankning ro'yxatdan o'tqazuvchi serveridagi sonlar bilan bir-xil vaqtda va bir-xil sonlarga o'zgaradi. (4-rasm).



4-rasm. Elektron raqamli kalit

Avtomatlashtirilgan elektron tizimlarning ortib borishi foydalanuvchilarga ularga kirish parolini eslab qolish yoki havfsiz parol qo'yish muammosini olib kelmoqda.

Parol(ing. password) bu - amaliy munosabat boshlash uchun ishlatiladigan, subyektning siri hisoblanadigan identifikator. Tizimga kirish uchun klaviatura tugmalarini bosish ketma-ketligi. Parol simvollar (harflar, raqamlar, maxsus belgilar) kombinatsiyasi bo'lib, uni faqat parol egasi bilishi kerak.

Axborot xavfsizligini ta'minlash uchun foydalanuvchilarni **identifikatsiyalash, autentifikatsiyalash, avtorizatsiyalash** zarur bo'ladi.

**Identifikatsiya** – foydalanuvchini tizimga o'zini tanitish jarayoni bo'lib, unda mijozning maxsus shaxsiy kartalaridan yoki uning biometrik xususiyatlaridan foydalaniladi. Axborot xavfsizligini ta'minlash uchun shaxsning, masalan, **barmoq izi, ovoz tahlili, ko'z qorachig'i, yuz tuzilishi** va boshqa **biometrik** belgilaridan foydalaniladi.

**Autentifikatsiya** – foydalanuvchining to'g'riligi tekshiriladi va uning asosida tizimda faoliyat olib borishi mumkinligi yoki mumkin emasligi belgilanadi.

**Avtorizatsiya** – foydalanuvchiga tizim tomonidan berilgan huquqlar majmuasidir.

**Ma'lumotni ochish** – tasodifan yoki xusumatli harakatlar natijasida begona shaxsga axborotning mazmuni ruxsatsiz oshkor etishdir.

**Axborotni muhofazalash** – bu ma'lumotlarni o'g'irlash, yo'qotish, soxtalashtirish, qalbakilashtirish, ruxsatsiz foydalanish va ko'paytirishning oldini olishga yo'naltirilgan tadbirlar majmuasidir.

**Axborot xavfsizligi** – foydalanish talablari asosida ma'lumotning yashirinligi, yaxlitligi va foydalanuvchanligini ta'minlashdir.

Kompyuterning zamonaviy operatsion tizimlarida paroldan foydalanish o'rnatilgan. Parol xeshlangan holatda kompyuterning qattiq diskida saqlanadi. Parollarni taqqoslash operatsion tizim (OT) tomonidan foydalanuvchi huquqiga mos imkoniyatlar yuklangunga qadar amalga oshiriladi. Lekin, kompyuterning OTdan foydalanishda kiritiladigan foydalanuvchi parolidan tashqari, Internetda ro'yxati keltirilgan ayrim «texnologik» parollardan ham foydalanish mumkin. Ko'pgina kompyuter tizimlarida identifikator sifatida, foydalanishga ruxsat

etilgan subyektni identifikatsiyalovchi kod yozilgan yechib olinuvchi axborot tashuvchilardan foydalaniladi.

Foydalanuvchilarni identifikatsiyalashda, tasodifiy identifikatsiyalash kodlarini hosil qiluvchi – elektron jetonlardan keng foydalaniladi. Jeton – bu, harflar va raqamlarning tasodifiy ketma-ketligini (soʻzni) yaratuvchi qurilma. Bu soʻz kompyuter tizimidagi xuddi shunday soʻz bilan taxminan minutiga bir marta sinxron tarzda oʻzgartirib turiladi. Natijada, faqatgina maʼlum vaqt oraligʻida va tizimga faqatgina bir marta kirish uchun foydalanishga yaraydigan, bir martalik parol ishlab chiqariladi. Boshqa bir turdagi jeton tashqi koʻrinishiga koʻra kalkulyatorga oʻxshab ketadi. Autentifikatsiyalash jarayonida kompyuter tizimi foydalanuvchi monitoriga raqamli ketma-ketlikdan iborat soʻrov chiqaradi, foydalanuvchi ushbu soʻrovni jeton tugmalari orqali kiritadi. Bunda jeton oʻz indikatorida akslanadigan javob ketma-ketligini ishlab chiqadi va foydalanuvchi ushbu ketma-ketlikni kompyuter tizimiga kiritadi. Natijada, yana bir bor bir martalik qaytarilmaydigan parol olinadi. Jetonsiz tizimga kirishning imkoni boʻlmaydi. Jetondan foylanishdan

avval unga foydalanuvchi oʻzining shaxsiy parolini kiritishi lozim.

