

БУХОРО ДАВЛАТ УНИВЕРСИТЕТИ
ҲУЗУРИДАГИ ИЛМИЙ ДАРАЖАЛАР БЕРУВЧИ
PhD.03/27.02.2020.F.72.08. РАҚАМЛИ ИЛМИЙ КЕНГАШ

УРГАНЧ ДАВЛАТ УНИВЕРСИТЕТИ

САИДНАЗАРОВ УЛУҒБЕК АХМЕДЖАНОВИЧ

**ЖИСМОНИЙ МАДАНИЯТНИНГ ИЖТИМОЙ ВА ФАЛСАФИЙ-
АНТРОПОЛОГИК ХУСУСИЯТЛАРИ**

09.00.04 – Ижтимоий фалсафа

**Фалсафа фанлари бўйича фалсафа доктори (PhD) диссертацияси
АВТОРЕФЕРАТИ**

УДК: 796:101.1:316(575.1)

**Фалсафа фанлари бўйича фалсафа доктори (PhD) диссертацияси
автореферати мундарижаси**

**Оглавление автореферата диссертации доктора философии
(PhD) по философским наукам**

**Contents of dissertation abstract of doctor of philosophy
(PhD) on philosophical sciences**

Саидназаров Улуғбек Ахмеджанович Жисмоний маданиятнинг ижтимоий ва фалсафий-антропологик хусусиятлари.....	3
Саидназаров Улуғбек Ахмеджанович Социальные и философско-антропологические особенности физической культуры	23
Saidnazarov Ulugbek Akhmedzhanovich Social and philosophical-anthropological features of physical culture.....	43
Эълон қилинган ишлар рўйхати Список опубликованных работ List of published works.....	48

БУХОРО ДАВЛАТ УНИВЕРСИТЕТИ
ҲУЗУРИДАГИ ИЛМИЙ ДАРАЖАЛАР БЕРУВЧИ
PhD.03/27.02.2020.F.72.08. РАҚАМЛИ ИЛМИЙ КЕНГАШ

УРГАНЧ ДАВЛАТ УНИВЕРСИТЕТИ

САИДНАЗАРОВ УЛУҒБЕК АХМЕДЖАНОВИЧ

**ЖИСМОНИЙ МАДАНИЯТНИНГ ИЖТИМОЙ ВА ФАЛСАФИЙ-
АНТРОПОЛОГИК ХУСУСИЯТЛАРИ**

09.00.04 – Ижтимоий фалсафа

**Фалсафа фанлари бўйича фалсафа доктори (PhD) диссертацияси
АВТОРЕФЕРАТИ**

Фалсафа доктори (PhD) диссертацияси мавзуси Ўзбекистон Республикаси Вазирлар Маҳкамаси ҳузуридаги Олий аттестация комиссиясида B2022.1.PhD/Fal696 рақам билан рўйхатга олинган.

Диссертация Урганч давлат университетида бажарилган.

Диссертация автореферати уч тилда (ўзбек, рус, инглиз (резюме)) Илмий кенгашнинг веб-саҳифасида (www.buxdu.uz) ва “ZiyoNet” Ахборот-таълим порталида (www.ziynet.uz) жойлаштирилган.

Илмий раҳбар:

Хажиева Мақсуда Султановна
фалсафа фанлари доктори, профессор

Расмий оппонентлар:

Саломова Хакима Юсуповна
фалсафа фанлари доктори, профессор

Джўрақулов Хусан Анварович
фалсафа фанлари доктори, доцент

Етакчи ташкилот:

Навоний давлат педагогика институти

Диссертация ҳимояси Бухоро давлат университети ҳузуридаги илмий даражалар берувчи PhD.03/27.02.2020.F.72.08 рақамли Илмий кенгашнинг 2022 йил “28” декабрь соат 14⁰⁰ даги мажлисида бўлиб ўтади. (Манзил: 200114, Бухоро шаҳри, М.Иқбол кўчаси, 11-уй. Тел.: (65) 221-29-14; факс: (65) 221-57-27, e-mail: buxdu_rektor@buxdu.uz)

Диссертация билан Бухоро давлат университетининг Ахборот-ресурс марказида танишиш мумкин (235 рақами билан рўйхатга олинган). (Манзил: 200114, Бухоро шаҳри, М.Иқбол кўчаси, 11-уй. Тел.: (65) 221-25-87.)

Диссертация автореферати 2022 йил “15” декабрь кuni тарқатилди.
(2022 йил “15” декабрь даги 40 рақамли реестр баённомаси.)


Наврўзова Г. Н.
Илмий даражалар берувчи
илмий кенгаш раиси,
фалсафа фанлари доктори, профессор


Шарипов А. З.
Илмий даражалар берувчи
илмий кенгаш котиби,
фалсафа фанлари доктори, доцент


Намозов Б.Б.
Илмий даражалар берувчи
илмий кенгаш қошидаги илмий семинар раиси ўринбосари,
фалсафа фанлари доктори, доцент

КИРИШ (фалсафа доктори (PhD) диссертация аннотацияси)

Диссертация мавзусининг долзарблиги ва зарурати. Жаҳонда ахборотлашув ва фан ва технологияларнинг ривожланиши ҳамда пандемиянинг юзага келиши аҳолининг соғлиғи, жисмонан саломатлиги, соғлом ҳаёт кечириш даражаси заиф эканлигини кўрсатиб спорт билан доимий шуғулланиш, соғлом турмуш тарзини кундалик ҳаётини қоидага айлантириш заруратини тақозо этмоқда. Ижтимоий ҳаётни модернизация қилишда жисмоний, маънавий ва интеллектуал кучлардан самарали фойдаланиш, фуқаролик бурчини бажаришга тайёр баркамол шахсни вояга етказишнинг бетакрор моделлари, уларнинг фалсафий антропологик хусусиятлари муҳим рол ўйнайди. Шу сабабли жисмоний маданиятнинг универсал феномен сифатида шаклланиши, жамият, инсон ҳаётида тутган ўрни ретроспектив ва фалсафий антропологик нуқтаи назардан очиқ бериш долзарб аҳамият касб этмоқда.

Жаҳон илм-фананда, жисмоний маданиятни юксалтириш муаммолари билан шуғулланувчи илмий марказларда инсонни жисмоний чиниқтириш, саломатликни тиклаш, соғлом турмуш тарзини қарор топтириш асосида ҳар томонлама баркамол авлодни етказишга оид тадқиқотлар олиб борилмоқда. Соғлом турмуш тарзи бўйича ҳаётини кўникмаларни шакллантириш орқали ҳар бир фуқарода касалликка қарши кучли иммун тизими пайдо бўлишини таъминлаш ҳамда жисмоний тарбияни инсоннинг ҳар томонлама ривожланиши ва тарбияланиши, иш қобилиятини ошишининг муҳим омили сифатида асослаш долзарб бўлиб қолмоқда. Айниқса, жисмоний маданиятнинг генезисини, инсон организмнинг филогенетик ва физиологик ривожланиши босқичларига мувофиқ келишини, ижтимоий фаоллик билан диалектик алоқадорлигини тадқиқ этиш зарурати ортиб бормоқда.

Мамлакатимизнинг янги тараққиёт стратегиясида жамиятда жисмоний тарбия ва спортни янада оммалаштириш долзарб вазифалар сифатида белгиланиб, спортни жадал ривожлантириш, ёшлар ўртасида соғлом турмуш тарзини тарғиб этиш масалаларига оид ислохотлар изчил олиб борилмоқда. “Бу борада жамиятда соғлом турмуш тарзини қарор топтириш, жисмоний тарбия ва спортни янада оммалаштириш муҳим ўрин тутди. Мазкур йўналишда аҳолининг кенг қатламларини спорт билан шуғулланишга ва соғлом турмуш тарзига жалб этамиз. Жисмонан соғлом авлодни тарбиялаш, спорт индустрияси ва инфратузилмасини ривожлантириш, олий спорт маҳорати соҳасида мамлакатимизнинг халқаро спорт майдонларида муносиб иштирокини таъминлашга қаратилган йирик дастурларни амалга оширамыз”¹. Бунда жисмоний тарбия ва спорт билан шуғулланишга оид илмий ва эмпирик изланишлар олиб бориш, ёшларни ҳар томонлама қўллаб-қувватлаш, уларни соғлом турмуш тарзи маданиятига ундаш, бунинг учун қулай шарт-шароитлар яратишнинг илмий асосларини ишлаб чиқиш муҳим аҳамият касб этмоқда.

¹ Мирзиёев Ш.М. Янги Ўзбекистон стратегияси. - Тошкент: “O'zbekiston”, 2021. - Б.217-218.

Ўзбекистон Республикаси Президентининг 2022 йил 28 январдаги ПФ-60-сон “2022-2026 йилларга мўлжалланган Янги Ўзбекистоннинг тараққиёт стратегияси тўғрисида”, 2017 йил 15 февралдаги ПФ-4956-сон “Маданият ва спорт соҳасида бошқарув тизимини янада такомиллаштириш чора-тадбирлари тўғрисида”, 2017 йил 5 июлдаги ПФ-5106-сон “Ёшларга оид давлат сиёсати самарадорлигини ошириш ва Ўзбекистон ёшлар иттифоқи фаолиятини қўллаб-қувватлаш тўғрисида”, 2020 йил 30 октябрдаги ПФ-6099-сон “Соғлом турмуш тарзини кенг тадбиқ этиш ва оммавий спортни янада ривожлантириш чора-тадбирлари тўғрисида” фармонлари, 2017 йил 3 июндаги ПҚ-3031-сон “Жисмоний тарбия ва оммавий спортни янада ривожлантириш чора-тадбирлари тўғрисида”, 2021 йил 16 июндаги ПҚ-5148-сон “Аҳолининг жисмоний тайёргарлик даражасини баҳолаш тизимини жорий этишнинг ташкилий чора-тадбирлари тўғрисида” 2021 йил 26 мартдаги ПҚ-5040-сон “Маънавий-маърифий ишлар тизимини тубдан такомиллаштириш чора-тадбирлари тўғрисида” қарорлари ва Вазирлар Маҳкамасининг 2019 йил 29 январдаги 65-сон “Ўзбекистонда соғлом турмуш тарзини кенг тарғиб қилиш ва аҳолини жисмоний тарбия ва оммавий спортга жалб этиш тўғрисида”, 2020 йил 19 ноябрдаги 735-сон “Аҳолининг соғлом турмуш тарзини қўллаб-қувватлаш ва жисмоний фаоллигини оширишга доир қўшимча чора-тадбирлар тўғрисида” қарорлари ҳамда соҳага оид бошқа меъёрий-ҳуқуқий ҳужжатларда белгиланган вазифаларни амалга оширишда ушбу диссертация муайян даражада хизмат қилади.

Тадқиқотнинг республика фан ва технологиялари ривожланишининг устувор йўналишларига мослиги. Тадқиқот республика фан ва технологиялари ривожланишининг I. “Ахборотлашган жамият ва демократик давлатни ижтимоий, ҳуқуқий, иқтисодий инновацион ғоялар тизимини шакллантириш ва уларни амалга ошириш йўллари” номли устувор йўналишига мувофиқ бажарилган.

Муаммонинг ўрганилганлик даражаси. Хорижий давлатларда жисмоний маданият ва инсонни саломат тарбиялашда масалалари антик даврдан бери тафаккур аҳли диққатини тортиб келади. Жисмоний маданиятнинг шахс ва жамият ҳаётидаги моҳияти, ўрни Спарта тажрибасида ўз мужассамини топгани туфайли у ханузгача маълум бир модел сифатида тилга олинади. Жисмоний маданиятнинг рационал асослари ҳақида Гиппократ ва Гален асарларида у ёки бу йўналишларда қимматли фикрлар билдирилган¹. Жисмоний маданиятнинг ижтимоий-фалсафий аҳамияти ҳақида Ф. Бэкон, Р. Декарт, А. Дистерверг, Г. Фит, Ф. Фребель, Б. Бюхер асарларини эслаш, ўринлидир². Кейинчалик инсон ва фаол саъй-ҳаракатлар, шахснинг жисмоний камолотининг айрим ижтимоий ва фалсафий-антропологик масалалари Э. Деминенко, фалсафий асосларини очиб беришга қаратилган тадқиқотлар А. Крёбер, К. Клакхон томонидан амалга оширилган. Ушбу муаммони маданиятнинг бир кўриниши сифатида М. Каган

¹ Гиппократ. О природе человека. –Москва. УРСС, 2019. ст 344; Трохачев С. Гиппократ: Этика и общая медицина. –Москва: Азбука классика, 2001; Философия здоровья.-Москва: РАН, 2001.

² Қаранг: Дистерверг А. Педагогические сочинения. - Москва: Педагогика, 1957;

таҳлилларни амалга оширган. Л. Архипова, В. Кузнецов, Б. Ашмарин жисмоний маданиятнинг педагогик асосларини, Э. Тайлор, Дж. Фрезер, А. Кroeber, F. Boas антропологик жиҳатларини, М. Мид, Н. Амизюв меҳнат билан боғлиқ хусусиятларини, И.Грец ёш билан боғлиқ хусусиятларини, Н. Бернштейн, М. Тюинайтис, Э. Шюре руҳий эътиқодий жиҳатлар билан боғлиқ хусусиятларини тадқиқ этишган¹.

МДХ тадқиқотчилари диққатини асосан жисмоний маданиятнинг психофизиологик, экологик, соғломлаштириш, таълим-тарбия, узоқ умр кўриш, соғлом турмуш тарзи билан боғлиқ жиҳатларига қаратадилар. Бу ўринда А. Солодковнинг инсон физиологиясига оид қарашларини, А. Фурмановнинг соғломлаштирувчи жисмоний маданиятга оид ғояларини Л.Матвеев, Ж.Холодовнинг спортнинг назарий ва услубий муаммоларига доир таҳлиллари муҳим аҳамият касб этади. А. Сухарев ва А. Уколовлар жисмоний тарбия билан шуғулланишнинг мотивацион йўллари, Л. Спиридонова, Л. Хей соғлом турмуш тарзини шакллантиришдаги ўрнини тадқиқ этишган².

