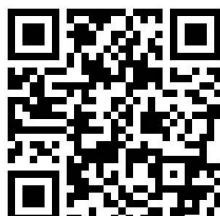


ПЕДАГОГИКА ВА ПСИХОЛОГИЯДА ИННОВАЦИЯЛАР

9 ЖИЛД, 1 СОН

ИННОВАЦИИ В ПЕДАГОГИКЕ И ПСИХОЛОГИИ
ТОМ 9, НОМЕР 1

INNOVATIONS IN PEDAGOGY AND PSYCHOLOGY
VOLUME 9, ISSUE 1



ПЕДАГОГИКА ВА ПСИХОЛОГИЯДА ИННОВАЦИЯЛАР

Бош муҳаррир:
Главный редактор:
Chief Editor:

Аскарлов Абров Давлатмирзаевич
педагогика фанлари бўйича фалсафа
доктори

Педагогика йўналиши

Бош муҳаррир:
Главный редактор:
Chief Editor:

Мухамедова Дилбар Гафурджановна
психология фанлари доктори, профессор

Психология йўналиши

ТАҲРИРИЙ МАСЛАҲАТ КЕНГАШИ

Муслимов Нарзулла Алиханович
педагогика фанлари доктори, профессор

Джораев Мухамматрасул
педагогика фанлари доктори, профессор

Тўракулов Олим Холбўтаевич
педагогика фанлари доктори

Уразова Марина Батировна
педагогика фанлари доктори

Шорена Дзамукашвили
педагогика фанлари доктори

Шорена Вахтангишвили
педагогика фанлари доктори

Cherginskaya Irina Aleksandrovna
PhD, katta o'qituvchi,

Халиков Аъзам Абдусаломович
педагогика фанлари доктори

Мушинова Рухшона Юнусовна
PhD, доцент

Джумаев Маманазар Иргашевич
педагогика фанлари номзоди, профессор

Ҳамидов Жалил Абдурасулович
педагогика фанлари доктори

Асилова Гулшан Асадовна
Педагогика фанлари доктори, доцент

Айрапетова Алёна Геннадьевна
психология фанлари доктори (DSc)

Ҳажиева Ирода Адамбаевна
филология фанлари номзоди, доцент

Азимова Насиба Эргашовна
педагогика фанлар номзоди, доцент

Ахмедова Зебинисо Азизовна
фалсафа фанлар номзоди
Зикирова Нафосат Каршибоевна
педагогика фанлар номзоди, доцент

Алибеков Сайфулла
PhD, доцент

Саломова Гули Шодимуродовна.
PhD, доцент

Page Maker | Верстка | Саҳифаловчи: Хуршид Мирзахмедов

Контакт редакций журналлов. www.tadqiqot.uz
ООО Tadqiqot город Ташкент,
улица Амира Темура пр.1, дом-2.
Web: <http://www.tadqiqot.uz/>; Email: info@tadqiqot.uz
Тел: (+998-94) 404-0000

Editorial staff of the journals of www.tadqiqot.uz
Tadqiqot LLC the city of Tashkent,
Amir Temur Street pr.1, House 2.
Web: <http://www.tadqiqot.uz/>; Email: info@tadqiqot.uz
Phone: (+998-94) 404-0000

МУНДАРИЖА | СОДЕРЖАНИЕ | CONTENT

1. Farmonov Bekzod Begmatovich Ismatova Rushana Ruiddinovna O‘ZBEK VA INGLIZ TILIDAGI REKLAMALARDA IJTIMOIIY MADANIYATNING O‘RNI: LINGVOMADANIY VA SEMIOTIK TAHLIL.....	4
2. Abdugarimova Gulchekhra Baratovna TALABALAR SALOMATLIGINI SAQLASH — INSON KAPITALI VORISIYLIGINI TA’MINLASH OMILI.....	15
3. Rashid Xashimovich Boboxo'jaev NORMATIV VA TEXNIK HUIJATLARNI TARJIMA QILISH.....	22
4. O.B. Malloeva INGLIZ TILI ŐQITUVCHILARINING MALAKA OSHIRISH SHAKLLARI VA MODELARI (UMUMIY ŐRTA TŐLIM MISOUIDA).....	30