Atrubutivli identifikatorlardan (parollardan tashqari) ruxsat berilish va qayd qilish chogʻida foydalanilish mumkin yoki ular ish vaqti tugagunga qadar ishlatilayotgan qurilmaga doimiy ulangan holda boʻlishi shart. Qisqa vaqtga biror joyga chiqilganda ham identifikator olib qoʻyiladi va qurilmadan foydalanish blokirovka qilinadi. Bunday apparat-dasturiy vositalar nafaqat qurilmalardan foydalanishni cheklash masalalarini hal qila oladi, shu bilan birga axborotlardan noqonuniy foydalanishdan himoyalashni taʼminlaydi. Bunday qurilmalarning ishlash prinsipi qurilmaga oʻrnatilgan OT funksiyalarini kengaytirishga asoslangan.

Autentifikatsiyalash jarayoni kompyuter tizimlari bilan ruxsat etilgan subyekt orasida amalga oshiriladigan dialogni ham oʻz ichiga olishi mumkin. Ruxsat etilgan subyektga bir qator savollar beriladi, olingan javoblar tahlil qilinadi va ruxsat etilgan subyektning aslligi boʻyicha yakuniy xulosa qilinadi.

Kompyuter tizimlarining xotira qurilmalarida, odatda tizim konfiguratsiyasi haqidagi maʼlumotlar saqlanadi. Bunday maʼlumotlarga: qurilmaning (bloklarning)

turi va ularning tavsiflari, tashqi qurilmalarning soni va ulanish sabablarini o'ziga xos xususiyatlari, ish rejimlari va boshqalarni kiritish mumkin. Konfiguratsiyaning muayyan tuzilishi kompyuter tizimlarining va OTning turiga qarab aniqlanadi. Har qanday holatda ham dasturiy vositalar yordamida KT konfiguratsiyasi haqidagi ma'lumotlarni yig'ish va taqqoslashni tashkil etish mumkin. Agar kompyuter tarmoqda ishlayotgan bo'lsa, hech bo'lmaganda uni tarmoqqa ulash paytida kompyuterining konfiguratsiyasi nazoratdan o'tkaziladi. Nazoratning yanada ishonchli va tezkor usuli, qurilmaning maxsus kod – identifikatoridan foydalanish hisoblanadi. Bu kod qurilma vositalarida hosil qilinadi va xotira qurilmasida saqlanishi mumkin.

Himoyalovchi apparat-dasturiy komplekslarning ko'pchiligi maksimal sondagi himoyalash mexanizmlaridan foydalaniladi. Bu mexanizmlarga quyidagilar kiritish mumkin:

- foydalanuvchilarni identifikatsiyalash va autentifikatsiyalash;
- fayllar, papkalar, disklardan foydalanishga ruxsatni cheklash;
- dasturiy vositalar va axborotlar butunligini nazorat qilish;

- foydalanuvchi uchun funksional yopiq muhitni yaratish imkoniyati;

- OTni yuklanish jarayonini himoyalash;

- foydalanuvchi yo'qligida kompyuterni blokirovka qilish;

- ma'lumotlarni kriptografik o'zgartirish;

- hodisalarni qayd qilish;

- xotirani tozalash.