Ўзбекистонда жисмоний маданиятнинг айрим ижтимоий-тиббий жиҳатларини Ш. Каримов, Г. Шайхова тадқиқ этишган бўлса, фалсафий-антропологик йўналишга оид тадқиқотлар Д. Норқулов, Х.Саломова, У.Ҳосил, Қ.Назаров, Р.Рўзиева, А.Эркаев, М.Хажиева томонидан амалга оширилган. М. Абдуллаев маданият тури сифатида, А. Абдуллаев назарий-методологик жиҳатлари ҳақида, А. Нормуратов, Т. Усмонхўжаев миллий кадриятлар туркуми сифатида, Ж. Эшназаров жисмоний маданият тарихи ва

¹ Каранг: Деминенко Э. С. Философское о смысле здоровья человека в техногенном мире. Философия здоровья. Москва: Институт философии. РАН, 2001. С 175-196; Noland Mes. Danner F, The Neasurement of Physical activity in Yound Children/ Research guarlety for Exercise and sport, 1990/vol.61; Lindemann M. Medicicene and Society in Early M adern Europe.-Cambrige, UP, 1999.; Крёбер А., Клакхон К. Культура: образ концепций и определений - Москва: Мысль, 1964; Каган М.С. Философия культуры. Становление и развитие.- Санкт Петербург, Лань, 1997; Кузнецов В.С. Методика обучения основным видам движений на уроках физической культуры в школе. - Москва: Владос, 2002; Ашмарин Б.А. Педагогика физической культуры. Учебное пособие.-СПб, ЛГОУ, 1999; Архипова Л.А. Методика преподавания физической культуры в начальной школе. Учебное пособие. -Тюмень, ТГУ, 2013. С. 14-15.; Boas F. General anthropology. - Boston; New York; London, 1938; Kroeber A.L. Anthropology. New ed. -New York, 1948; Фрезер Дж. Золотая ветвь. - Москва: Политиздат, 1982; Тайлор Э. Первобытная культура. - Москва: Изд. полит. литературы, 1989; Философская антропология.- Санкт Петербург, “Лань”, 1996; Мид М. Культура и детство. Москва. Гл.ред.вост.лит-ры. 1989. с.108-134; Амизюв Н.Х. Труд и здоровье руководителей. Москва. Изд.дом “GEOLARMED” 2002; Грец И.А. Теоретические основы физического воспитания дошкольного, школьного возраста и студенческой молодёжи. Учебно-методическое пособие. - Смоленск: СГИФК, 2003; Бернштейн Н.А. Очерки по физиологии движений и физиологии активности. - Москва: Медицина, 1996; Шюре Э. Великие посвященные. Очерк эзотеризма религий. - Москва: СП Книга Принтшоп, 1990. С. 220-225 Тюинайтис М.Н. Физическое воспитание учащихся младших классов на основе дифференцированного подхода. Автореферат дисс...канд. пед. наук. - Волгоград, ВГУ, 2010;

² Солодков А.С. Физиология человека. Общая. Спортивная. Возрастная. Учебник. - Москва: Олимпия пресс, 2005; Фурманов А.Г. Оздоровительная физическая культура. Учебник. -Минск: Тесей, 2003; Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры. Учебник. - СПб., Лань, 2014; Холодов Ж.К. Теория и методика спорта. Учебное пособие. - Москва: “Олимпийский резерв”, 1997; Сухарев А.Г. Здоровье и физическое воспитание детей и подростков. - Москва: Медицина, 1991; Уколов А.В. Интегративная методика формирования мотивации занятия спортом учащихся младших классов в процессе физического воспитания в школе. Автореферат дисс...канд. пед. наук, - Тула: ФГБОУ ВПО “Сибирский государственный технологический университет”, 2013; Хей Л. Путь к здоровой жизни. - Москва: Изд.“Олма Пресс”, 1998. С. 24-32; Спиридонова Л.Б. Возрастные основы физкультурного образования детей и учащейся молодёжи. - Омск: СГАФК, 2003.

бошқарувга оид тадқиқотларни амалга оширганлар. В. Аминов ва Ю. Юнусова, Ў. Салимов соғлом турмуш тарзи, инсон омили билан диалектик алоқадорликда таҳлилларни амалга оширганлар¹.

Юқорида қайд этилган олимлар, тадқиқотчиларнинг илмий изланишлари, назарий хулосалари ва амалий таклифларидан мазкур тадқиқотда фойдаланган ҳолда шуни таъкидлаш керакки, ушбу тадқиқотлар жисмоний маданиятни баркамол, соғлом, ижтимоий фаол, креатив шахсларни тарбиялаш концепцияси нуктаи назаридан яхлит тадқиқот ҳисобланмайди. Шунинг учун ушбу диссертацияда жисмоний маданиятни фалсафий-антропологик ёндашув асосида тадқиқ этишга, уни инсон ва жамият ҳаётидаги ўрнини асослашга алоҳида аҳамият берилган.

Диссертация тадқиқотининг диссертация бажарилган олий таълим муассасасининг илмий-тадқиқот ишлари режалари билан боғлиқлиги. Диссертация Урганч давлат университети илмий-тадқиқот ишлари режасининг 2.4-банди “Илмий-тадқиқот фаолиятини ривожлантириш ва илмий салоҳиятини оширишга йўналтирилган комплекс чора-тадбирлар дастури” (2020-2025 йй) йўналиши доирасида бажарилган.

Тадқиқотнинг мақсади жисмоний маданиятнинг ижтимоий ва фалсафий антропологик хусусиятларини очиб бериш ва жисмонан баркамол авлодни шакллантиришдаги аҳамиятини асослашдан иборат.

Тадқиқотнинг вазибалари:

жисмоний маданиятнинг генезиси, алоҳида феномен сифатида шаклланиш хусусиятлари, жамият ва инсон тараққиётига таъсирини ретроспектив манбалар асосида тадқиқ этиш;

жисмоний маданиятнинг инсон организми филогенетик ва физиологик ривожланиши босқичларига мувофиқ келиши, саломатлик, соғлом турмуш тарзи, тетиклик, чаққонлик, ижтимоий фаоллик билан боғлиқлигини фалсафий антропологик нуктаи назардан очиб бериш;

жисмоний маданиятнинг узлуксизлик тамойили ва унинг филогенетик ва физиологик, тиббий ва этнотиббий, ижтимоий тарбиявий асосларини аниқлаш;

¹ Соғлом овқатланиш саломатлик мезони. Академик Ш.И.Каримов умумий таҳрири остида. - Тошкент: Ўзбекистон, 2015; Здоровье и физическое развитие детей и подростков. Учебно-методическое пособие. Сост. д.м. н. профессор Шайхова Г.И, ст. пр. Бахтиярова В.А., к.м.н. Азизова Ф.Л. - Тошкент:ТМА, 2010. С.13- 14; Абдуллаев М. Маданиятшунослик асослари. - Фарғона, ФДУ, 1997; Абдуллаев А. Жисмоний маданият назарияси ва методикаси. - Тошкент: Ilmiy texnika axboroty press nashriyoti, 2018. 93 б. Нормурадов А.Н. Жисмоний тарбия. - Тошкент:“Тафаккур бўстони”, 2011; Усмонхўжаев Т. 1001 миллий ўйин.- Тошкент: Фан, 2005 Эшназаров Ж. Жисмоний маданият тарихи ва бошқариш. - Тошкент: Фан ва технологиялар, 2008; Аминов В. Соғлом турмуш тарзи-инсон омилини кучайтириш гарови. - Тошкент: Медицина, 1999; Юнусова Ю.М. Теоретические основы физической культуры и спорта. - Тошкент:УзГосИФК, 2005. С.18 Салимов Ў. Жисмоний маданият назарияси ва тарихи. Ўқув қўлланма. Тошкент: ЎзДЖТИ, 1997; Ҳосил У. Одатнома. Икки жилдлик.- Т.:Ўзбекистон, 2016.; Назаров Қ. Қадриятлар тизимининг барқарорлиги ва ўзгаришлари. -Т.:1994; Рўзиева Р.Х. Урф-одат ва анъаналар – миллий қадриятларни шакллантирадиган мезон сифатида // Scientific progress, 2021, №4; Эрқаев А. Маънавиятшунослик. Икки жилдлик.- Т.: Маънавият, 2018.; Хажиева И.А. Инсон ва инсонпарварлик мутафаккирларимиз талқинида.// Образование и воспитание, 2018, №3.1; Саломова Ҳ. Ю. Меъёрнинг фалсафий моҳияти ва амалий аҳамияти – Бухоро: “Дурдона”, 2018. – 156 б.;

Янги Ўзбекистонда жисмоний маданиятни ривожлантириш концепциясининг ижтимоий ва фалсафий антропологик моҳиятини, креатив шахс ва аҳоли саломатлигига таъсирини тавсифлаш;

инсон ва жамият жисмоний маданиятини юксалтиришни моделлаштириш ва лойиҳалаштириш масалаларига оид тавсиялар ишлаб чиқишдан иборат.

Тадқиқотнинг объекти сифатида жисмоний маданиятнинг функционал белгилари, жамият ва шахс ҳаётига таъсири, замонавий жисмоний тарбия методларини, уларни инновацион усуллар билан бойитиш имкониятлари танлаб олинган.

Тадқиқотнинг предмети жисмоний маданиятнинг ижтимоий ва фалсафий-антропологик хусусиятлари ҳамда моҳиятини очиб бериш ташкил этади.

Тадқиқотнинг усуллари. Диссертацияда анализ ва синтез, тарихийлик ва мантикийлик, ретроспектив таҳлил, фанлараро дискурс, қиёсий таҳлил, кузатув, контент анализ каби илмий билиш усулларидан фойдаланилган.

Тадқиқотнинг илмий янгилиги куйидагилардан иборат:

жисмоний маданиятнинг цивилизациявий воқелик сифатидаги генезиси, алоҳида универсал феномен сифатида шаклланилиги, жамият ва инсон ҳаётида миллий қадриятларни тиклаш, қизиқиш, қобилият ва ўзига хос хусусиятларини намоён қилиш, соғлом турмуш тарзини жорий этиши ҳамда аҳоли саломатлигини тиклашда функционал ўринга эгаллиги очиб берилган;

жисмоний маданиятнинг инсон организми филогенетик ва физиологик ривожланиши босқичларига мувофиқ келиши, саломатлик, соғлом турмуш тарзи, тетиклик, чаққонлик ва ижтимоий фаоллик билан креатив фаоллик, ни умумижтимоий талабларга мувофиқ келиши, рационал асосга эга эканлиги, тарбиявий, маърифий, коммуникатив вазифаларни бажарувчи фаолият эканлигига кўра ўзаро диалектик алоқадорлиги фалсафий-антропологик асосланган;

жисмоний маданиятнинг шахс организмнинг ривожланиш босқичлари, жисмоний машқларни рационал ташкил этиш, унинг таъсирини антропометрик ўлчаш каби узлуксизлик тамойиллари аниқланиб, унинг инсон такомилли, саломатлик феномени каби тиббий ва этнотиббий, инсон организмнинг жисмоний хатти-ҳаракатларга, ташқи кучлар таъсирига ва жисмоний юкка муносабатлари каби филогенетик ва физиологик, теологик, валеологик, психологик ва маърифатни юксалтириш каби ижтимоий-тарбиявий асослари очиб берилган;

Янги Ўзбекистонда жисмоний маданиятни юксалтириш концепциясига мувофиқ миллий, халқчил спорт тизимини яратиш тажрибалари очиб берилиб, инсон ва жамият жисмоний маданиятини юксалтиришни моделлаштириш ва лойиҳалаштириш зарурати асосланган.

Тадқиқотнинг амалий натижалари:

жисмоний маданият жамият ва шахснинг ижтимоий фаол субъектлар сифатида шаклланишига таъсир этиши, уларни ҳар қандай психофизиологик

таъсирларга чидамли қилиши ҳамда жамият ривожланишини, инсонни ўз ҳаётидан, мавжудлигидан мамнун яшашини таъминлаши асослаб берилган;

жисмоний маданият жамият тараққиёти учун муҳимлиги, ҳаёт динамизмига ижтимоий-фалсафий моҳият, рационаллик бахш этиши ва шу тариқа социумда барқарор ривожланиш, соғлом фикрлашни қарор топиши аниқланган;

жисмоний маданиятнинг ижтимоий-фалсафий, антропологик хусусиятлари ўқув қўлланмалар, оммавий ахборот воситаларининг медиаконтентларини тайёрлашда, оммавий спорт тарҳиботида қаратилган тадбир ва мусобоқаларни ташкил қилишдан назарий-методологик асоси вазифасини бажарган.

Тадқиқот натижаларининг ишончлилиги тадқиқот жараёнида қўлланилган назарий қарашлар, тадқиқот усуллари ва ёндашувлар расмий манбалардан олинганлиги, нашр этилган илмий мақолалар, республика ва халқаро конференцияларда синовдан ўтказилганлиги, тадқиқот иши натижалари юзасидан берилган хулосалар, таклиф ишлаб чиқилганлиги ва тавсияларнинг амалиётда жорий этилгани, олинган натижаларнинг ваколатли ташкилотлар томонидан тасдиқлангани билан изоҳланади.

Тадқиқот натижаларининг илмий ва амалий аҳамияти. Тадқиқот натижаларининг илмий аҳамияти жисмоний маданият ва спортнинг соғлом турмуш тарзини қарор топтиришдаги ўрнини очиб беришга қаратилган илмий-тадқиқот ишларида, аҳолини жисмоний тарбия ва спорт машғулотларига жалб этиш, жисмонан бақувват, баркамол ва соғлом бўлишига, уларнинг кундалик турмуш тарзига айлантиришга, ёшларда ирода, ўз кучи ва имкониятларига ишонч каби фазилатларни мустаҳкамлаш, уларда жасорат, ватанпарварлик ва садоқат хислатларини ривожлантиришда назарий методологик асос сифатида, шунингдек, ўсиб келаётган ёш авлод томонидан соғлом турмуш тарзига амал қилиш, маънавий ва жисмоний комилликка эришиш, давлат органлари ва ташкилотларининг аҳоли саломатлигини таъминлаш борасидаги масъулияти ва ролини янада ошириш ҳамда фаолиятини баҳолаш тизимини жорий этишда фойдаланиш мумкинлиги билан белгиланади.

Тадқиқот натижаларининг амалий аҳамияти шундаки, диссертацияда баён қилинган таклифлардан соғлом турмушни жамиятда тарғиб қилувчи оила, маҳалла, таълим муассасалари, аҳоли ўртасида маданий-маърифий тадбирлар ўтказишда, ўқув қўлланмалар ва тарқатма материаллар тайёрлашда, уюшмаган ёшлар билан ишловчи фуқаролик жамияти институтлар фаолиятида, шунингдек аҳолига жисмоний маданият бўйича хизматлар кўрсатувчи муассасалар, стадионлар, бассейн ва соғломлаштириш комплекслари кундалик фаолиятида тиббий маърифий муассасаларда олиб бориладиган соғломлаштириш тадбирларида, физиологик машқлар ўтказишда ҳамда олий ва ўрта махсус таълим муассасаларида ижтимоий-гуманитар фанлардан ўтиладиган назарий ва амалий машғулотлар мазмунини такомиллаштиришда фойдаланиш мумкинлиги билан изоҳланади.