TALABALAR SALOMATLIGINI SAQLASH — INSON KAPITALI VORISIYLIGINI TA'MINLASH OMILI

Abdukarimova G.B

Toshkent davlat transport universiteti “Ijtimoiy fanlar” kafedrası
f.f.d(RhD), dotsent.v.b.



<https://doi.org/10.5281/zenodo.18839458>

Annotatsiya. Ushbu maqolada qariyalarning salomatligini asrash – ularning faol ijtimoiy hayotda ishtirokini ta'minlash, madaniy va ma'naviy merosni kelajak avlodlarga yetkazishda hal qiluvchi omillardan biri ekanligi, insonning sog'lomligi faqat tibbiy yoki jismoniy holat bilan emas, balki uning ijtimoiy faolligi, psixologik barqarorligi, ma'naviy qanoatlanishi bilan ham o'lchanishi ta'kidlangan. Avlodlararo vorisiylik – katta avlodning bilim, tajriba, an'ana va ma'naviy qadriyatlarini keyingi avlodlarga uzatish jarayoni ekanligi xamda keksa avlod vakillarining salomatligini saqlashda jamiyat – ya'ni davlat, mahalla, fuqarolik jamiyati institutlari va keng jamoatchilikning o'rni tahlil etiladi.

Kalit so'zlar: qariyalar, salomatlik, jamiyat, ijtimoiy himoya, faol qarilik, fuqarolik jamiyati, mahalla, avlodlararo vorisiylik, keksalar.

СОХРАНЕНИЕ ЗДОРОВЬЯ СТУДЕНТОВ — ФАКТОР ОБЕСПЕЧЕНИЯ ПЕРЕДАЧИ ЧЕЛОВЕЧЕСКОГО КАПИТАЛА АБДУКАРИМОВА Г.Б.

Ташкентский государственный транспортный университет (ТДТУ),

Кафедра «Социальные науки», кандидат наук (RhD), доцент.и.о.

Аннотация. В данной статье рассматривается, что сохранение здоровья пожилых людей является одним из решающих факторов обеспечения их активного участия в общественной жизни и передачи культурного и духовного наследия будущим поколениям, а здоровье человека измеряется не только его медицинским или физическим состоянием, но и его социальной активностью, психологической устойчивостью и духовным удовлетворением. Межпоколенная преемственность — процесс передачи знаний, опыта, традиций

и духовных ценностей старшего поколения следующему поколению, анализируется роль общества, а именно государства, общества, институтов гражданского общества и широкой общественности, в сохранении здоровья старшего поколения.

Ключевые слова: пожилые люди, здоровье, общество, социальная защита, активное старение, гражданское общество, соседство, межпоколенческая преемственность, пожилые люди.

MAINTAINING STUDENT HEALTH AS A FACTOR IN ENSURING HUMAN CAPITAL TRANSFER

ABDUKARIMOVA G.B.

Tashkent State Transport University (TSTU),

Department of Social Sciences, PhD, Associate Professor, Acting

Abstract. This article examines that maintaining the health of older people is one of the decisive factors in ensuring their active participation in public life and the transfer of cultural and spiritual heritage to future generations, and human health is measured not only by its medical or physical condition, but also by its social activity, psychological stability and spiritual satisfaction. Intergenerational continuity is the process of transferring knowledge, experience, traditions and spiritual values of the older generation to the next generation, the role of society, namely the state, society, civil society institutions and the general public, in maintaining the health of the older generation is analyzed.

Keywords: older people, health, society, social protection, active ageing, civil society, neighbourhood, intergenerational continuity, older people.