Axborotni muhofaza qilishda yetarli darajadagi yutuqlarga erishish uchun huquqiy, tashkiliy va texnik choralarni birgalikda amalga oshirish zarur. Bu himoyalananadigan axborotning konfidentsialligi, tahdidning tasnifi va himoya vositalarining mavjudligi bilan belgilanadi. Umumiy holda xavfsizlikni ta'minlashning kompleks choralariga quyidagilarni kiritish mumkin:

- ruxsatsiz foydalanishdan kompleks himoya qilish vositalari;

- apparat-dasturiy vositalar;

- kriptografik muhofaza qilishning kompleks vositalari;

- injener-texnik tadbirlar;

- texnik kanallarni blokirovkalash kompleks vositalari;

Bu choralarning har biri boshqasini to'ldiradi, bironta usulning yo'qligi yoki yetishmasligi yetarli darajadagi himoyaning buzilishiga sabab bo'lishi mumkin.

Hozirgi kunda elektron tizimlarga kirish uchun



foydalanuvchi tomonidan katta-kichik harflar va qo'llanadigan parol tez-tez !@#\$%^&\*()\_+''?>+=< kabi belgilar yangilanib turilishi va belgilar soni birlashmasidan iborat bo'lishi sakkiztadan ko'p bo'lgan raqamlar, maqsadga muvofiqdir.

### Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Henk C.A.. van Tilborg, Sushil Jajodia. Encyclopedia of Cryptography and Security. -NY.: Springer, 2011.-P. 957-958.
2. William Stallings. Cryptography and Network Security Principles and Practices., Fifth Edition. -NY.: Pearson, 2011.-P. 769-775.
3. Zaripov N.N.. «Kompyuter grafikasi» O'quv qo'llanma – Buxoro, “Durdona”, 2020. - 202 b.
4. Zaripov N.N.. «Delphi dasturlash muhitida komponentalar bilan ishlash texnologiyalari». O'quv qo'llanma. – Buxoro, “ Durdona” nashriyoti,2020. - 128 b.
5. G'aniyev S.K., M.M. Karimov, K.A. Toshev. Axborot xafsizligi. Axborot-kommunikatsiya tizimlari xafsizligi. T.: “Aloqachi”, 2008, - 379 b.
6. Shirley Gaw, Edward W. Felten. Password Management Strategies for Online Accounts. Princeton University, 2002, -P. 25-27.
7. Carol Tice, Neil Tortorella “Freelance Business Bootcamp How to Launch, Earn, and Grow into a Well-Paid Freelancer” January 21.2015. -P 29 .
8. <https://www.freelancer.com/>

## IJTIMOY FANLAR

### TALABALARNI VATANPARVARLIK RUHIDA TARBIYALASHDA IJTIMOY INSTITUTLAR FAOLIYATINI MUVOFIQLASHTIRISH MAZMUNI

**Azimov Raxim Azimovich**

*Pedagogika va ijtimoiy fanlar  
fakulteti 70110102-Pedagogika va  
psixologiya yo'nalishi 2-bosqich  
magistranti*

**Annotatsiya.** *Mazkur maqolada talabalarni vatanparvarlik ruhida tarbiyalashda ijtimoiy institutlar faoliyatini muvofiqlashtirish mazmun-mohiyati yoritib berilgan.*

**Kalit so'zlar:** *Vatanparvarlik prinsiplari, vatan ideali, insonparvarlik prinsipi, hamkorlik prinsipi, ma'naviyat, tolerantlik, yoshlarga oid davlat siyosati.*

**Аннотация.** *В данной статье раскрывается сущность координации деятельности социальных институтов по воспитанию учащихся в духе патриотизма.*

**Ключевые слова:** *Принципы патриотизма, идеал Родины, принцип гуманизма, принцип сотрудничества, духовность, толерантность, государственная политика в отношении молодежи.*

**Abstract.** *This article describes the essence of coordinating the activities of social institutions in educating students in the spirit of patriotism.*

**Key words:** *Principles of patriotism, the ideal of the homeland, the principle of humanitarianism, the principle of cooperation, spirituality, tolerance, state policy on youth.*

Mamlakatimiz kelajagini belgilashda shijoatli, qat'iy, maqsadni aniq qo'yib, shu asosda harakat qilayotgan yoshlarning o'рни katta. Kelajak egalarining barkamol bo'lib voyaga yetishi, ilm-u fan, zamonaviy texnika va texnologiyalarni puxta egallashi, davr talablari asosida ta'lim va

tarbiya olishi uchun yetarlicha sharoitlar yaratilmoqda. Bugungi globallashuv sharoitda inson ongi va qalbini zabt etish uchun kurashlar keskin tus olayotgan bir davrda xalqaro maydonda yoshlarni har qanday xavf va tahdidlardan asrash, ularning mustaqil fikri, e'tiqodini va qat'iy

hayotiy pozitsiyasini shakllantirish eng muhim va kechiktirib bo'lmaz vazifalardan bir bo'lmoqda.