Тадқиқот натижаларининг жорий қилиниши. Жисмоний маданиятнинг ижтимоий ва фалсафий антропологик хусусиятларини, шунингдек, баркамол авлодни шакллантиришдаги аҳамиятини илмий-фалсафий тадқиқ этиш бўйича ишлаб чиқилган тавсия ва таклифлар асосида:

жисмоний маданиятнинг цивилизациявий воқелик сифатидаги генезиси, алоҳида универсал феномен сифатида шаклланганлиги, жамият ва инсон ҳаётида миллий қадриятларни тиклаш, қизиқиш, қобилият ва ўзига хос хусусиятларини намоён қилиш, соғлом турмуш тарзини жорий этиши ҳамда аҳоли саломатлигини тиклашда функционал ўринга эгаллигига оид илмий янгилик ва таклифлардан “Болалар ва оилаларни қўллаб-қувватлаш ассоциацияси” ва Урганч давлат университети ҳамкорлигида бажарилган 03-/001-сон “Соғлом оила соғлом жамият” (2021 й) грант лойиҳаси ижросини таъминлашда фойдаланилган (Урганч давлат университетининг 2022 йил 20 июндаги 04-135/11-сон маълумотномаси). Натижада, жисмоний маданият, жамият ва шахснинг ижтимоий фаол субъектлар сифатида шаклланишига, ижтимоий барқарорликни таъминлашга мутасадди фуқаролик институтлари фаолиятини ташкил қилиш ва бошқариш тизимини такомиллаштириш, аҳолининг жисмоний маданиятини юксалишига эришишга хизмат қилган;

жисмоний маданиятнинг инсон организми филогенетик ва физиологик ривожланиши босқичларига мувофиқ келиши, саломатлик, соғлом турмуш тарзи, тетиклик, чаққонлик ва ижтимоий фаоллик билан креатив фаоллик, ни умумижтимоий талабларга мувофиқ келиши, рационал асосга эга эканлиги, тарбиявий, маърифий, коммуникатив вазифаларни бажарувчи фаолият эканлигига кўра ўзаро диалектик алоқадорлигига доир назарий умумлашмалар ва хулосалардан “Спорт ва ҳаракатли ўйинлар ўқитиш услуги” ўқув қўлланмасини тайёрлашда фойдаланилган (Ўзбекистон Республикаси Олий ва ўрта махсус таълим вазирлигининг 2021 йил 25 декабрдаги 538-сон буйруғи ва 538-018-сон нашр гувоҳномаси). Натижада, талаба-ёшларни мамлакатимиз тараққиётининг янги босқичида ташкил этилган жисмоний маданият ва фаолият йўналишлари тўғрисидаги билимларини бойитишга, ўқув вўлланманинг мазмунан янгиланиши ва такомиллашувига хизмат қилган;

жисмоний маданиятнинг шахс организмнинг ривожланиш босқичлари, жисмоний машқларни рационал ташкил этиш, унинг таъсирини антропометрик ўлчаш каби узлуксизлик тамойиллари аниқланиб, унинг инсон такомилли, саломатлик феномени каби тиббий ва этнотиббий, инсон организмнинг жисмоний хатти-ҳаракатларга, ташқи кучлар таъсирига ва жисмоний юкка муносабатлари каби филогенетик ва физиологик, теологик, валеологик, психологик ва маърифатни юксалтириш каби ижтимоий-тарбиявий асосларига доир илмий янгилик ва таклифлардан Ўзбекистон Республикаси Маҳалла ва нуронийларни қўллаб-қувватлаш вазирлигининг 2022 йилга мўлжалланган иш режаси 4.54. “Хонадон гигиенасини беш юлдузли мезон асосида баҳолаш” платформасини ҳамда ўз гигиенасини баҳолашига қараб ҳудудий харитани яратишда, 4.60. Кексалар ўртасида соғлом турмуш тарзини тарғиб қилиш, уларнинг спорт билан доимий

шуғулланишини ташкил қилиш мақсадида оммавий пиёда юриш тадбирларини ташкил қилишда, 4.69. Спорт соҳасида республика ва халқаро майдонларда ғолибликни қўлга киритган фахрий чемпионлар, спортчи-полвонларнинг ёшлар билан маҳаллаларда “Унутилмаc чемпионлар”, “Фахрий полвонлар” мавзуидаги учрашувлар ҳамда мусобақаларни ташкил этиш бандларини ижросини таъминлашда фойдаланилган (Ўзбекистон Республикаси Маҳалла ва нурунийларни қўллаб-қувватлаш вазирлигининг 2022 йил 10 июндаги 04-02/145-сон маълумотномаси). Натижада, мамлакатимиз ва ҳудудларнинг ижтимоий, маънавий-маданий ривожланиш билан боғлиқ давлат, соҳага оид ва ҳудудий дастурларини, давлат ва жамият қурилишини ислоҳ қилиш ва модернизация қилиш бўйича инновацион ғояларни ишлаб чиқиш ишларини янада такомиллаштиришга ҳамда ёшларда соғлом турмуш тарзини шакллантиришга хизмат қилган;

Янги Ўзбекистонда жисмоний маданиятни юксалтириш концепциясига мувофиқ миллий, халқчил спорт тизимини яратиш тажрибалари очиб берилиб, инсон ва жамият жисмоний маданиятини юксалтиришни моделлаштириш ва лойиҳалаштиришга доир илмий тавсиялардан Ўзбекистон Миллий телерадиокомпанияси “O‘zbekiston” телерадиоканалининг “Маданий-маърифий ва бадиий эшиттиришлар” муҳарририяти фаолиятида, 2021-2022 йилларда эфирга узатилган “Миллат ва маънавият”, “Ўзбекистон ёшлари”, “Таълим ва тараққиёт” дастурларининг сценарийларини тайёрлашда фойдаланилган. (Ўзбекистон миллий телерадиокомпанияси “O‘zbekiston” телерадиоканали давлат муассасасининг 2022 йил 2 июндаги 04-36-792-сон маълумотномаси). Натижада, фуқароларнинг соғлом турмуш тарзи ва маданияти, жисмонан ҳаёт тарзини ривожланиши, мамлакатимизнинг маънавий-маданий ҳаётни модернизация қилиш бўйича инновацион ғояларни ишлаб чиқиш ишларини янада такомиллаштиришга ҳамда ёшларда соғлом турмуш тарзини шакллантиришга хизмат қилган.

Тадқиқот натижаларининг апробацияси. Мазкур тадқиқот натижалари 9 та, жумладан, 2 та халқаро ва 7 та республика илмий-амалий анжуманларида муҳокамадан ўтказилган.

Тадқиқот натижаларининг эълон қилинганлиги. Диссертация мавзуси бўйича жами 17 та илмий иш, жумладан, Ўзбекистон Республикаси Олий аттестация комиссиясининг диссертациялар асосий илмий натижаларини чоп этиш тавсия этилган илмий нашрларда 6 та мақола (хусусан, 2 та республика ва 4 та хорижий журналларда) чоп этилган.

Диссертациянинг тузилиши ва ҳажми. Диссертация кириш, уч боб, тўққиз параграф, хулоса ва фойдаланилган адабиётлар рўйхатидан иборат. Диссертациянинг умумий ҳажми 136 бетни ташкил этади.

ДИССЕРТАЦИЯНИНГ АСОСИЙ МАЗМУНИ

Диссертациянинг “**Кириш**” қисмида тадқиқотнинг долзарблиги ва зарурати, республика фан ва технологиялари ривожланишининг устувор йўналишларига мослиги, диссертация бажарилган муассаса илмий-тадқиқот

ишлари билан боғлиқлиги, муаммонинг ўрганилганлик даражаси, тадқиқотнинг мақсади ва вазифалари, объекти, предмети ва усуллари ёритилган. Шунингдек, илмий янгилиги, амалий натижалари, тадқиқот натижаларининг ишончлилиги ва илмий-амалий аҳамияти тавсифланган.

Тадқиқотнинг биринчи боби **“Жисмоний маданият илмий ва ижтимоий-фалсафий тадқиқотлар объекти сифатида”** деб номланади. Ушбу бобда, жисмоний маданиятнинг алоҳида феномен сифатида шаклланиш генезисига назар ташланади, унинг илмий ва ижтимоий-фалсафий талқинлари ўрганилади. Жисмоний маданият умумжамиятга тааллуқли маданиятнинг таркибий қисми, у билан бирга трансформацияга учраб, ижтимоий борлиқ талабларини, инсоннинг гўзаллик, саломатлик, ўзини асраш, касалликдан эҳтиёт бўлиш каби субъектив воқеликлар билан уйғун келиши очиб берилган.

Жисмоний маданиятга таъриф беришдан аввал унинг функционал жиҳатларини ҳам очиб бериш керак, акс ҳолда таъриф тўлиқ ва объектив бўлмайди. Мутахассислар жисмоний маданият функцияларини икки гуруҳга классификация қилиб тадқиқ этишни тавсия этишади¹.

1. Ўзига хос функциялар (жисмоний тарбия; соғломлаштирувчи рекреатив функция; мусобақа беллашув функцияси);

2. Умуммаданий функциялар (маънавий тарбия; иқтисодиёт; томоша дам олиш; маърифий; коммуникатив; ахборот алмашув; норматив).

Ўзига хос функциялар жисмоний маданиятни шакллантириш жараёнидаги юки ва вазифалари умуммаданий функциялардан маълум даражада фарқ қилади. Баъзи муаллифлар жисмоний тарбияни урғу беришса, баъзилари соғломлаштириш функциясини бўрттириб кўрсатишга интилади. Бундай ёндашув кўпроқ тиббиётшунослар, физиологлар ва халқ таъбири тарафдорлари ичида кўпроқ кузатилади². Мусобақа функциясини эса спортни профессионаллашуви тарафдорлари, тарбияланувчиларни турли мусобақаларга, курашга, ким ўзига тайёрловчи мутахассислар қўллаб-қувватлашади³. Жисмоний маданиятнинг ўзига хос функциялари ундаги ички хусусиятларни ва имкониятларни ифода этади. Уларга қараб жисмоний маданият бошқа фаолият турларидан фарқланади ва қандай қилганда жисмоний хатти-ҳаракатларни рационаллаштириш мумкинлигини режалаштирилади.

Умуммаданий функциялар ўзига хос қирралари ва жиҳатлари оммавий спорт ва жисмоний тарбияга оид машқларни қўллаб-қувватловчи мутахассислар асарларида кенг ёритилган. Умуммаданий функциялар жисмоний маданиятнинг жамият ҳаёти, инсон фаолиятининг асосий йўналишлари билан кенг боғлиқлигини тасдиқлайди. Демак, жисмоний маданият инсон организмни бақувват ва чаққон, чемпион бўлишга

¹ Қаранг: Архипова Л.А. Методика преподавания физической культуры в начальной школе. Учебное пособие. -Тюмень, ТГУ, 2013. С. 13-14.

² Қаранг: Ашмарин Б.А. Педагогика физической культуры. Учебное пособие.-СПб, ЛГОУ, 1999; Ханкельдиев Ш., Абдуллаев А. ва бошқалар. Соғлом турмуш тарзининг жисмоний маданияти. Ўқув қўлланма. -Фарғона: Фарғона, 2010.

³ Қаранг: Холодов Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта. - Москва: Академия, 2003;

тайёрлаш билан чегараланиб қолмайди, у кишининг ижтимоий-маънавий оламига таъсир этиб, уни фаол яшашга тайёрлайди. Шунинг учун ҳам мутахассислар жисмоний маданиятнинг умумий тарбия жараёнларига, кишининг фаолиятига, меҳнатига, дам олиш ва ҳордиқ чиқаришига, саломатлигини мустаҳкамлаш ва соғлом турмуш тарзини шакллантиришига, ташқи психологик таъсирларга чидамли бўлишига, адаптация имкониятларига таъсир қилишини қайд этадилар. Шундай кенг ижтимоий-фалсафий ёндашув жисмоний маданиятнинг халқ, жамият ҳаётидаги ўрнини тўлароқ англашга, унинг имкониятларидан соғлом авлодни тарбиялашда самарали фойдаланиш йўллари излашга ёрдам беради. Чунки жисмоний тарбия жисмоний маданиятнинг фундаменти ҳисобланади. Мутахассислар буни “базавий хусусиятга эга компонент”, деб аташади. Унинг хусусияти шундаки, у биринчидан, инсонда ижтимоий вазифаларини, асосий фаолиятини бажариш учун зарур хатти-ҳаракатларни, кўникма ва қобилиятларни шакллантиради, иккинчидан эса, у ёки бу спорт турига профессионаллашувга ёрдам беради. Кенг ижтимоий хатти-ҳаракатлар тизимида қараганда жисмоний маданият инсонни жамият ҳаётига тайёрлайди. Жисмоний тарбия жараёнида ўзлаштириладиган фаолият турлари, норматив хатти-ҳаракатлар инсон билан жамият ўртасидаги муносабатларни рационаллаштиради, кишида адаптив хусусиятларни кучайтиради, натижада табиий биологик омилларнинг умуммаданий талаблар билан уйғунлашуви рўй беради.

Диссертант фикрича, инсоннинг жамият ва умуммаданий талабларга адаптацияси ўзидан ўзи рўй бермайди, улар маълум бир машқлар ва кўникмаларни талаб этади. Агар улар аввалига табиий биологик эҳтиёжлар таъсирида юзага келса, вақт ўтиши билан уларнинг филогенезда социал ва умуммаданий нормалар билан уйғунлашиши рўй беради. Киши филогентик ривожланишини, шаклланишини ана шу уйғунлик маҳсули, дейишимиз мумкин. Бу машқлар ва хатти-ҳаракатлар аввал оилада, кейин боғча ва мактабда анланган фаолиятга айланади. Оилада олиб бориладиган фаолият, муносабатлар, урф-одатлар ва миллий-маданий характерга эга тартиблар кишидаги илк жисмоний маданиятни шакллантиради. Оиланинг умумтарбиявий функцияси миллий-маданий талабларга мувофиқ келадиган хатти-ҳаракатларни, жисмоний машқларни, вазифаларни бажариш билан узвийдир. Махсус тадқиқотлар кўрсатадики, оила жисмоний тарбия, айниқса унинг илмий, рационал кўринишлари билан шуғулланвермайди, аксарият ота-оналар жисмоний тарбиянинг энг муҳим талабларини, қоидаларни ҳам билишмайди. Демак, оиладаги умумтарбия жараёнлари жисмоний маданият шакллари билан тўлдирилиши, бойитилиши керак. Жисмоний маданиятнинг базавий хусусияти оиладаги тарбия билан боғлиқдир. Айнан оила кишидаги жамият ва ижтимоий муносабатлар учун зарур бўлган норматив хатти-ҳаракатларни, илк фаолият турларини, жисмоний маданият ҳақида тасаввурларни шакллантиради ва шу тарзда кишини ижтимоий субъект қилиб ҳаётга тайёрлайди. Ота-оналардаги саломатлик ва жисмоний тарбия ҳақидаги махсус билим ва кўникмаларнинг етарли эмаслиги фарзандларда

жисмоний камолот ҳақида чала, гоҳо эса ғайриантропологик тасаввурларни шакллантиради.

Диссертант жисмоний маданият марказида турган инсон, унинг жисмоний камолоти масаласи оиладаги умумтарбиявий жараённинг ҳам марказида турганидагина жисмонан баркамол авлодни тарбиялаш реал воқеликка айланишини таъкидлаган. Бунгача тузган режалар, орзулар ҳаёлот маҳсуллари бўлиб қолаверади. Бобда жисмоний маданиятнинг рационал ташкил этилган махсус машқларига ҳам ўрғу берилади. Бу эса инсон олдига:

1) ўзининг жисмоний имкониятларини аниқ билиш ва шу асосда хатти-ҳаракатлар, машқлар динамикасини бошқариш;

2) ўзини, организмни махсус машқларга тайёрлаш, чиниқтириш ва уларни бажариш вазифасини кўяди.

Диссертацияда, махсус машқлар жисмоний маданиятнинг асосини ташкил этиши борасида ҳам фикр юритилган бўлиб, бу ҳатто дам олиш ва психологик чарчоқни тарқатиш, фаолият турини алмаштириш учун ўтказиладиган машқларда ҳам махсус машқлар билан боғлиқ эканлиги кўрсатилади. Тўғри, бу машқлар доим ҳам жисмоний етукликка ёки рекордларга олиб боравермаслиги мумкин. Бироқ улар, махсус машқлар сифатида, кишида маълум бир махсус сифатларни (билақлар ва кўкрак қафасларни кенгайтиради, оёқларини чаққон, тез чопадиган қилади, турникда осилишда ва айланишда моҳир қилади) шакллантиради. Демак, махсус машқлар инсон атропометриясида жисмоний етуклик белгиларини шакллантириши билан ажралиб туради. Шунинг учун ҳам жисмоний маданият билан мунтазам шуғулланган киши билан бундай машқлардан узоқ киши тез фарқланади, улар ўртасида жисмоний етуклик, гўзал қомат, бақувват мушак, чаққонлик каби сифатларда антропологияга оид белгилар дарров кўзга ташланади.