Kirish

Bugungi kunda jamiyat taraqqiyoti va mehnat bozoridagi raqobat kuchayishi sharoitida yoshlar, xususan talabalar salomatligini asrash masalasi strategik ahamiyat kasb etmoqda. Talabalik davri — shaxsning kasbiy yoʻnalishi, intellektual salohiyati va ijtimoiy masʻuliyati shakllanadigan muhim bosqich boʻlib, aynan shu davrda sogʻliqni mustahkamlash va sogʻlom turmush koʻnikmalarini barqaror odatga

aylantirish kelgusidagi hayot sifati uchun poydevor vazifasini bajaradi. Shu ma'noda, talaba salomatligini saqlash faqat tibbiy masala bo'lib qolmay, ta'lim sifati, kasbiy tayyorgarlik va jamiyat barqarorligiga bevosita ta'sir ko'rsatuvchi ijtimoiy omil sifatida namoyon bo'ladi.

Talabaning sog'lomligi uning jismoniy holati bilangina cheklanmaydi. U — psixologik barqarorlik, ijtimoiy faollik, ma'naviy qanoatlanish va o'zini jamiyatda zarur deb his etish kabi ko'rsatkichlar majmuasidir. O'qish yuklamasi, imtihonlar, moslashuv jarayoni, kelajak kasbiga doir xavotirlar hamda hayot ritmining tezlashuvi talabalarning ruhiy va emotsional holatiga ta'sir qiladi. Shuning uchun ta'lim muhitida sog'lom turmush tarzini qo'llab-quvvatlash, sport va jismoniy faollikni rag'batlantirish, to'g'ri ovqatlanish madaniyatini shakllantirish, shuningdek psixologik yordam va ijtimoiy moslashuv mexanizmlarini kuchaytirish muhim yo'nalishlardan hisoblanadi.

Inson kapitali vorisiyligi deganda jamiyatning bilim, tajriba, kasbiy madaniyat va qadriyatlarni yangi avlod orqali davom ettirib borish jarayoni tushuniladi. Bu jarayonning uzluksizligi avvalo sog'lom, faol va maqsadga yo'naltirilgan yoshlarning mavjudligiga bog'liq. Agar talaba o'z salomatligiga beparvo bo'lsa, doimiy charchoq, ruhiy bosim yoki ijtimoiy chekinish holati kuchaysa, nafaqat o'qish samaradorligi pasayadi, balki kelgusida kasbiy barqarorlik va ijtimoiy mas'uliyatning shakllanishi ham sustlashadi. Aksincha, sog'lom talaba — bu bilimni tez o'zlashtiradigan, jamoa bilan hamkorlik qiladigan, yangilikka ochiq va jamiyat oldidagi vazifalarni mas'uliyat bilan bajarishga tayyor kadr demakdir.

Shu bois, talabalarning salomatligini saqlash — oliy ta'lim tizimining tarbiyaviy va ijtimoiy vazifalari bilan uzviy bog'liq bo'lgan ustuvor yo'nalishdir. U ta'lim jarayonida natijadorlikni oshiradi, kasbiy kompetensiyalar shakllanishini tezlashtiradi va eng muhimi, jamiyatning kelajak taraqqiyotini ta'minlaydigan inson kapitali vorisiyligini mustahkamlaydi.

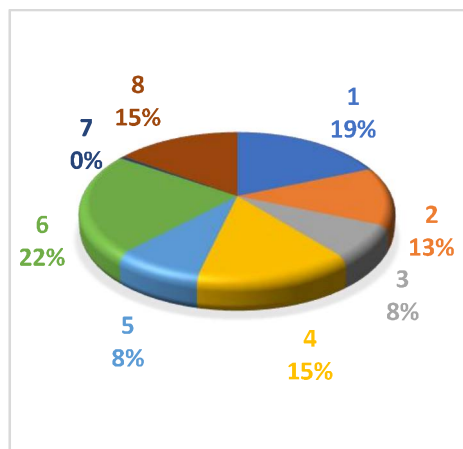
Demak, salomatlik – faqat shaxsiy ne'mat emas, balki ijtimoiy merosni saqlab qolishdagi asosiy omildir. Qarishda salomatlik tengligini oshirish ham sog'liqni