Darhaqiqat, vatanparvarlik yoshlarda fuqarolik burchi, shaxsiy mas'uliyat hissi, Vatan taqdiriga daxldorlik tuyg'usini, faol hayotiy pozitsiya va qat'iy e'tiqodini, kasbiy mahoratini shakllantiradigan qudratli vositadir. Bundan unumli foydalangan holda yoshlarimizda yot g'oyalarga qarshi mafkuraviy immunitetni shakllantirish, Onayurt taqdiri uchun mas'uliyat tuyg'usini mustahkamlash, ularni o'z kasbiga sadoqatli va har tomonlama yetuk kadrlar etib tarbiyalash bo'yicha aniq choratadbirlar ko'rishimizni taqozo qilmoqda.

Yoshlarni vatanparvarlik ruhida tarbiyalashda oliy ta'lim muassasasi hamda jamoat tashkilotlarining hamkorligini tashkil etish yo'nalishlari quyidagilardan iborat:

1. Yoshlarni vatanparvarlik ruhida tarbiyalash bo'yicha me'yoriy-huquqiy bazani kengaytirish va hamkorlikda maxsus uslubiy qo'llanmalar nashr etish.

2. Ta'lim muassasasida fuqarolik va vatanparvarlik ta'limining yagona mexanizmini yaratish:

3. Ta'lim muassasasi va jamoat

tashkilotlarida ma'naviy-ma'rifiy faoliyatni axloqiy-madaniy an'analar va qadriyatlar asosida mustahkamlash;

4. Respublikaning zamonaviy yutuqlarini, qahramonlar va mamlakatning yaqin tarixidagi muhim voqealarni targ'ib qilishga bag'ishlangan interfaol ta'lim dasturlarini ishlab chiqish, oliy ta'lim muassasasi va jamoat tashkilotlari hamkorligini rivojlantirishning hozirgi holatini ijobiy idrok etish imidjini shakllantirish;

5. Vatanparvarlik tarbiyasini faollashtirish (vatanparvarlik faoliyati, turli yo'nalishdagi tadbirlar, sport bayramlari, Vatan tarixining unutilmas sanalari bilan bog'liq bayramlar va boshqa shakllar);

Mamlakatimiz taraqqiyotining asosiy poydevori inson omili, uning intellektual salohiyati bilan uzviy bog'liq. Shu nuqtayi nazardan, mamlakat aholisining katta qismi zamonaviy bilim va ko'nikmalarga ega yoshlardan iborat ekanligini inobatga olgan holda, mazkur yo'nalish jamiyat taraqqiyotining barcha sohalaridagi manfaatlarini himoya qilish va kuzatilayotgan dolzarb masalalarning nazariy va amaliy jihatdan yechimini topish muhim vazifadir.

Mamlakatimiz mustaqillik

tufayli jamiyatimizning iqtisodiy, ijtimoiy-siyosiy, an'anaviy asoslarini mustahkamlashga qaratilgan aniq mexanizmlarni amalga oshirdi. Ularni davom ettirish esa biz yoshlarning qo'lida. Shu sababdan ham mavjud imkoniyatlarimizdan to'liq foydalanib, yoshlarga bo'lgan e'tiborimizni yanada kuchaytirishimiz darkor. Yoshlarni vatanparvarlik ruhida tarbiyalash bugungi kunda har birimizning asosiy ishimiz bo'lib, unga burch va ma'suliyat nuqtayi nazaridan yondoshish ma'naviy va jismoniy sog'lom avlodni shakllantirish garovidir.