Бу белгилар жисмоний маданиятнинг инсон организмга қуйидагича таъсир этишида намоён бўлади:

юрак қон томир функцияси фаоллашади;

нафас олиш яхшиланади;

суяқлар мустаҳкамланиб, мускуллар кучли бўлади, бўғинларнинг ҳаракатчанлиги ортади;

овқатнинг яхши ҳазм бўлиши таъминланади;

айириш органларининг фаолияти яхшиланади;

асаб тизими мустаҳкамланади.

Шунинг учун ҳам жисмоний маданият, алоҳида феномен сифатида, инсоннинг бутун ҳаётида, филогенетик ва психофизиологик шаклланишида, ундаги жисмоний қувват ва фаолликнинг керакли меъёрда, даражада намоён бўлишида муҳим аҳамиятга эга. Агар жамиятга соғлом инсон ва авлод керак бўлса, ижтимоий ҳаётни ва борлиқни рационал ташкил этишга қодир онгли инсон керак бўлса, у аввало субъектларининг жисмоний маданиятини шакллантириш ҳақида қайғуради.

Диссертациянинг иккинчи боби **“Жисмоний маданиятни шакллантиришнинг узлуксизлик тамойили ва унинг филогенетик,**

физиологик, тиббий ҳамда ижтимоий-тарбиявий асослари” деб номланиб мазкур бобда жисмоний маданиятни шакллантиришнинг узлуксизлик тамойили, унинг ижтимоий, тарбиявий ва тиббий, этнотиббий асослари тадқиқ этилади.

Узлуксизлик тамойили инсон ҳаётининг бардавомлиги, организмнинг филогенетик ва физиологик ривожланиши босқичлари талаблари, тириклик эҳтиёжи маҳсули сифатида келади. Инсон ҳаётининг фундаментал қонуни ҳаракат, фаолият билан боғлиқ. Демак, инсон тирик экан жисмоний хатти-ҳаракатларга эҳтиёж сезади. Бироқ жисмоний маданият шунчаки хатти-ҳаракатлар, ҳатто ижтимоий фаолият эмас, у саломатликни мустаҳкамлашга, организмни нормал физиологик ҳолатда сақлашга қаратилган махсус, рационал ташкил этиладиган хатти-ҳаракатлар тизимидир. Ушбу хатти-ҳаракатлар филогенетик ва физиологик, тиббий ва этнотиббий, ижтимоий-тарбиявий асосларига эга, жисмоний маданиятнинг фалсафий антропологик моҳияти ана шу асосларни ўрганишни тақозо этади.

Бобда шахсда жисмоний маданиятни шакллантириш ва унинг саломатлигини мустаҳкамлашда тиббиёт комплекси (клиникалар, даволаш марказлари, фармацевтика, тез ёрдам, диагностик марказлар ва бошқалар) муҳим рол ўйнаши борасида ҳам сўз кетади. Замонавий илм-фан, тиббиёт инсоннинг жисмоний камолоти ва саломатлиги борасида катта тажриба тўплаган, илғор инновацион усулларни клиникаларга жорий этмоқда. Шахснинг жисмоний маданияти ва саломатлиги ҳам ушбу тажрибаларга таянади, уларнинг тавсияларига амал қилади. Рационал ташкил этиладиган жисмоний маданият илмий тиббиётнинг ва этнотиббий тажрибаларнинг натижаларига таянганида организмнинг филогенетик ва физиологик ривожланиш хусусиятларидан келиб чиқишни унутмайди.

Диссертацияда замонавий тиббиёт саломатликни тиклаш ва асрашнинг ранг-баранг методларига эга эканлиги ва у бугун энг қийин нарса юракни сунъий юрак билан алмаштириш, трансплантация орқали инсонни ҳаётга, ҳаракатга қайтариш имконига эга эканлиги борасида ҳам фикр баён этилади. Инсоннинг энг нозик то ХХІ асргача тиббиёт аралашшишга ботинмаган орган - миясини лазер операциялари орқали даволаши мумкин. Ҳа, мияни бутунлигича алмаштириш ёки трансплантация қилиш ҳали амалга оширилмади, аммо тиббиёт бу борада илмий экспериментлар олиб бормоқда. Агар бу илмий-тиббий изланишлар бирор ижобий натижалар берса, келгусида инсоннинг хаста миясини ҳам буткул соғ ҳолатга келтириш имкони яратилади. Бугун тиббиёт ЭКУ орқали инсон туғдириш имконига эга экан, у, шубҳасиз, келгусида инсон умрини мисли кўрилмаган даражада узайтиш технологиясини яратади. Узоқ умр кўриш эса узоқ йиллар жисмоний машқлар билан шуғулланиш, кишининг жисмоний маданияти маҳсули бўлади. Ж. Локк айтганидек, “гимнастика инсон ёшлигини узайтиради”¹. “Саломатлик ва гўзаллик мувозанати учун, - деб ёзган эди

¹ Қаранг: Мудрость здоровой образ жизни. Афоризмы, пословицы, поговорки. - Москва: Медицина, 1986. - С. 56.

Платон, - фақат фан ва санъат соҳасидаги таълим эмас, бутун умр жисмоний машқлар, гимнастика ҳам талаб этилади”¹. Замонавий тиббий қарашлар инсон саломатлигини таъминлаш учун бир қатор методларни ишлаб чиққан. Уларга асосан зарарли одатлардан, яъни тамаки чекиш, спиртли ичимликларни истеъмол қилиш, наркотик моддалар қабул қилишдан сақланиш, ҳатто улардан мутлақ воз кечиш; рационал, яъни организмда ортиқча вазн юзага келтирмайдиган тарзда овқатланиш; ҳар куни жисмоний хатти-ҳаракатлар ва меҳнат билан шуғулланиш, бунинг учун жисмоний тарбияга оид тартибни шакллантириш; организмни очик ҳаво, сувда чўмилиш, жисмоний юклар орқали чиниқтириш; психоэмоционал мувозанат яратиш орқали стрессдан сақланиш кабилар киради².

Диссертациянинг учинчи боби **“Янги Ўзбекистонда жисмоний маданиятни юксалтириш концепцияси, миллий тажрибалар, моделлаштириш ва лойихалаштириш масалалари”** деб номланади. Мазкур бобда, Янги Ўзбекистонда жисмоний маданиятни юксалтириш концепциясининг фалсафий антропологик моҳияти ва ижтимоий-тарбиявий аҳамияти тадқиқ этилган. Мустақилликка эришган Ўзбекистон ўзининг баркамол авлодни табиялаш концепциясини ишлаб чиқди, унга кўра, баркамоллик ҳам жисмоний, ҳам маънавий етуклик ифодасидир.

Диссертантнинг таъкидлашича, баркамол авлод жисмоний маданиятли инсон, унинг жисмоний етуклиги аввало ўзининг инсоний ва ижтимоий вазифаларини бажаришида, фаол хатти-ҳаракатларида, соғлом турмуш тарзи ва саломатлигидадир деб таъкидлайди. Бироқ оммавий жисмоний маданият ихтиёрий машқлар тизимидан иборат бўлгани учун уни ҳар доим ҳам рационал ташкил этиш имкони мавжуд эмас. Бу ўринда жамиятнинг жисмоний маданиятни юксалтириш концепцияси, қабул қилган норматив ҳуқуқий ҳужжатлар ва ижтимоий-тарбиявий, маърифий-тарғибий тадбирлар муҳим рол ўйнайди. Спорт соҳаси ҳам соғлом рақобатга қурилган, куч ва чакқонликни синаш, ким ўзди ва мусобақаларда қатнашиш, шахсда жисмоний маданиятнинг нозик, ички ва ҳаммага ҳам аён бўлмаган жиҳатларини билишга, англашга ёрдам беради. Оммавий спортда ҳам рақобат бор. Ҳар қандай мусобақа рақобатдир. Соғлом рақобат кимнидир эзиш, топташ, майиб қилиб, ўзининг жисмоний устунлигини намоён қилиш эмас (минг афсуски, чет эллардаги баъзи спорт турларида шу мақсад назарда тутилади), балки жисмоний тарбиядаги камчиликларни аниқлаш, спорт маҳоратини ошириш, саломатликни мустаҳкамлашда бир бирининг тажрибаларини ўрганишдир. Профессионал маҳорат ҳам куч кўрсатиб рақибни топташга эмас, балки гуманистик қадриятларга қурилиши даркор. Бу вазифа аввало тренерларга, кейин эса ҳакамларга юклатилгандир.

Бобда оммавий, халқчил спортни ривожлантиришнинг самарали механизмларидан бири субъект (тренер, педагог, жисмоний тарбия ўқитувчиси, тарбиячи)нинг фаолиятини муносиб тақдирлаш ва баҳолаш

¹ Қаранг: Мудрость здоровой образ жизни. Афоризмы, пословицы, поговорки. - Москва: Медицина, 1986. - С.57.

² Қаранг: Амосов М.А. Раздумье о здоровье. - Москва: Знание, 1982. - С. 38-41.

эканлиги ҳақида ҳам фикр юритади. Бу борада инновацион ёндашишларга эҳтиёж бўлса-да, уларни топиш, жорий этиш ва самарали механизмларга айлантириш муаммолигача қолмоқда. Масалан, субъект фаолиятини нимага қараб баҳолаш керак - шогирдларининг спортдаги ютуқлари ва рекордларига қарабми ёки аҳолининг мунтазам (номунтазам) спорт залларига, стадионлар ва томошаларга қатнашишигами? Маълумки, рекордларга ҳар доим ҳам эришиб бўлмайди, бу эса жисмоний машқлар самарасини шубҳа остига қўяди. Рекордларга эришиш профессионал спортчиларнинг вазифаси, мақсади, уларни оммавий, ихтиёрий спортга тадбиқ этиб бўлмайди. Аҳолининг спорт залларига ёки стадионга, томошаларга қатнаши маълум бир маънода субъектнинг фаолиятига бериладиган баҳо бўлиши мумкин. Агар шундай қатнаш маҳаллий аҳолида одат бўлмаса, асосий фаолияти жисмоний меҳнат бўлган қишлоқ аҳолисининг спорт залларига, стадионларга қатнашини юқори кўрсаткичга кўтариш имкони деярли йўқ. Бу тақдирда қишлоқ жойларида хизмат қилувчи жисмоний тарбия субъектларини, спорт иншоотлари самарадорлигини энг паст баҳолашга тўғри келади. Хуллас, тренерлар, педагоглар ва спорт усталарининг фаолиятини баҳолаш мезонларини яратиш кун тартибига қўйилди. Тўғри, мусобақаларда, Олимпия ва Параолимпия ўйинларида ютуқларга эришган спортчиларга умр бўйи рағбатлантириш пуллари тўлланадиган бўлди, уларнинг устозлари эса махсус мукофотланадиган тартиб жорий этилди. Шундай бўлса-да, оммавий, халқчил спорт тизими, муассасалари фаолиятини баҳолаш масаласи ҳануз очик турибди.

Жисмоний маданиятнинг ижтимоий ва фалсафий антропологик хусусиятлари инсон ва жамият тараққиётининг туб қонуниятларидан, асосий белгиларидан келиб чиқиб аниқланади. Шу сабабли уни саломатлик, соғлом турмуш тарзи, организмнинг филогенетик ва физиологик ривожини, шахснинг ижтимоий фаоллиги, жисмонан бақувват, тетик ва чаққон ўсиши кабилар синтези орқали таҳлил қилишади, ўрганишади. Антроповалеологик ва тиббий физиологик изланишлар жисмоний маданият учун бой материаллар ва зарур тавсиялар беради. Шу билан бирга, жисмоний маданият назарияси ва методикаси ҳам мавжудки, уларнинг илмий натижалари муаммони интенсив ўрганишга ёрдам беради. Қисқа қилиб айтганда, жисмоний маданиятни инсон ҳаётининг туб асослари бўлган организмнинг саломатлиги, филогенетик ва физиологик ривожланиши, танани бақувват, тетик ва чаққон қилувчи машқлар, шахснинг ижтимоий фаоллиги, мардлиги ва ватанпарварлиги кабиларсиз тасаввур этиш қийин. Жисмоний маданият ҳақида ҳар қандай қараш, фикр ана шу воқеликларга бориб тақалаверади.

ХУЛОСА

Олиб борлиган тадқиқот натижалар асосида қуйидаги илмий-назарий хулосаларга келинган:

1. Жисмоний маданият инсон организмнинг филогенетик ва физиологик ривожланишига, саломатлиги ва соғлом турмуш тарзи

талабларига мувофиқ келадиган, рационал ташкил этиладиган жисмоний машқлар тизими сифатида жамият моддий ва маънавий бойликларининг ифодасидир. Ундаги энг муҳим жиҳат рационал ташкил этилганлик, ихтиёрийлик ва оммавийликдир. Барча хатти-ҳаракатлар ҳам жисмоний маданиятга тааллуқли эмас, жисмоний машқлар организмнинг тетик, чаққон ва бақувват ривожланиши учун йўналтирилган, шу мақсадда рационал ташкил этилган хатти-ҳаракатлар тизими ҳисобланади. Ихтиёрийлик жисмоний маданиятни шахснинг қизиқиш, ҳоҳиш ва маънавий эҳтиёжлари билан боғлайди. Ихтиёрийлик оммавий спортда айниқса ёрқин намоён бўлади ва уни кўп омилларга (бўш вақт, саломатлик, физиологик, психологик, меҳнат тури ва бошқалар)га боғлиқлигини кўрсатади. Аслида рационаллик ва ихтиёрийлик ҳар доим ҳам бир бирини тақозо этадиган, бир бирини қўллаб-қувватлайдиган ёндашувлар эмас, баъзан улар бир бирини рад этиши мумкин.

2. Рационаллик жисмоний хатти-ҳаракатларни илм-фан хулосалари, ишлаб чиққан тавсиялари ва организмнинг филогенетик ва физиологик ривожланиши қонуниятларига мувофиқ ташкил этишни англатади. Бу гоҳида инжиқлик, ўта талабчанлик, менсимаслик бўлиб кўриниши мумкин, айнан ушбу талаблар ихтиёрийликка ёқавермайди. Аслида эса илм-фан хулосаларидан яхши хабардор педагог биладик, рационал ташкил этилган жисмоний хатти-ҳаракатлар маълум бир натижаларга олиб келади, организм ривожланишига ижобий таъсир этади. Ихтиёрийлик жисмоний машқлар билан шуғулланишни ёқимли, мафтункор, ҳоҳиш ва маънавий эҳтиёжларга мувофиқ қилади. Шу боис ҳам жисмоний маданиятнинг потенциал аудиторияси бутун жамият, халқдир. У билан истаган шахс шуғулланиши ва истаган пайтида уни тўхтатиши мумкин. Ихтиёрийликнинг ушбу томони жисмоний тарбияни мураккаблаштиради, унга хос рационалликка путур етказди. Моҳир педагогина ушбу жиҳатлардан хабардор юради, жисмоний маданиятни шахснинг қизиқиш ва маънавий эҳтиёжларига айлантиради.