saqlashning muhim maqsadi sifatida tan olingan. Keksa odamlar orasida kuzatilgan ko‘plab sog‘liq farqlari "ijtimoiy determinantlar" natijasidir, masalan, ijtimoiy-iqtisodiy sharoitlar, yashash va mehnat sharoitlari, ta‘lim va boshqalar. Insonning tug‘ilishi, voyaga yetishi, ta‘lim-tarbiya olishi, ovqatlanishi, uxlashi, yashashi, mehnat qilishi, sog‘lig‘i va ijtimoiy g‘amxo‘rligi keksalikka kirgan insonning farovonligiga umrboqiy ta‘sir ko‘rsatadi. Sog‘liqni saqlash bo‘yicha tashabbuslarni mavjud yosh aholiga foyda keltirish uchun yo‘naltirish, hayotlari davomida sog‘lig‘ida tengsizlikka duchor bo‘lishiga qaramay, keksalikka erishganlar uchun so‘nggi nopoklik bo‘lishi mumkin.

Shu ma‘noda O‘zbekistonda qariyalarning avlodlararo vorisiyligini ta‘minlashda ularning sog‘lig‘ini asrashga alohida e‘tibor qaratilmoqda. Birinchidan reproduktiv salomtalik markazlarida qariyalarning salomatligini nazorat qilish, ularning tibbiy ko‘rikdan o‘tishi tizimli tashkil etilgan, ikkinchidan O‘zbekiston Respublikasi Nuroniy jamg‘armasi huzurida tashkil etilgan “Nuroniy” sanatoriyasida qariyalar reja asosi sog‘lig‘ini saqlash va asrash uchun tibbiy muolajalarni bepul olish imkoniyatiga ega. O‘zbekistonda qariyalarning sog‘lig‘ini asrashga yo‘nalgan tizimli profilaktikaning natijalarini aniqlash uchun sotsiologik so‘rovnoma o‘tkazilganida 609 nafar respondentlarning 131 nafari a‘lo, 217 nafari yaxshi, 143 nafari qoniqarli, 61 nafari qoniqarsiz, 57 nafari juda yomon deb javob bergan. 609 nafar respondentlarning sog‘lig‘ingizni asrash uchun qanday choralar ko‘rasizlar degan savolga 113 nafar respondent doimiy ko‘rikdan o‘tishi, 78 nafari doimiy shifokor ko‘rigidan o‘tishi, 47 nafar respondent jismoniy gimnastika mashg‘ulotlari bilan shug‘ullanishi, 89 nafar kishi sanatoriyalarda profilaktik davolanishi, 51 nafar kishi sog‘lig‘iga shikoyati yo‘qligi, 3 nafar odam sog‘lig‘iga qarashga imkoni yo‘qligini tan olgan.

Ushbu so‘rovnoma **sog‘lig‘ingizni asrash uchun qanday choralar ko‘rasizlar?** degan mavzuda o‘tkazilgan bo‘lib quyidagi rasmda ko‘rsatilgan (2-rasm)

2. Rasm.



№	Javob nomi	Soni	Foiz %
1	Doimiy ravishda ko'rikdan o'tib turaman	113	19
2	Doimiy ravishda vrach nazoratidaman	78	13
3	Badan tarbiya qilib turaman	47	8
4	Sanatoriyaga borib turaman	89	15
5	Sog'ligimdan shikoyatim yo'q, shu sababli hech nima qilmayman	51	8
6	Sog'ligimga e'tibor qaratish uchun imkoniyati yetmaydi	137	22
7	boshqa, yozing	3	0
8	j.b.q.	91	15
9	Jami	609	100%