**Oliy ta'lim muassasalarida talabalarni vatanparvarlik ruhida tarbiyalash jarayonida amalga oshiriladigan vazifalar quyidagilar:**

Oliy ta'limda talabalarda vatanparvarlik g'oyasini rivojlantirishga qaratilgan pedagogik vaziyatlarni yaratish, ushbu yo'nalish bo'yicha ijobiy tadbirlar shakllari va usullarini ishlab chiqish;

turli pedagogik vaziyatlarda talabalarning fuqarolik va milliy o'z-o'zini anglashini shakllantirish va rivojlantirish.

- pedagogik vaziyatlarda, hayot va faoliyatning turli sohalarida hamda

munosabatlarning butun spektrida amalga oshiriladigan vatanparvarlik yo'nalishi bo'yicha tadbirlarni shakllantirish va rivojlantirish;

- o'quv jarayonida bilimlar tizimini o'zlashtirish orqali vatanparvarlik dunyo-qarashini shakllantirish, talabalarning bilish faoliyatini rivojlantirish;

"Vatanparvarlik tadbirlarida Vatanni himoya qilish qobiliyatini va tayyorgarligini shakllantirish va rivojlantirish.

#### **Vatanparvarlik quyidagi prinsiplarga tayanadi:**

Vatanni sevish (Vatan ideali, Vatan manfaati uchun yashash qobiliyati va istagi);

Insonparvarlik prinsipi (insonning inson sifatida qadr-qimmatini, huquqlarini, maksimal hurmatini tan olish);

Hamkorlik prinsipi (hamkorlik asosida jamoa bilan ishlash, ijodiy vazifalarni bajarish, jamoada hamkorlikda ishlash ko'nikmalarini rivojlantirish);

Sog'lom turmush tarzi (barkamol avlodni tarbiyalash jarayoni);

Ma'naviyat (ma'naviy yuksaklik);

Tolerantlik;

Oliy ta'lim va jamoat tashkilotlari hamkorligidagi ta'lim.

Oliy ta'lim va jamoat tashkilotlari tomonidan talaba-



yoshlarni tarbiyalash tizimining mukammal shakllantirilishi yoshlarga oid davlat siyosatini samarali tashkil etishning ma'lum usul va vositasidir, ya'ni yoshlarni vatanparvarlik g'oyalari asosida tarbiyalash jarayonida ularning ma'naviy-ma'rifiy bilim salohiyati hamda kitobxonlik madaniyatini, "shuningdek, huquqiy savodxonligini yanada oshirishga qaratilgan "Men sevib o'qigan kitob", "Eng yaxshi kitobxon" va "Yosh huquqshunos" kabi respublika tanlovlarining tizimli tashkil etilayotgani; tadbirkorlik faoliyatini qo'llab-quvvatlash maqsadida imtiyozli kreditlar ajratilayotgani, nogironligi bo'lgan xotin-qizlarni ijtimoiy qo'llab-quvvatlash va bandligini ta'minlash maqsadida tikuv mashinalarining sovg'a qilinishi, "Yoshlar – kelajagimiz", "Har bir oila – tadbirkor" Davlat dasturlari ishlab chiqilganligi bejizga emas.

Bugungi kunda respublikamizda barcha ta'lim muassasalari hamda vazirliklar, idoralar, boshqaruv organlarida Yoshlar ittifoqining 23 mingdan ortiq boshlang'ich tashkilotlari faoliyati yo'lga qo'yilgan. Hozirgi kungacha Yoshlar ittifoqi 11mln.ga yaqin yoshlarni o'z atrofida birlashtirgan. Yoshlar tashabbusi bilan Yoshlar ittifoqi qoshida 26 ta nodavlat

notijorat tashkilotlari, jumladan;

Yoshlar siyosatini amalga oshirishda mahalla institutining o'rne ulkan bo'lib, mahalla tuzilmasi uzoq tarixdan xalqimizning urf-odatlarini e'zozlanadigan, yoshlar ma'naviy-axloqiy tarbiyasini shakllantirish, ularning ongida vatanparvarlik, insonparvarlik kabi ulug'vor fazilatlarni kamol toptirishda asosiy rol o'ynaydigan demokratik maskan sifatida e'tirof etiladi. Amalga oshirilgan demokratik islohotlar natijasida bugungi kunga kelib mahalla institutining vazifa va vakolatlari soni ortib bormoqda hamda ular orasida yosh avlodni tarbiyalash masalasi asosiy vazifalardan biri hisoblanadi.