3. Жисмоний маданият тарихи кўрсатадики, у узоқ асрлар давомида инсон фаолиятининг, турмуш тарзининг гоҳ жисмоний меҳнат, гоҳо махсус машқлар тарзидаги атрибутлари бўлиб келган. Ижтимоий ҳаётда рўй берган дифференциация, меҳнат турларининг ранг-баранглашуви, ақлий ва жисмоний меҳнатнинг фарқланиши каби омиллар жисмоний маданиятни алоҳида воқелик, универсал феномен сифатида шаклланишига таъсир этган. Замонавий жисмоний маданият назарияси ва методикаси жисмоний маданиятни алоҳида дастурлари, режалари, комплекслари ва инфратузилмалари, педагогик ва илмий захиралари мавжуд феномен сифатида эътироф этади. Унинг марказида инсон, унинг саломатлиги, кенг маънодаги ижтимоий фаоллиги туради. Жисмоний маданият фалсафий антропологик муаммо сифатида инсоннинг ижтимоий макондаги физиологик хатти-ҳаракатларини, бу хатти-ҳаракатларнинг инсон организмига ва жамият ҳаётига таъсирини ўрганади. Жисмоний маданиятнинг ушбу ижтимоий ва фалсафий антропологик хусусиятлари инсоннинг саломатликка, соғлом турмуш тарзига, бўш вақтига, ватанпарварлик ва меҳнатсеварлик каби

туйғуларга, жисмоний гўзаллик ва бақувват бўлишига муносабатларида ўз аксини топади. Фақат жисмоний хатти-ҳаракатларнинг ўзи эмас, балки инсон ва ижтимоий макон, ҳаёт, борлиқ ўртасидаги соғлом муносабатларни ўрганиш мавзуни фалсафий антропологик аҳамиятли қилади.

4. XXI асрда илм-фан, тафаккур соҳаси сифатида тез шаклланган валеология саломатлик, соғлом турмуш тарзининг назарий ва амалий асосларини ўргана бошлади. Саломатлик, соғлом турмуш тарзи эса жисмоний маданият назарияси ва методикасининг ҳам тадқиқот объектларидир. Инсонни қизиқтирадиган ва ўзига жалб этадиган жисмоний машқлар пировард натижада саломатлик ва соғлом турмуш тарзида ўз аксини топади. Аммо саломатлик, соғлом турмуш тарзи жисмоний маданиятнинг бир жиҳати холос, у валеология тавсиялари ва хулосаларига таянса-да, ўзининг хусусий муаммолари борлигини унутмайди. Бу хусусий муаммо аввало шахс организмнинг филогенетик ва физиологик ривожланиши билан боғлиқдир.

5. Жисмоний машқлар организмга, унинг нормал ўсиши, чакқон, чидамли ва гўзал шаклланишига қаратилгани билан валеологик тавсиялардан фарқланади. Куч, қувват, чакқонлик, чидамлик, тўсиқларни бартараф этишга тайёрлик, мардлик ва маълум бир ютуқларга эришиш кабилар жисмоний маданият назарда тутадиган мақсадлардан ҳисобланади. Рақобат, мусобақаларда ўз кучини, жисмоний қобилиятини синаб кўришга, ғолиб чиқишга интилиш кабилар фақат жисмоний маданиятга тааллуқлидир. Инсон жисмоний машқлар билан шуғулланганида ўзидаги кучни, тайёргарликни, орттирган тажрибани мусобақада синаб кўргиси келади. Унинг ушбу маънавий ва физиологик эҳтиёжи фақат жисмоний маданиятдагина қониқиш топиши мумкин.

6. Жисмоний маданият билан шуғулланишнинг ихтиёрийлиги узлуксизлик тамойилига баъзан қарши туради. Тажриба кўрсатадики, жисмоний маданият инсон ҳаётининг, филогенетик ва физиологик ривожланишининг барча босқичларида давом этганида ижобий натижалар беради, мураккаб ижтимоий ҳаёт муаммоларини енгиласизга шай этади, адаптацияга мойил бўлади, ижтимоий бурчларини тўла бажаради. Аммо жисмоний машқлар билан шуғулланишни узлуксиз қилиш қатор психологик, ижтимоий-ташқилий, маърифий педагогик, услубий омиллар билан боғлиқ. Улар ичида психологик омил етакчи ўринда туради.

7. Шахснинг ўзи жисмоний машқлар билан шуғулланишни ҳаёт тарзига айлантириши керак. Энг замонавий спорт иншоотлари ва воситалар ҳам кишини жисмоний маданият билан узлуксиз шуғулланишга ўргатолмайди, жисмоний тарбия шахснинг ички маънавий эҳтиёжи ва қизиқишига айланганидагина қутилган натижага етиш мумкин. Мазкур психологик омилни шакллантириш аввало шахснинг ички мотивациясига бориб тақалади. Шахс қизиқиши ва ички маънавий эҳтиёжи муҳим аҳамиятга эга, бироқ улар жисмоний маданият билан узлуксиз шуғулланишга етакловчи ягона омил эмас. Жисмоний маданиятнинг кенг қамровли, универсал феноменлиги нафақат психологик, шунингдек, педагогик, маърифий,

ижтимоий-ташқилий, иқтисодий омиллардан ҳам фойдаланишни тақозо қилади.

8. Жисмоний маданиятнинг шаклланишида тиббий ва этнотиббий омиллар устувор ўрин эгаллайди. Агар жисмоний маданиятни саломатлик фалсафаси нуқтаи назаридан тадқиқ қиладиган бўлсак, мавзу тиббиётга, тиббиётнинг инсон саломатлигини асраш ва тиклаш функцияларига бориб тақалади. Замонавий тиббиёт инсон организмга тааллуқли даволашнинг самарали усуллари ва имкониятларига эга. Трансплантация жисмоний саломатликни тиклашнинг деярли барча муаммоларини ҳал этиши мумкин. Айнан ушбу нуқтада жисмоний маданият билан тиббиёт уйғунлашади, улар бир бирларини қўллаб-қувватловчи соҳаларга айланади.

9. Жисмоний маданиятнинг организмни бақувват ва адаптацияга мойил қилиб шакллантириш хусусиятлари тиббиёт учун ҳам зарур. Тиббиётнинг, айниқса филогенетик ва физиологик ривожланишига оид хулосалари ва тавсиялари жисмоний маданият ва тарбиянинг асосий таянчи ҳисобланади, шунинг учун ҳам спорт муассасаларида тиббиёт ходимлари учун лавозимлар, иш жойлари ажратилган.

10. Жисмоний маданиятнинг илмий асослари педагогик, ижтимоий-тарбиявий жараёнлардадир. Шунинг учун жамиятда “жисмоний маданият” кўпинча “жисмоний тарбия” тушунчаси тарзида қўлланилади, ишлатилади. Жисмоний маданиятнинг ижтимоий-тарбиявий асослари инсонда саломатлик ва соғлом турмуш тарзини шакллантириш, уни узлуксиз жисмоний машқлар билан шуғулланишга ўргатишдадир. Фалсафий антропологик нуқтаи назаридан бундай тадбирлар инсонни маълум бир жисмоний қадриятлар шаклланган ижтимоий муҳитга олиб киради, ушбу муҳитдаги ҳаёт тарзи, кун тартиби, спортга муносабатлар, машғулотларни уюштириш технологияси шахс онгига, спорт ҳақидаги тасавурларига таъсир этмай қолмайди. Демак, жисмоний маданиятнинг инсон ва жамиятга тааллуқли кенг воқелик, феномен тарзида шаклланиши ижтимоий-тарбиявий омилларга бевосита боғлиқдир. Бу омиллардан рационал ва самарали фойдаланиш жисмоний маданиятнинг оммалашishi кафолатидир.

11. Аҳолининг саломатлигини таъминлаш, уни оммавий спортга жалб этиш мақсадида халқчил спорт тизимини яратиш учун энди жойлардаги муниципал бошқариш, маҳаллий ҳокимият масъул бўлади. Натижада жисмоний маданиятни моделлаштириш ва лойиҳалаштиришга бўлган талаб ошади. Жисмоний маданиятни назарий концептуал моделлаштириш ва лойиҳалаштириш борасидаги тавсияларимиз ана шу мақсадга хизмат қилади. Бизнинг фикримизча, жисмоний маданиятни моделлаштириш ва лойиҳалаштиришда уларнинг барча турларидан фойдаланиш мақсадга мувофиқдир, чунки бундай ёндашув жисмоний маданиятнинг кенг қамровли воқелик, универсал, алоҳида феноменлигига мувофиқ келади.

Тадқиқот натижаларидан келиб чиқиб амалиётга жорий этишга қаратилган қуйидагилар таклиф ва тавсиялар ишлаб чиқилган:

1. Жисмоний маданиятга оид илмий тадқиқотлар доирасини кенгайтириш зарур;

2. Жисмоний маданият ва тарбияга оид оммавий ахборот воситаларида чиқишлар, газета ва журналларда мақолалар сонини оширишга алоҳида эътибор қаратиш, бу борада махсус журнал ва рукнлар ташкил этиш;

3. Жойларда барпо этилаётган спорт майдончалари ва залларни жисмоний тарбия инструкторлари билан таъминлаш, бунда муниципал бошқариш идораларини жалб этиш;

4. Қишлоқ жойлари жисмоний маданиятни ривожлантириш учун ҳудудларни ижтимоий-маданий ривожлантириш дастурларига киритиш;

5. “Алпомиш” ва “Барчиной” номли норматив параметрларни спорт муассасалари ва тренерларидан ташқари уюшмаган спортчилар, жисмоний тарбия билан мустақил шуғулланувчилар фойдаланишларига имкон яратиш, уларни кенг тарғиб этиш мақсадга мувофиқ.

**НАУЧНЫЙ СОВЕТ PhD.03/27.02.2020.F.72.08.
ПО ПРИСУЖДЕНИЮ УЧЁНОЙ СТЕПЕНИ ПРИ
БУХАРСКОМ ГОСУДАРСТВЕННОМ УНИВЕРСИТЕТЕ**

УРГЕНЧСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ

САИДНАЗАРОВ УЛУГБЕК АХМЕДЖАНОВИЧ

**СОЦИАЛЬНЫЕ И ФИЛОСОФСКО-АНТРОПОЛОГИЧЕСКИЕ
ОСОБЕННОСТИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ**

09.00.04 – Социальная философия

**АВТОРЕФЕРАТ
диссертации доктора философии (PhD) по философским наукам**

Бухара – 2022

Тема диссертации (PhD) доктора философии (PhD) зарегистрирована Высшей аттестационной комиссией при Кабинете Министров Республики Узбекистан под номером B2022.1.PhD/Fal696.

Диссертация выполнена в Ургенчском государственном университете.

Автореферат диссертации на трёх языках (узбекский, русский и английский (резюме)) размещён на веб-странице Научного совета (www.buxdu.uz) и информационно-образовательном портале «ZiyoNet» (www.ziynet.uz).

Научный руководитель: Хажиева Максуда Султановна
доктор философских наук, профессор

Официальные оппоненты: Саломова Хакима Юсуповна
доктор философских наук, профессор
Джуракулов Хусан Анварович
доктор философских наук, доцент

Ведущая организация: Навоийский государственный педагогический институт

Защита диссертации состоится « 28 » декабрь 2022 г. в « 14⁰⁰ » часов на заседании Научного совета PhD.03/27.02.2020.F.72.08 по присуждению ученых степеней при Бухарском государственном университете. (Адрес: 200114, г. Бухара, ул. М. Икбол, 11. Тел.: (65) 221-29-14; факс: (65) 221-57-27, e-mail: buxdu_rektor@buxdu.uz)

С диссертацией можно ознакомиться в Информационно-ресурсном центре Бухарского государственного университета (зарегистрирован под № 235). (Адрес: 200114, г. Бухара, ул. М. Икбол, 11. Тел.: (65) 221-25-87.)

Автореферат диссертации разослан « 15 » декабрь 2022 года.
(Протокол реестра № 40 от 15 декабрь 2022 года.)



Наврузова Г. Н.

Председатель научного совета по присуждению учёных степеней,
доктор философских наук, профессор,

Шарипов А. З.

Учёный секретарь научного совета по присуждению учёных степеней,
доктор философских наук, доцент

Намозов Б.Б.

Заместитель председателя научного семинара при научном совете по присуждению учёных степеней,
доктор философских наук, доцент

ВВЕДЕНИЕ (аннотация диссертации доктора философии (PhD))

Актуальность и востребованность темы диссертации. Развитие информатизации и науки и техники в мире и возникновение пандемии обуславливают необходимость постоянно заниматься спортом, превратить здоровый образ жизни в правило повседневной жизни, свидетельствующее о том, что у населения слабое здоровье, физическое самочувствие, здоровый образ жизни. Важную роль в модернизации общественной жизни играет эффективное использование физических, духовных и интеллектуальных сил, уникальные модели воспитания гармоничной личности, готовой выполнять гражданский долг, их философско-антропологические характеристики. Именно поэтому становление физической культуры как универсального явления, роль, которую она занимает в жизни общества, человека, становится актуальным раскрыть с ретроспективной и философско-антропологической точки зрения.

В мировой науке, в научных центрах, занимающихся проблемами повышения физической культуры, проводятся исследования на основе физической подготовки человека, восстановления здоровья, принятия решений о здоровом образе жизни для воспитания всестороннего гармоничного поколения. Остается актуальным обеспечить возникновение сильной иммунной системы против заболевания у каждого гражданина через формирование жизненных навыков здорового образа жизни, а также обосновать физическую культуру как важный фактор всестороннего развития и воспитания человека, повышения работоспособности. Особенно возрастает необходимость изучения генезиса физической культуры, соблюдения принципов филогенетического и физиологического развития человеческого организма, диалектической вовлеченности в социальную деятельность.

В нашей республике особое внимание уделяется вопросу всемерной поддержки молодежи физически и морально, содействия достижению ею здорового возраста, приобретения современных знаний, умений и навыков, связанных со спортом и физической культурой, привития им культуры здоровый образ жизни, и создание для этого благоприятных условий. «В связи с этим важное место в обществе занимает принятие решений о здоровом образе жизни, популяризация физической культуры и спорта в дальнейшем. В этом направлении мы привлекаем широкие слои населения к занятиям спортом и ведению здорового образа жизни. Мы будем осуществлять крупные программы, направленные на воспитание физически здорового поколения, развитие спортивной индустрии и инфраструктуры, обеспечение достойного участия нашей страны на международных спортивных площадках в области высшего спортивного мастерства»¹. В то же время важно проводить научные и эмпирические исследования по физическому воспитанию и спорту, всесторонне поддерживать молодежь,

¹ Мирзиёев Ш.М. Янги Ўзбекистон стратегияси. - Тошкент: "O'zbekiston", 2021. - Б.217-218.

приобщать ее к культуре здорового образа жизни, разрабатывать научные основы для создания благоприятных условий для этого.