Bu so'romnoma natijasida O'zbekiston aholisi xususan qariyalarning ijtimoiy faolligi oshganligi, ularning turmush tarzi yaxshilanganligidan dalolat beradi. Ayni paytda bu sohada qilishini lozim bo'lgan vazifalar ham ko'pligini tan olish lozim. Xususan, viloyatlarda yashayotgan qariyalarda hozirgacha doimiy shifokor ko'rigidan o'tish amaliyoti joriy etilmagan va bu reproduktiv salomatlik markazlari tomonidan muntazam nazorat qilinmaydi. Qariyalarning sanatoriyalarda dam olishini tizimli tashkil etish jarayonida ham muayyan muammolar bor va bu muammolarni O'zbekiston Respublikasi Nuroniy jamg'armasi mahallalar kesimida bartaraf etishga harakat qilmoqda.

Zero Yangi O'zbekistonda qariyalar uchun sog'liqni saqlash sohasidagi say-harakatlarning asosiy yo'nalishi sog'lom qarish, qarish va sog'liqdagi tengsizliklarni kamaytirishga o'tgan bo'lsa-da, umr ko'rish davomiyligini oshirish maqsadini unutib bo'lmaydi. Darhaqiqat, sog'liqni saqlash statistikasi odatda umr ko'rish davomiyligini uzaytirish bo'yicha erishilgan yutuqlarga e'tibor qaratadi va keyingi hayotda farovonlikka qaratilgan so'nggi e'tiborning bir qismi ana shunday yutuqlar natijasidir. Keksalarning salomatligi nafaqat tibbiy yordam, balki e'tibor, muhabbat va mehrga bog'liq. Bu omillar esa, eng avvalo, oila muhitida shakllanadi.

Kariyalarning salomatligini ta'minlashda zamonaviy tibbiyot va gerontologiya fani biopsixosotsial (jismoniy, psixologik va ijtimoiy) yondashuvni taklif etadi.

Bunda quyidagi holatlar e'tiborga olinadi:

Jismoniy omillar: keksa insonning tana holati, xronik kasalliklari, ovqatlanish tarzi.

Psixologik omillar: o'zini yolg'iz his qilmaslik, ruhiy barqarorlik, dunyoqarash.

Ijtimoiy omillar: oila a'zolari bilan munosabat, faol hayot tarzi, jamiyatga mansublik hissi.

Oila bu uchala omilning birlashuv nuqtasi sifatida xizmat qiladi.

Kariya inson mehribonlikka, gaplashishga va uning so'ziga quloq tutishga muhtoj. Unga nisbatan ko'rsatilgan e'tibor – uning hayotga bo'lgan qiziqishini tiklaydi, ruhiy holatini barqarorlashtiradi, depressiya va yolg'izlikni oldini oladi.

Oila a'zolarining qariyalarga dori-darmon yetkazib berishda yordam berishi, ularga ozuqa tayyorlashi, uy yumushlarida yordam berishi, shifokorga borish uchun hamrohlik qilishi – bular keksalarni salomatligini ta'minlashda juda muhim amaliy yordam hisoblanadi. Shuningdek oiladagi yoshlarning kariyalar bilan muloqoti – ularning o'zini kerakli his etishi, tajribasi bilan o'rtoqlashishiga zamin yaratadi. Bu esa faol hayot tarziga turtki beradi.

Oiladagi sog'lom muhit esa kariyalarning emotsional stressini kamaytiradi. Ilmiy tadqiqotlar ko'rsatmoqdaki, oilaviy munosabatlar yaxshi bo'lgan qariyalarda yurak-qon tomir kasalliklari, qandli diabet va Alsgeymer kabi xastaliklar kamroq kuzatiladi. O'zbekistonda keksa avlodga nisbatan ijtimoiy himoya va sog'liqni saqlashda jamiyatning quyidagi shakllari faol ishtirok etmoqda:

Mahalla faollari va "Keksalar maslahati" guruhlarini orqali keksa fuqarolar bilan doimiy aloqa o'rnatilmoqda.