Yoshlarga oid davlat siyosatini amalga oshirishning hozirgi kundagi eng muhim hisoblangan "oila – mahalla – ta'lim muassasasi" hamkorligini alohida qayd etish lozim. Dono xalqimiz tomonidan "Bir bolaga yetti mahalla ota-ona" degan maqol bejizga aytilmagan. Aynan "oila – mahalla – ta'lim muassasasi" hamkorligi natijasida yoshlar tarbiyasi, ta'lim olish sifati oshib, yangi imkoniyat yo'llari kengayadi. Bu borada mahalla fuqarolar yig'ini faollari-ning ta'lim muassasalari bilan hamkorlikni mustahkamlash maqsadida huquqiy asoslar takomillash-

tirib borilmoqda. Shu bilan birgalikda 2022 – yil 19 – yanvarda Yoshlar bilan ishlashning yangicha boshqaruv mexanizmlarini joriy etish, ular bilan ishlashning vertikal tizimini yaratish, yoshlar muammolarini bevosita mahallalarda hal etish, ta'lim muassasalarida ma'naviy-ma'rifiy va tarbiyaviy ishlarning samaradorligini yanada oshirish maqsadida. Har bir mahalada “Yoshlar yetakchilari” faoliyati yo'lga qo'yildi.

Talabalarni vatanparvarlik ruhida tarbiyalashda jamoat tashkilotlari (“Yoshlar ittifoqi”, kasaba uyushmasi, xotin-qizlar maslahat kengashi) tomonidan tarbiyaviy ishlarni tashkil etish jarayonida olib borildi. Tarbiyaviy ishlarni tashkil etishda ularni

yaxlitlilik, tizimlilik, uzviylik, uzluksizlik kabi tamoyillar asosida olib borish muhim va zarurdir.

Bu borada ma'ruzalar, davra suhbatlari, munozaralar, uchra-shuvlar, ommaviy axborot vositalarida chiqishlar, kitob bilan ishlash, tarixiy obidalarga sayohat kabi tarbiyaviy ishlarning samaradorligi ta'minlandi. Natijada talabalarda vatanparvarlik tarbiyasiga bo'lgan qiziqish uyg'ondi, vatanga bo'lgan muhabbat hissi shakllanayotganligi ma'lum bo'ldi, ma'naviy-axloqiy fazilatlari shakllana boshladi. Bo'sh vaqtlarida badiiy ko'rgazmalar, galereyalar, muzeylar, teatrlar, kutubxonalariga borish odat tusiga kira boshladi.

### Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Mirziyoev Sh.M. Yangi O'zbekiston strategiyasi. –Toshkent: O'zbekiston, 2021. - 278 b.
2. Abdullaeva Sh.A. Pedagogika. Bakalavrlar uchun darslik. – T.: Fan va texnologiyalar, 2015. – 288 b.
3. Avloniy, Abdulla. Turkiy guliston yohud axloq. – T.: O'qituvchi, 1992. - 160 b.
4. Davronova D.S. Oilada voyaga etmagan bolalarning ijtimoiy ongini tarbiyalash tizimini rivojlantirish. Pedagogika fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD) ilmiy darajasini olish uchun yozilgan diss. avtoref. - T., 2018, - 55 b
5. Jabborov I. O'zbek xalqi etnografiyasi.–T.: O'qituvchi, 1994.–310 b.
6. Jamoldinova O., Risqulova K. O'zbekistonda yoshlar sog'lom turmush madaniyatini shakllantirishga doir monitoringni tashkil etish mexanizmi// Yoshlar ma'naviyati va sog'lom turmush tarzi. Ilmiy maqolalar to'plami. – T., Ziyoy, 2012. –B. 110-112.