Данная диссертация в определенной мере служит выполнению задач намеченных в Указах Президента Республики Узбекистан №УП-60 «О стратегии развития нового Узбекистана на 2022» от 28 января 2022 года, Указах Президента Республики Узбекистан от 15 февраля 2017 года №УП-4956 «О мерах по дальнейшему совершенствованию системы управления в области культуры и спорта», №УП-5106 «О мерах по повышению эффективности государственной молодежной политики и поддержке деятельности союза молодежи Узбекистана» от 5 июля 2017 года, №УП-6099 «О мерах по широкому внедрению здорового образа жизни и дальнейшему развитию массового спорта» от 30 октября 2020 года, Постановлений Президента Республики Узбекистан №ПП-3031 «О мерах по дальнейшему развитию физической культуры и массового спорта» от 3 июня 2017 года, №ПП-5148 «Об организационных мерах по внедрению системы оценки уровня физической подготовки населения» от 16 июня 2021 года, №ПП-5040 «О мерах по коренному совершенствованию системы духовно-просветительской работы» от 26 марта 2021 года, Постановление Кабинета Министров Республики Узбекистан №65 «О широкой пропаганде здорового образа жизни и привлечении населения к физической культуре и массовому спорту в Узбекистане» от 29 января 2019 года, №735 «О дополнительных мерах по поддержке здорового образа жизни и повышению физической активности населения» и других нормативно-правовых документах.

Соответствие исследования приоритетным направлениям развития науки и технологий республики. Исследование выполнено в соответствии с приоритетным направлением развития науки и технологий Республики I. «Формирование системы инновационных идей в социальном, правовом, экономическом, в культурном и духовно-инновационном развитии информационного общества и демократического государства и пути их выполнения».

Степень изученности проблемы. В зарубежных странах вопросы физической культуры и воспитания здорового человека привлекали внимание мыслящих людей с глубокой древности. В связи с тем, что сущность, место физической культуры в жизни человека и общества нашли свое воплощение в опыте Спарты, она до сих пор упоминается как некая модель. В трудах Гиппократ и Галена о рациональных основах физической культуры были высказаны ценные мнения в том или ином направлении¹. О социально-философском значении физической культуры следует отметить работы Ф. Бэкон, Р. Декарт, А. Дистерверг, Г. Фит, Ф. Фребель, Б. Бюхер².

Дальнейшие человеческие и активные усилия, некоторые социальные и философско-антропологические вопросы физического созревания личности исследовались Э. Деминенко, исследования, направленные на раскрытие

¹ Гиппократ. О природе человека. –Москва. УРСС, 2019. ст 344; Трохачев С. Гиппократ: Этика и общая медицина. -Москва: Азбука классика, 2001; Философия здоровья.-Москва: РАН, 2001.

² См: Дистерверг А. Педагогические сочинения. - Москва: Педагогика, 1957;

философских основ проведены А. Крёбером, К. Клакхоном. Эту проблему как проявление культуры проанализировал М. Каган. Л. Архипова, В. Кузнецов, Б. Ашмарин описывают педагогические основы физической культуры, Э. Тейлор, Дж. Фрейзер, А. Кroeber, Ф. Воас антропологические аспекты, М. Мид, Н. Амизюв характеристики, связанные с трудом, И. Грец возрастными характеристиками, Н. Бернштейн, М. Тюинайтис, Э. Шюре исследовали свойства, связанные с аспектами духовной веры¹.

Исследователи СНГ сосредотачиваются в основном на аспектах физической культуры, связанных с психофизиологическими, экологическими, оздоровительными, образовательными, долголетием, здоровым образом жизни. В этом месте важное значение приобретает взгляды А. Солодкова на физиологию человека, идеи А. Фурманова о оздоровительной физической культуре, Л. Матвеева, Ю. Холодова по теоретическим и методологическим проблемам спорта. А. Сухарев и А. Уколов рассматривают мотивационные способы занятия физической культурой, Л. Спиридонова, Л. Хэй изучали роль формирования здорового образа жизни².

Некоторые социально-медицинские аспекты физической культуры в Узбекистане изучены профессором И. Каримовым, Г. Шайховой, философско-антропологические исследования осуществлены Д. Норкуловым, Х. Саломовой, У. Хосилим, К. Назаровым, Р. Рузиевой, А. Эркаевым, М. Хажиевой. М. Абдуллаев как тип культуры, А. Абдуллаев о теоретико-методологических аспектах, А. Нормуратов, Т. Усмонходжаев как

¹ См: Деминенко Э. С. Философское о смысле здоровья человека в техногенном мире. Философия здоровья. Москва: Институт философии. РАН, 2001. С 175-196; Noland Mes. Danner F, The Neasurement of Physical activity in Yound Children/ Research guarlety for Exercise and sport, 1990/vol.61; Lindemann M. Medicine and Society in Early Modernadern Europe.-Cambridge, UP, 1999.; Крёбер А., Клакхон К. Культура: образ концепций и определений - Москва: Мысль, 1964; Каган М.С. Философия культуры. Становление и развитие.- Санкт Петербург, Лань, 1997; Кузнецов В.С. Методика обучения основным видам движений на уроках физической культуры в школе. - Москва: Владос, 2002; Ашмарин Б.А. Педагогика физической культуры. Учебное пособие.-СПб, ЛГОУ, 1999; Архипова Л.А. Методика преподавания физической культуры в начальной школе. Учебное пособие. -Тюмень, ТГУ, 2013. С. 14-15.; Воас F. General anthropology. - Boston; New York; London, 1938; Kroeber A.L. Anthropology. New ed. -New York, 1948; Фрейзер Дж. Золотая ветвь. - Москва: Политиздат, 1982; Тайлор Э. Первобытная культура. - Москва: Изд. полит. литературы, 1989; Философская антропология.- Санкт Петербург, "Лань", 1996; Мид М. Культура и детство. Москва. Гл.ред.вост.лит-ры. 1989. с.108-134; Амизюв Н.Х. Труд и здоровье руководителей. Москва. Изд.дом "GEOLARMED" 2002; Грец И.А. Теоретические основы физического воспитания дошкольного, школьного возраста и студенческой молодёжи. Учебно-методическое пособие. - Смоленск: СГИФК, 2003; Бернштейн Н.А. Очерки по физиологии движений и физиологии активности. - Москва: Медицина, 1996; Шюре Э. Великие посвященные. Очерк эзотеризма религий. - Москва: СП Книга Принтшоп, 1990. С. 220-225 Тюинайтис М.Н. Физическое воспитание учащихся младших классов на основе дифференцированного подхода. Автореферат дисс...канд. пед. наук. - Волгоград, ВГУ, 2010;

² Солодков А.С. Физиология человека. Общая. Спортивная. Возрастная. Учебник. - Москва: Олимпия пресс, 2005; Фурманов А.Г. Оздоровительная физическая культура. Учебник. -Минск: Тесей, 2003; Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры. Учебник. - СПб., Лань, 2014; Холодов Ж.К. Теория и методика спорта. Учебное пособие. - Москва: "Олимпийский резерв", 1997; Сухарев А.Г. Здоровье и физическое воспитание детей и подростков. - Москва: Медицина, 1991; Уколов А.В. Интегративная методика формирования мотивации занятия спортом учащихся младших классов в процессе физического воспитания в школе. Автореферат дисс...канд. пед. наук, - Тула: ФГБОУ ВПО "Сибирский государственный технологический университет", 2013; Хей Л. Путь к здоровой жизни. - Москва: Изд."Олма Пресс", 1998. С. 24-32; Спиридонова Л.Б. Возрастные основы физкультурного образования детей и учащейся молодёжи. - Омск: СГАФК, 2003.

категория национальных ценностей, Дж. Эшназаров провели исследования по истории физической культуры и менеджмента. В. Аминов и Ю. Юнусова, У. Салимов осуществили анализы по здоровому образу жизни, диалектическому взаимодействию с человеческим фактором¹.

Используя научные исследования, теоретические выводы и практические предложения вышеупомянутых ученых-педагогов в данном исследовании, следует отметить, что эти исследования не считаются целостным исследованием с точки зрения концепции воспитания гармоничных, здоровых, социально активных, творческих личностей физической культуры. Поэтому в данной диссертации особое значение было придано изучению физической культуры на основе философско-антропологического подхода, обоснованию ее места в жизни человека и общества.

Связь диссертационного исследования с планами научно-исследовательских работ высшего учебного заведения, где выполнена диссертация. Диссертация выполнена в соответствии с пунктом 2.4 программы развития Ургенчского государственного университета на 2020-2025 годы» и в соответствии с планом научно-исследовательской работы Ургенчского государственного университета в рамках «Комплексной программы мероприятий по развитию научно-исследовательской деятельности и повышению научно-технического потенциала».

Цель исследования - выявление социальных и философско-антропологических характеристик физической культуры и обоснование ее значения в формировании физически гармоничного поколения.

Задачи исследования:

генезис физической культуры, особенности формирования как отдельного явления, исследование влияния на общество и развитие человека на основе ретроспективных источников;

раскрытие с философско-антропологической точки зрения связи физической культуры с соответствием стадий филогенетического и физиологического развития человеческого организма, здоровьем, здоровым образом жизни, бодростью, ловкостью, социальной активностью;

¹ Соғлом овқатланиш саломатлик мезони. Академик Ш.И.Каримов умумий тахрири остида. - Тошкент: Ўзбекистон, 2015; Здоровье и физическое развитие детей и подростков. Учебно-методическое пособие. Сост. д.м. н. профессор Шайхова Г.И, ст. пр. Бахтиярова В.А., к.м.н. Азизова Ф.Л. - Тошкент: ТМА, 2010. С.13- 14; Абдуллаев М. Маданиятшунослик асослари. - Фарғона, ФДУ, 1997; Абдуллаев А. Жисмоний маданият назарияси ва методикаси. - Тошкент: Ilimi texnika axboroty press nashriyoti, 2018. 93 б. Нормурадов А.Н. Жисмоний тарбия. - Тошкент:“Тафаккур бўстони”, 2011; Усмонхўжаев Т. 1001 миллий ўйин.- Тошкент: Фан, 2005 Эшназаров Ж. Жисмоний маданият тарихи ва бошқариш. - Тошкент: Фан ва технологиялар, 2008; Аминов В. Соғлом турмуш тарзи-инсон омилини кучайтириш гарови. - Тошкент: Медицина, 1999; Юнусова Ю.М. Теоретические основы физической культуры и спорта. - Тошкент:УзГосИФК, 2005. С.18 Салимов Ў. Жисмоний маданият назарияси ва тарихи. Ўқув қўлланма. Тошкент: ЎзДЖТИ, 1997; Ҳосил У. Одатнома. Икки жилдлик.- Т.:Ўзбекистон, 2016.; Назаров Қ. Қадриятлар тизимининг барқарорлиги ва ўзгаришлари. -Т.:1994; Рўзиева Р.Х. Урф-одат ва анъаналар – миллий қадриятларни шакллантирадиган мезон сифатида // Scientific progress, 2021, №4; Эрқаев А. Маънавиятшунослик. Икки жилдлик.- Т.: Маънавият, 2018.; Хажиева И.А. Инсон ва инсонпарварлик мутафаккирларимиз талқинида.// Образование и воспитание, 2018, №3.1; Саломова Ҳ. Ю. Меъёрнинг фалсафий моҳияти ва амалий аҳамияти – Бухоро: “Дурдона”, 2018. – 156 б.;

выявление принципа преемственности физической культуры и ее филогенетических, и физиологических, медицинских и этномедицинских, социально-образовательных основ;

описание социальной и философско-антропологической природы концепции развития физической культуры в Новом Узбекистане, ее влияния на здоровье творческой личности и населения;

заключается в разработке рекомендаций по вопросам моделирования и проектирования возвышения физической культуры человека и общества.

Объектом исследования выбраны функциональные признаки физической культуры, влияние на жизнь общества и личности, методы современного физического воспитания, возможности обогащения их инновационными методами.

Предметом исследования является выявление социальных и философско-антропологических особенностей и сущности физической культуры.

Методы исследования. В диссертации использовались такие методы научного познания, как анализ и синтез, историзм и логичность, ретроспективный анализ, междисциплинарный дискурс, сравнительный анализ, наблюдение, контент-анализ.

Научная новизна исследования заключается в следующем:

раскрыт генезис физической культуры как культурной реальности, ее становление как отдельного универсального явления, восстановление национальных ценностей в обществе и жизни человека, проявление интересов, способностей и особенностей, внедрение здорового образа жизни, наличие функционального места в восстановлении общественного здоровья;

философско-антропологически обоснована взаимная диалектика в соответствии с тем, что физическая культура соответствует этапам филогенетического и физиологического развития организма человека, здоровью, здоровому образу жизни, свежести, подвижности и социальной активности, творческой деятельности, соответствию обще социальным требованиям, рациональной основе, воспитательной, воспитательной, актуальность коммуникативной деятельности;

были определены такие как основы преемственности физической культуры этапов развития индивидуального организма, рациональная организация физических упражнений, антропометрическое измерение ее влияния на физическую нагрузку, раскрыты ее социально-образовательные основы, такие как эволюция человека, феномен здоровья, такой как медицинский и этнопсихологический, филогенетические и физиологические, теологические, валеологические, психологические и просветительские;

В соответствии с концепцией повышения физической культуры в новом Узбекистане раскрывается опыт создания национальной, народной спортивной системы, обоснована необходимость моделирования и проектирования возвышения физической культуры человека и общества.

Практические результаты исследования

Обосновано, что физическая культура влияет на формирование общества и личности как социально активных субъектов, делает их устойчивыми к любым психофизиологическим воздействиям, и обеспечивает развитие общества, проживание человека, довольного своей жизнью, существованием;

выявлено, что физическая культура важна для развития общества, придает динамизму жизни социально-философскую сущность, рациональность и, таким образом, определяет устойчивое развитие, здравый смысл в социуме;

социально-философские, антропологические характеристики физической культуры послужили теоретико-методологической основой при подготовке учебных пособий, медиаконтента, при организации мероприятий и соревнований, направленных на популяризацию массового спорта.

Достоверность результатов исследования теоретические взгляды, методы исследования и подходы, используемые в исследовательском процессе, объясняются тем, что они получены из официальных источников, опубликованные научные статьи, апробированы на республиканских и международных конференциях, по результатам исследовательской работы сделаны выводы, разработано предложение и внедрены рекомендации на практике, полученные результаты были подтверждены компетентными организациями.

Научная и практическая значимость результатов исследования.

Научная значимость результатов исследования заключается в исследовательских работах, направленных на выявлении места физической культуры и спорта в принятии решений о здоровом образе жизни, вовлечение населения в занятия физической культурой и спортом, обеспечение их физической силы, подтянутости и здоровья, преобразование их в повседневный образ жизни, укрепление у молодежи таких качеств, как воля, уверенность в свои возможности, это определяется тем, что его можно использовать для достижения духовного и физического совершенства, дальнейшего повышения ответственности и роли государственных органов и организаций в обеспечении здоровья населения, а также для внедрения системы оценки их деятельности.

Практическая значимость результатов исследования заключается в предложениях, изложенных в диссертации: в проведении культурно-просветительских мероприятий среди семьи, махаллей, образовательных учреждений среды населения, пропагандирующих здоровый образ жизни в обществе, в подготовке учебных пособий и раздаточных материалов, в деятельности институтов гражданского общества, работающих с неорганизованной молодежью, а также а также в оздоровительных мероприятиях, проводимых в медицинско-просветительских учреждениях, это объясняется тем, что его можно использовать для проведения физиологических упражнений и для улучшения содержания теоретических и

практических занятий по социально-гуманитарным дисциплинам в высших и средних специальных учебных заведениях.