Nuroniylar jamg'armasi yordamida sog'lomlashtirish, moddiy yordam va ma'naviy rag'batlantirish ishlari olib borilmoqda.

Fuqarolik jamiyati institutlari (NNTlar, kasaba uyushmalari) orqali kariyalar uchun treninglar, maslahat kurslari, tibbiy ko'riklar tashkil qilinmoqda.

Yoshlar bilan avlodlararo muloqot tadbirlari orqali keksa insonning ijtimoiy

faolligi ta'minlanmoqda.

O'zbekiston Respublikasi Konstitutsiyasida (46-modda) har bir insonning salomatligini saqlash va ijtimoiy yordamga bo'lgan huquqi kafolatlangan.

"Yangi O'zbekiston taraqqiyot strategiyasi"da qariyalar salomatligi, ijtimoiy himoyasi va oilada keksalarga hurmat muhitini shakllantirish asosiy vazifalardan biri etib belgilangan.

BMTning "Faol qarilik" konsepsiyasida ham oila instituti keksalarni qo'llab-quvvatlashda asosiy zveno sifatida ko'rsatiladi.

Xulosa qilib aytadigan bo'lsak qariyalarning sog'lom hayoti – faqat tibbiy muolaja orqali emas, balki oilaviy muhitdagi ruhiy qo'llab-quvvatlash va mehr, jamiyatda katta avlod vakillariga hurmat, ularni qo'llab-quvvatlash va yaqinlik muhitini yaratish orqali ularning salomatligi va yashash sifati sezilarli ravishda oshadi.

REFERENCES

1. O'zbekiston Respublikasi Konstitutsiyasi. – Toshkent: O'zbekiston, 2023.
2. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2023-yil 11-martdagi "Keksa avlod vakillarini har tomonlama qo'llab-quvvatlash hamda ularning ijtimoiy faolligini oshirishga doir qo'shimcha chora-tadbirlar to'g'risida"gi 92-son qarori. www.lex.uz.
3. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2022-yil 28-yanvardagi "2022-2026-yillarga mo'ljallangan yangi O'zbekistonning taraqqiyot strategiyasi to'g'risida"gi 60-son farmoni. www.lex.uz.
4. O'zbekiston milliy ensiklopediyasi. – Toshkent: O'zbekiston milliy ensiklopediyasi nashriyoti, 9-tom. 2005. – 704 b.
5. Sodiqova Sh.M. Jamiyatni modernizatsiyalash jarayonida keksalarni ijtimoiy himoyalashning sotsiologik tahlili. Doktorlik dissertatsiyasi avtoreferati. –Toshkent, 2016. – B. 3.
6. N.Norqulova. "Mahalla va kariyalar o'rtasida ijtimoiy hamkorlik." – Ilmiy jurnal, Toshkent, 2023.



ISSN 2181-9513

Doi Journal 10.26739/2181-9513

ПЕДАГОГИКА ВА ПСИХОЛОГИЯДА ИННОВАЦИЯЛАР

9 ЖИЛД, 1 СОН

ИННОВАЦИИ В ПЕДАГОГИКЕ И ПСИХОЛОГИИ
ТОМ 9, НОМЕР 1

INNOVATIONS IN PEDAGOGY AND PSYCHOLOGY
VOLUME 9, ISSUE 1

Editorial staff of the journals of www.tadqiqot.uz
Tadqiqot LLC The city of Tashkent,
Amir Temur Street pr.1, House 2.
Web: <http://www.tadqiqot.uz/>; Email: info@tadqiqot.uz
Phone: (+998-94) 404-0000

Контакт редакций журналов. www.tadqiqot.uz
ООО Тадqiqот город Ташкент,
улица Амира Темура пр.1, дом-2.
Web: <http://www.tadqiqot.uz/>; Email: info@tadqiqot.uz
Тел: (+998-94) 404-0000