# MUNDARIJA

**Daminov M.I.** Sifatli ta'lim va fanlararo integratsiyaning ahamiyati.....3

## **PEDAGOGIKA, PSIXOLOGIYA VA METODOLOGIYA**

**Agamurodov S.I.** O'smirlik davrida yuzaga keladigan fiziologik, biologik va psixologik o'zgarishlarga ta'sir etuvchi omillar.....6

**Boboeva U.B.** Faoliyatning o'zlashtirilishi va malakalarni egallashning ijtimoiy-psixologik xususiyatlari.....11

**Davlatova D.S., Fayziyeva D.Kh.** Organizing additional clubs in elementary schools .....17

**Fayziyeva D.Kh., Yaxyayeva Sh.T.** Information technology in teaching of subjects .....22

**Ibodulloyev N.Sh.** Sinfdan tashqari o'qitish shakllari asosida o'quvchilarning kreativ sifatlarini rivojlantirish va sinfdan tashqari o'qish darslarining muhim vazifalari.....27

**Murodov U.O.** Social psychological characteristics of pre-competition emotional instability in sportsmen .....33

**Olimov T.H.** Ilmiy tadqiqot ishi bilan shug'ullanuvchilarda tadqiqot mavzusini tanlash va uning dolzarbligini asoslash ko'nikmalarini shakllantirish.....38

**Najmudinov X.G.** Kechki va sirtqi kurslarda talabalarni o'qitish sifatini oshirish vositalari .....44

## **JISMONIY TARBIYA, SPORT MASHG'ULOTLARI NAZARIYASI VA METODIKASI**

**Abdullaev M.J., Jabborov I.B.** Qisqa masofaga yuguruvchi talaba-qizlarni yillik tayyorgarlik mashg'ulotlarining tuzilishi .....55

**Abdullaev A.N.** Harbiy ta'lim muassasalari talabalarining jismoniy tayyorgarligini oshirish orqali ularda ijtimoiy-tarbiyaviy xususiyatlarni shakllantirish.....59

**Ibragimov A.K., Ozodov O.Q.** Basketbolga dastlabki o'rgatishda maxsus ishlab chiqilgan andozadan foydalanish .....65

**Fayziyev Y.Z.** Sport tadbirlarida o'quvchilar salomatligini yaxshilash uchun qo'llaniladigan o'yinlar mazmun va mohiyati .....70

**FILOLOGIYA FANLARI**

- Abuzalova M.K., Baxriyeva U.M.** Tibbiyot sohasi tilining zamonaviy tilshunoslik nuqtayi nazaridan tadqiqi..... 83
- G'aybullayeva N.I.** Zamonaviy tilshunoslikda salomatlik va kasallik kontsepti tadqiqi..... 90

**ANIQ VA TABIIY FANLAR**

- Назаров М.Р., Умедов Ш.К., Ражабов Б.Х.** Тепловая энергия и пути ее эффективного использования в тепловых машинах..... 97
- Salimova S.F., Kalandarova D.S., Karimov D.T.** Biologiya ta'limi jarayonida o'quvchilarda kompetensiyalarni shakllanishida innovatsion texnologiyalarning o'rni..... 105
- Zaripov N.N., Hasanov B.N., Protasov Y.Y.** Avtomatlashtirilgan tizimlarda foydalanuvchi parolini tanlash strategiyasi hamda himoya qilish usullari ..... 112

**IJTIMOIIY FANLAR**

- Azimov R.A.** Talabalarni vatanparvarlik ruhida tarbiyalashda ijtimoiy institutlar faoliyatini muvofiqlashtirish mazmuni..... 120





# TA'LIM TRANSFORMATSIYASI

---

## ILMIY – METODIK JURNAL

BOSH MUHARIR

pedagogika fanlari nomzodi, dotsent  
DAMINOV MIRZOHID ISLOMOVICH



Nashriyot litsenziyasi AI № 178. 08.12.2010. Original – maketdan bosishga ruxsat etildi: 12.06.2023. Bichimi 60x84<sup>1</sup>/<sub>8</sub>. Kegli 14 shponli. « Palatino Linotype» garn. Ofset bosma usulida. Ofset bosma qog'oz. Bosma tabog'i 8. Adadi 30. Buyurtma №148 .



«Sharq-Buxoro» MCHJ bosmaxonasida chop etildi.  
Buxoro shahar O'zbekiton Mustaqilligi ko'chasi, 70/2 uy.  
Tel: 0(365) 222-46-46