Внедрение результатов исследования. На основе разработанных рекомендаций и предложений по научно-философскому исследованию социально-философских антропологических характеристик физической культуры, а также ее значения в формировании гармоничного поколения:

научная новизна и рекомендации по научным инновациям и предложениям по генезису физической культуры как цивилизационной реальности, ее формированию как отдельного универсального явления, восстановлению национальных ценностей в обществе и жизни человека, проявлению интересов, способностей и особенностей, внедрению здорового образа жизни и обладанию функциональным местом в восстановлении общественного здравоохранения использованы в обеспечении выполнения грантового проекта №03-/001 «Здоровая семья здоровое общество» (2021 г.) выполненного в сотрудничестве «Ассоциации поддержки детей и семей» Ургенчского государственного университета (Справка №04-135/11 Ургенчского государственного университета от 20 июня 2022 года). В результате физическая культура послужила достижению формирования общества и личности как социально активных субъектов, совершенствованию системы организации и управления деятельностью гражданских институтов, ответственных за обеспечение социальной стабильности, достижению подъема физической культуры населения;

Теоретические обобщения и выводы по диалектической связи физической культуры, взаимной диалектика в соответствии с тем, что физическая культура соответствует этапам филогенетического и физиологического развития организма человека, здоровью, здоровому образу жизни, бодрости, подвижности и социальной активности, творческой деятельности, соответствию обще-социальным требованиям, рациональной основе, воспитательной, просветительской теоретические обобщения и выводы об актуальности коммуникативной деятельности использованы при составлении учебного пособия «Методика обучения спортивно-подвижным играм» (Справка №538 Министерства высшего и средне-специального образования Республики Узбекистан от 25 декабря 2021 года и издательское Свидетельство №538-018). В результате это послужило обогащению знаний студентов о физической культуре и сферах деятельности, созданных на новом этапе развития нашей страны, обновлению и совершенствованию содержания учебных пособий;

Научная новизна и рекомендации по определению принципов преемственности физической культуры, такие как этапы развития индивидуального организма, рациональная организация физических упражнений, антропометрическое измерение ее влияния, включая ее медицинские и этнопсихологические принципы, такие как эволюция человека, феномен здоровья, научные инновации и предложения по филогенетические и физиологические, теологические, валеологические,

психологические и образовательные основы человеческого использованы в пунктах 4.54 «Пятизвездочная оценка гигиены дома» плана работы Министерства махалли и поддержки семьи на 2022 год и создание региональной карты на основе оценки личной гигиены, 4.60. Пропаганда здорового образа жизни среди пожилых людей, организация массовых прогулок с целью организации их регулярного участия в занятиях спортом, 4.69. Встречи почетных чемпионов, спортсменов, завоевавших победы на республиканских и международных аренах в области спорта с молодежью на темы «Незабываемые чемпионы», «Почетные борцы», а также использованы для обеспечения выполнения положений об организации соревнований (Справка №04-02/145 Министерства поддержки махалли и семьи Республики Узбекистан от 10 июня 2022 года). В результате это послужило дальнейшему совершенствованию разработки государственных, отраслевых и территориальных программ, связанных с социальным, духовным и культурным развитием нашей страны и территорий, инновационными идеями по реформированию и модернизации государственного и общественного строительства, а также формированию здорового образа жизни у молодежи;

В соответствии с концепцией повышения физической культуры в Новом Узбекистане были выявлены эксперименты по созданию национальной, народной спортивной системы, использованы научные рекомендации по моделированию и проектированию повышения физической культуры человека и общества в деятельности редакции Национальной телерадиокомпании Узбекистана «Культурно-просветительское и художественное вещание», в 2021-2022 годах использовался при подготовке сценариев для программ «Миллат ва маънавият», «Ўзбекистон ёшлари», «Таълим ва тараққиёт» телерадиоканала «O‘zbekiston» (Справка № 04-36-792 государственного учреждения Национальной телерадиокомпании Узбекистана от 2 июня 2022 года «O‘zbekiston»). В результате это послужило дальнейшему совершенствованию работы граждан по развитию здорового образа жизни и культуры, развитию физического образа жизни, разработке инновационных идей по модернизации духовной и культурной жизни нашей страны, а также формированию здорового образа жизни у молодежи.

Апробация результатов исследования. Результаты этого исследования были представлены и апробированы 9-ти, в том числе на 2-х международных и 7-и республиканских научных конференциях.

Опубликованность результатов исследования. Всего по теме исследования опубликовано 17 научных работ, в том числе 6 статей (4 - в республиканских и 2- в зарубежном журнале) в научных изданиях, рекомендованных к публикации основных научных результатов диссертаций Высшей аттестационной комиссии Республики Узбекистан.

Структура и объем диссертации. Диссертация состоит из введения, трех глав, девяти параграфов, заключения и библиографии. Общий объем диссертации 138 страниц.

ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ ДИССЕРТАЦИИ

Во «**Введении**» обосновывается актуальность и востребованность темы исследования, соответствие исследования приоритетным направлениям развития науки и технологий республики, степень изученности проблемы, обоснована научная новизна, а также определены объект, предмет, методы, цель и задачи исследования, научное и практическое значение полученных результатов, внедрение в практику, апробация, сведения по опубликованным материалам, структуре диссертации. Также описываются научная новизна, практические результаты, достоверность результатов исследования, научная и практическая значимость диссертации.

Первая глава диссертации называется «**Физическая культура как объект научного и социально-философского исследования**». В этой главе рассматривается генезис становления физической культуры как отдельного явления, исследуются ее научные и социально-философские интерпретации. Выявлено, что физическая культура является компонентом культуры, относящейся ко всему обществу, претерпевает трансформацию и гармонизирует требования социального бытия с субъективными реалиями человека, такими как красота, здоровье, забота о себе, предотвращение болезни.

Прежде чем дать определение физической культуре, необходимо раскрыть ее функциональные аспекты, иначе определение не будет полным и объективным. Специалисты рекомендуют изучать функции физической культуры, разделив их на две группы¹.

1. Особенности функции (физкультурно-оздоровительная, оздоровительно-рекреационная, соревновательная);

2. Общекультурные функции (духовно-воспитательная, экономическая, развлекательная, воспитательная, коммуникативная, информационно-обменная, нормативная).

Нагрузка и обязанности специфических функций в процессе формирования физической культуры в определенной мере отличаются от общекультурных функций. Одни авторы делают акцент на физическом воспитании, другие пытаются преувеличить оздоровительную функцию. Такой подход более распространен среди специалистов-медиков, физиологов и сторонников народных средств². Соревновательную функцию поддерживают сторонники профессионализации спорта, специалисты, подготавливающие учащихся к различным соревнованиям, борьбе, вольной борьбе³. Специфические функции физической культуры выражают ее внутренние характеристики и возможности. Соответственно им, физическая

¹См: Архипова Л.А. Методика преподавания физической культуры в начальной школе. Учебное пособие. - Тюмень, ТГУ, 2013. С. 13-14.

²См: Ашмарин Б.А. Педагогика физической культуры. Учебное пособие.-СПб, ЛГОУ, 1999; Ханкельдиев Ш., Абдуллаев А. ва бошқалар. Соғлом турмуш тарзининг жисмоний маданияти. Ўқув қўлланма. -Фарғона: Фарғона, 2010.

³См: Холодов Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта. - Москва: Академия, 2003;

культура отличается от других видов деятельности и планируется как-то рационализировать двигательные действия.

Конкретные аспекты и стороны универсальных функций широко освещаются в работах специалистов, поддерживающих массовые физкультурно-спортивные занятия. Универсальные культурные функции подтверждают, что физическая культура тесно связана с общественной жизнью и основными направлениями деятельности человека. Значит, физическая культура не ограничивается подготовкой человеческого организма быть сильным и ловким, быть чемпионом, она воздействует на социальный и духовный мир человека и подготавливает его к активной жизни. Поэтому специалисты отмечают, что физическая культура влияет на общеобразовательные процессы, активность человека, труд, отдых и расслабление, укрепляя здоровье и формируя здоровый образ жизни, устойчивость к внешним психологическим воздействиям и возможность к адаптациям. Такой широкий социально-философский подход помогает всесторонне понять место физической культуры в жизни людей и общества, искать пути эффективного использования ее возможностей в воспитании здорового поколения. Потому что физическое воспитание – это основа физической культуры. Эксперты называют это «базовым функциональным компонентом». Его особенность в том, что, во-первых, он формирует у человека необходимые модели поведения, навыки и умения для выполнения его социальных задач, основных видов деятельности, во-вторых, способствует профессионализации того или иного вида спорта. По сравнению с более широкой системой социального поведения физическая культура подготавливает человека к социальной жизни. Осваиваемые в процессе физического воспитания виды деятельности и нормы поведения рационализируют взаимоотношения человека и общества, усиливают в человеке адаптивные свойства, в результате чего естественные биологические факторы сочетаются с общекультурными требованиями.

Согласно диссертанту, адаптации человека к социуму и общекультурным требованиям не происходит сама по себе, они требуют определенных упражнений и навыков. Если они сначала возникают под влиянием естественных биологических потребностей, то со временем их филогенез будет сочетаться с социальными и культурными нормами. Можно сказать, что филогенетическое развитие и формирование человека есть продукт этой гармонии. Эти упражнения и модели поведения становятся сознательной деятельностью сначала в семье, затем в детском саду и школе. Семейные занятия, отношения, традиции и церемонии национально-культурного характера формируют первую физическую культуру человека. Общеобразовательная функция семьи интегрируется с выполнением действий, физических упражнений и заданий в соответствии с национальными и культурными требованиями. Специальные исследования показывают, что семья не занимается физическим воспитанием, особенно его научными, рациональными проявлениями, большинство родителей не знают важнейших требований и правил физического воспитания. Поэтому

общеобразовательные процессы в семье необходимо дополнять и обогащать формами физической культуры. Основная особенность физической культуры связана с воспитанием в семье. Именно семья формирует у человека нормативное поведение, необходимое для общества и социальных отношений, первые виды деятельности, представления о физической культуре и тем самым подготавливает человека к жизни как социального субъекта. Недостаточные специальные знания и умения родителей о здоровье и физическом воспитании формируют у детей неполные, а иногда и неантропологические представления о физическом развитии.

Диссертантом подчеркивается, что человек, находящийся в центре физической культуры, и вопрос его физической зрелости также находится в центре общевоспитательного процесса в семье, что воспитание физически зрелого поколения станет реальностью. Планы и мечты, сделанные до этого, останутся продуктами воображения. В главе также говорится об обучении рационально организованных специальных упражнений физической культуры. Это ставит перед человеком:

1) четко знать свои физические возможности и на этой основе управлять динамикой действий и упражнений;

2) ставит перед собой задачу подготовить и натренировать свой организм к специальным упражнениям и их выполнению.

В диссертации также рассматривается тот факт, что специальные упражнения составляют основу физической культуры, и показано, что это связано со специальными упражнениями даже в упражнениях, выполняемых для расслабления и рассеивания психологического утомления, для смены вида деятельности. Правильно, эти упражнения не всегда могут привести к физической зрелости или рекордам. Однако они, как специальные упражнения, формируют в человеке определенные особые качества (расширяет запястья и грудную клетку, делает ноги подвижными, быстро бегущими, умелыми висячими на штанге и вращении). Следовательно, специальные упражнения отличаются формированием признаков физической зрелости в антропометрии человека. Поэтому человека, регулярно занимающегося физической культурой, и человека, далекого от таких упражнений, можно быстро отличить, между ними сразу заметны признаки антропологии в таких качествах, как физическая зрелость, красивая фигура, крепкая мускулатура и ловкость.

Эти признаки проявляются в воздействии физической культуры на организм человека следующим образом:

активируется сердечно-сосудистая функция;

улучшается дыхание;

укрепляются кости, укрепляются мышцы, увеличивается подвижность суставов;

обеспечивается хорошее переваривание пищи;

улучшается работа органов пищеварения;

укрепляется нервная система.

Поэтому физическая культура как отдельное явление имеет важное значение во всей жизни человека, в его филогенетическом и психофизиологическом становлении, в проявлении его физической силы и активности на необходимом уровне. Если обществу нужен здоровый человек и поколение, если ему нужен сознательный человек, способный к рациональной организации общественной жизни и существования, оно в первую очередь заботится о формировании физической культуры своих субъектов.

Вторая глава диссертации под названием **«Принцип преемственности формирования физической культуры и ее филогенетических, физиологических, медицинских и социально-педагогических основ»** и в ней изучается принцип преемственности формирования физической культуры, ее социальные, воспитательные и медицинские, этномедицинские основы.

Принцип преемственности возникает как продукт устойчивости человеческой жизни, требований этапов филогенетического и физиологического развития организма, потребности выживания. Основной закон человеческой жизни связан с движением, активностью. Значит, пока человек жив, он испытывает потребность в физических действиях. Однако физическая культура – это не просто поведение, и даже не социальная деятельность, а особая, рационально организованная система поведения, направленная на укрепление здоровья и поддержание организма в нормальном физиологическом состоянии. Эти модели поведения имеют филогенетические и физиологические, медицинские и этномедицинские, социально-педагогические основы, а философско-антропологическая природа физической культуры требует изучения этих основ.

В главе также говорится о важной роли медицинского комплекса (клиники, лечебные центры, фармацевтика, скорая помощь, диагностические центры и др.) в формировании физической культуры у человека и укреплении его здоровья. Современная наука, медицина, накопившая большой опыт физического развития и здоровья человека, внедряет в клиники передовые инновационные методы. Физическая культура и здоровье человека также опираются на этот опыт и следуют их рекомендациям. Рационально организованная физическая культура, основанная на результатах научной медицины и этномедицинских экспериментов, не забывает исходить из филогенетических и физиологических особенностей развития организма.

В диссертации также говорится о том, что современная медицина располагает различными методами восстановления и сохранения здоровья, и что самое сложное на сегодняшний день – заменить сердце искусственным, вернуть человеку жизнь и движение путем трансплантации. Мозг, самый чувствительный орган человека, которого медицина не касалась до XXI века, можно лечить с помощью лазерных операций. Да, полной замены или трансплантации мозга еще не делали, но медицина проводит научные эксперименты на этот счет. Если эти научные и медицинские исследования

дадут какие-либо положительные результаты, то в будущем можно будет восстановить больной мозг человека до полностью здорового состояния. Поскольку медицина сегодня позволяет рожать с помощью ЭКО, это, несомненно, создаст технологию, которая в будущем продлит человеческую жизнь до беспрецедентной степени. Долголетие – это результат многолетних упражнений и физической культуры. Как сказал Дж. Локк, «гимнастика продлевает молодость»¹. «Для баланса здоровья и красоты, — писал Платон, — требуется не только образование в области науки и искусства, но и физические упражнения и гимнастика на протяжении всей жизни»². Современная медицина выработала ряд методов обеспечения здоровья человека. В основном это отказ от вредных привычек, т.е. курения, употребления алкоголя, наркотиков, вплоть до полного отказа от них; рациональное питание, то есть так, чтобы не вызывать лишней вес в организме; ежедневное выполнение физических упражнений и труда, формирование режима занятий физической культурой; упражнения для тела на свежем воздухе, купание в воде, физические нагрузки; такие как избегание стресса путем создания психоэмоционального баланса³.

Третья глава диссертации называется **«Концепция совершенствования физической культуры в Новом Узбекистане, национальный опыт, вопросы моделирования и проектирования»**. В данной главе исследуется философско-антропологическая сущность и социально-педагогическая значимость концепции совершенствования физической культуры в Новом Узбекистане. После обретения независимости Узбекистан разработал собственную концепцию создания гармонично развитого поколения, согласно которой совершенство является выражением как физической, так и духовной зрелости.

По мнению диссертанта, что гармонично развитое поколение – это человек с физической культурой, его физическая зрелость заключается прежде всего в выполнении им своих человеческих и общественных обязанностей, активном поведении, здоровом образе жизни и здоровье. Однако, поскольку массовая физическая культура состоит из системы произвольных упражнений, рационально организовать ее удастся не всегда. В этом важную роль играют концепция общества о совершенствовании физической культуры, принятые нормативно-правовые документы и социально-воспитательная, просветительско-пропагандистская деятельность. Сфера спорта также строится на здоровой конкуренции, проверке силы и ловкости, участии в соревнованиях, помощи человеку в познании и понимании тонких, внутренних и невидимых аспектов физической культуры. Также проводятся соревнования по популярным видам спорта. Любые соревнования — это конкуренция. Здоровая конкуренция заключается не в том, чтобы показать свое физическое превосходство, давя, лягая, калеча кого-либо (к сожалению, это и есть цель некоторых зарубежных видов спорта), а в

¹См: Мудрость здоровой образ жизни. Афоризмы, пословицы, поговорки. - Москва: Медицина, 1986. - С. 56.

²См: Мудрость здоровой образ жизни. Афоризмы, пословицы, поговорки. - Москва: Медицина, 1986. - С.57.

³См: Амосов М.А. Раздумье о здоровье. - Москва: Знание, 1982. - С. 38-41.

том, чтобы выявить недостатки в физическом воспитании, улучшить спортивные навыки, узнать об опыте друг друга в укреплении здоровья. Профессиональное мастерство также должно строиться на гуманистических ценностях, а не на поиске соперника путем проявления силы. Эта задача была возложена сначала на тренеров, а затем и на судей.

В главе также рассматривается, что одним из действенных механизмов развития массового, народного спорта является соответствующее премирование и оценка деятельности субъекта (тренера, педагога, учителя физической культуры, воспитателя). Хотя в этом отношении существует потребность в инновационных подходах, поиск, внедрение и преобразование их в эффективные механизмы остается сложной задачей. Например, по чему следует оценивать активность субъекта - по достижениям и рекордам его воспитанников в спорте или регулярному (нерегулярному) участию населения в спортзалах, стадионах и представлениях? Общеизвестно, что не всегда достигаются рекорды, что ставит под сомнение эффективность физических упражнений. Достижение рекордов – задача и цель профессиональных спортсменов, их нельзя применить к массовому, добровольному спорту. Посещаемость населением спортивных залов или стадионов, представлений может в определенном смысле быть оценкой активности субъекта. Если такое участие не войдет в привычку местного населения, то поднять на высокий уровень участие жителей кишлака, основной деятельностью которых является физический труд, в спортзалах и на стадионах практически невозможно. При этом следует оценивать эффективность работы субъектов физической культуры и спорта, обслуживающих сельскую местность, как самую низкую. Следовательно, на повестку дня было поставлено создание критериев оценки деятельности тренеров, педагогов и мастеров спорта. Несомненно, спортсменам, добившимся успехов на соревнованиях, Олимпийских и Паралимпийских играх, выплачивались пожизненные премии, а их учителя получали особые награды. Тем не менее вопрос оценки деятельности общественной, народной спортивной системы и учреждений остается открытым.

Социально-философские антропологические особенности физической культуры определяются исходя из основных закономерностей и основных признаков человеческого и общественного развития. По этой причине она анализируется и изучается через синтез здоровья, здорового образа жизни, филогенетического и физиологического развития организма, социальной активности человека, физически сильного, энергичного и подвижного роста. Антропо-валеологические и медико-физиологические исследования дают богатый материал и необходимые рекомендации по физической культуре. В то же время существует также теория и методика физической культуры, научные результаты которых способствуют активному изучению проблемы. Иначе говоря, физическую культуру трудно представить без здоровья, филогенетического и физиологического развития организма, являющихся базовыми основами жизни человека, упражнений, делающих тело сильным, бодрящим и подвижным, социальной активности, отваги и патриотизма.

Любое представление и мысль о физической культуре восходит к этим понятиям.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

По результатам исследования были сделаны следующие научно-теоретические выводы:

1. Физическая культура является выражением материального и духовного богатства общества как система рационально организованных физических упражнений, соответствующих филогенетическому и физиологическому развитию организма человека, здоровья и здорового образа жизни. Важнейшими сторонами в ней является рациональная организация, добровольность и популяризация. Не все действия связаны с физической культурой, физические упражнения представляют собой систему поведения, рационально организованную для развития здорового, подвижного и энергичного организма. Добровольность связывает физическую культуру с интересом, желанием и духовными потребностями личности. Добровольность особенно проявляется в массовом спорте и показывает, что она зависит от многих факторов (свободного времени, состояния здоровья, физиологических, психологических, характера работы и других). На самом деле рациональность и добровольность не всегда являются подходами, которые нуждаются друг в друге, поддерживают друг друга, иногда они могут отвергать друг друга.

2. Рациональность означает организацию физических действий в соответствии с выводами науки, выработанными рекомендациями и законами филогенетического и физиологического развития организма. Иногда это может быть требовательностью, пренебрежительностью, и именно эти требования не предпочитает добровольность. Несомненно, педагог, хорошо знакомый с заключениями науки, знает, что рационально организованное физическое поведение приводит к определенным результатам и положительно влияет на развитие организма. Добровольные упражнения делают упражнения приятными, привлекательными, желанными и соответствующими духовным потребностям. Поэтому потенциальной аудиторией физической культуры является все общество, народ. Каждый желающий может заняться и остановиться его в любое время. Этот аспект добровольности усложняет физическое воспитание и подрывает присущую ему рациональность. Только квалифицированный педагог осознает эти аспекты, превращает физическую культуру в интерес и духовную потребность человека.

3. История физической культуры свидетельствует о том, что она на протяжении многих веков была атрибутом деятельности и образа жизни человека, иногда в форме физического труда, иногда в виде специальных упражнений. Такие факторы, как дифференциация в общественной жизни, разнообразие видов труда, дифференциация умственного и физического труда повлияли на формирование физической культуры как отдельной

реальности, всеобщего явления. Современная теория и методология физической культуры признает физическую культуру явлением с отдельными программами, планами, комплексами и инфраструктурами, педагогическими и научными резервами. В ее центре человек, его здоровье, социальная активность в широком смысле. Физическая культура как философско-антропологическая проблема изучает физиологическое поведение человека в социальном пространстве, влияние этого поведения на организм человека и жизнь общества. Эти социально-философские антропологические особенности физической культуры отражаются в отношении человека к здоровью, здоровому образу жизни, свободному времени, таким чувствам, как патриотизм и трудолюбие, физическая красота и тренированность. Не только физическое поведение, но и изучение здоровых отношений человека с социальным пространством, жизнью и бытием делает данное исследование значительным с философско-антропологической точки зрения.

4. В XXI веке валеология, быстро сформировавшаяся как область науки и мысли, начала изучать теоретические и практические основы здоровья и здорового образа жизни. Здоровье и здоровый образ жизни являются объектами исследования теории и методики физической культуры. Упражнения, которые интересуют и вовлекают человека, в конечном итоге приводят к здоровью и здоровому образу жизни. Но здоровье, здоровый образ жизни – это только один аспект физической культуры, хотя она и опирается на рекомендации и выводы валеологии, но не забывает, что имеет и задачи. Эта задача в первую очередь связана с филогенетическим и физиологическим развитием человеческого организма.

5. Физические упражнения отличаются от валеологических рекомендаций тем, что они направлены на тело, его нормальный рост, подвижное, прочное и красивое формирование. Сила, мощь, ловкость, выносливость, готовность к преодолению препятствий, отвага и достижение определенных достижений входят в число целей физической культуры. Соревнование, стремление испытать свои силы, физические возможности, победить в соревнованиях относится только к физической культуре. Когда человек занимается физическими упражнениями, он хочет проверить свои силы, подготовку, опыт в соревновании. Данная его духовная и физиологическая потребность может быть удовлетворена только в физической культуре.

6. Добровольное занятие физической культурой иногда противоречит принципу преемственности. Опыт показывает, что физическая культура дает положительные результаты, когда она продолжается на всех этапах жизни человека, филогенетического и физиологического развития, подготавливает к преодолению сложных проблем социальной жизни, стремится к адаптации, в полной мере выполняет социальные обязанности. Но постоянная физическая нагрузка связана с рядом психологических, социально-организационных, воспитательных, педагогических, методических факторов. Среди них ведущее место занимает психологический фактор.

7. Человек должен занятия физическими упражнения сделать образом жизни. Даже самые современные спортивные сооружения и средства не могут научить человека непрерывно заниматься физической культурой, ожидаемый результат может быть достигнут только тогда, когда физическое воспитание становится внутренней духовной потребностью и интересом человека. Формирование этого психологического фактора в первую очередь базируется на внутренней мотивации личности. Личный интерес и внутренняя духовная потребность важны, но они не единственные факторы, обуславливающие непрерывную физическую культуру. Широкое универсальное явление физической культуры требует использования не только психологических, но и педагогических, воспитательных, социально-организационных и экономических факторов.

8. Медицинские и этномедицинские факторы имеют приоритетное значение в формировании физической культуры. Если изучать физическую культуру с точки зрения философии здоровья, то тема восходит к медицине, к функциям медицины по охране и восстановлению здоровья человека. Современная медицина располагает эффективными методами и возможностями лечения организма человека. Трансплантация может решить практически все проблемы восстановления физического здоровья. Именно здесь физическая культура и медицина объединяются, становятся взаимодополняющими областями.

9. Свойства физической культуры, делающие организм сильным и способным к адаптации, необходимы и для медицины. Выводы и рекомендации медицины, особенно касающиеся филогенетического и физиологического развития, являются основным обеспечением физической культуры и воспитания, поэтому для медицинских кадров в спортивных учреждениях выделяются должности и рабочие места.

10. Научную основу физической культуры составляют педагогические, социально-воспитательные процессы. Поэтому в обществе «физическая культура» часто используется как понятие «физическое воспитание». Социально-педагогической основой физической культуры является формирование у человека здоровья и здорового образа жизни, приучение его к постоянным занятиям физическими упражнениями. С философско-антропологической точки зрения такая деятельность приводит человека в социальную среду, где формируются определенные физические ценности, образ жизни, распорядок дня, отношение к спорту, технология организации тренировок в этой среде не может не сказаться на сознании личности и представлении о спорте. Поэтому формирование физической культуры в виде широкой реальности и явления, относящегося к человеку и обществу, находится в прямой зависимости от социально-педагогических факторов. Рациональное и эффективное использование этих факторов является залогом популяризации физической культуры.

11. В целях обеспечения здоровья населения и привлечения его к массовым видам спорта ответственность за создание системы массового спорта будет возложена на местный хокимият и органы местного

самоуправления. В результате возрастает спрос на моделирование и проектирование физической культуры. Этой цели служат наши рекомендации по теоретическому концептуальному моделированию и проектированию физической культуры. На наш взгляд, целесообразно использовать все их виды при моделировании и проектировании физической культуры, поскольку такой подход соответствует всеобъемлющей реальности, универсальному, отдельному явлению физической культуры.

По результатам исследования направленных на реализацию были разработаны следующие предложения и рекомендации:

1. Необходимо расширить сферу научных исследований по тематике физической культуре;
2. Уделение внимания на увеличении числа выступлений в СМИ, статей в газетах и журналах, связанных с физической культурой и воспитанием, организация специальных журналов и рубрик по этому поводу;
3. Предоставление инструкторами по физической культуре спортивных площадок и залов, строящихся на местах с привлечением муниципальных управлений;
4. Включить сельские территории в программы социально-культурного развития по развитию физической культуры;
5. Целесообразно дать возможность непрофессиональным спортсменам и самостоятельно занимающимся физической культурой использовать помимо спортивных учреждений и тренеров нормативные параметры «Алпомиш» и «Барчиной» и широко популяризировать данные стандарты.

**SCIENTIFIC COUNCIL ON AWARD OF SCIENTIFIC DEGREES
PhD.03/27.02.2020.F.72.08.AT BUKHARA STATE UNIVERSITY
URGENCH STATE UNIVERSITY**

SAIDNAZAROV ULUGBEK AKHMEDZHANOVICH

**SOCIAL AND PHILOSOPHICAL-ANTHROPOLOGICAL FEATURES OF
PHYSICAL CULTURE**

09.00.04 – Social philosophy

**DISSERTATION ABSTRACT OF THE DOCTOR OF PHILOSOPHY (PhD)
ON PHILOSOPHICAL SCIENCES**

Bukhara - 2022

The theme of Doctor of Philosophy degree (PhD) of philosophical sciences was registered at the Supreme Attestation Commission at the Cabinet of Ministers of the Republic of Uzbekistan under number B2022.1.PhD/Fal696

The dissertation has been prepared at the Urgench state university.

The abstract of the dissertation is posted in three languages (Russian, Uzbek, English (Resume)) on the website of the Scientific Council (www.buxdu.uz) and on the website of "ZiyoNet" informational and educational portal (www.ziynet.uz).

Scientific adviser: **Xajiyeva Maksuda Sultanovna**
Doctor of Philosophical Sciences, professor

Official opponents: **Salomova Hakhima Yusupovna**
Doctor of Philosophical Sciences, professor


Djurakulov Khusan Anvarovich
Doctor of Philosophical Sciences, associate professor


Leading organization: **Navoi State Pedagogical Institute**

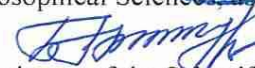
The defence of the dissertation will be held on « 28 December in 2022 at 14⁰⁰ P.M. in the meeting of the scientific council PhD.03/27.02.2020.F.72.08 at the Bukhara State University (Address: 11th M.Iqbol Street, Bukhara city. 200114. Telephone number (65) 221-29-14; fax: (65) 221-57-27, e-mail: buxdu_rektor@buxdu.uz).

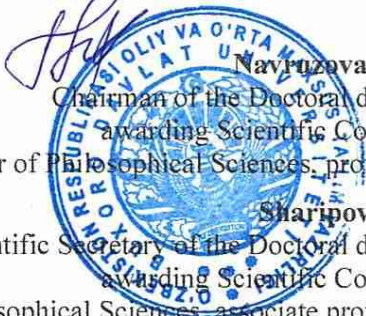
The doctoral dissertation is available at the Information Resource Center of Bukhara State University (registered under № 235). (Address: 11th M.Iqbol Street, Bukhara city. 200114. Telephone number (65) 221-25-87.)

The abstract of the dissertation is distributed on « 15 » December 2022.
(Protocol at the register № 40 of 15 December 2022.)


Navruzova G.N.
Chairman of the Doctoral degree
awarding Scientific Council,
Doctor of Philosophical Sciences, professor


Sharipov A.Z.
Scientific Secretary of the Doctoral degree
awarding Scientific Council,
Doctor of Philosophical Sciences, associate professor


Namozov B.B.
Vice-Chairman of the Scientific Seminar at the
Doctoral degree awarding Scientific Council,
Doctor of Philosophical Sciences, associate professor



INTRODUCTION (abstract of PhD dissertation)

The aim of the research work is to reveal the social and philosophical anthropological characteristics of physical culture and substantiate the importance in the formation of a healthy and harmoniously developed new generation.

The subject of the research work is to disclose the social, philosophical and anthropological characteristics and essence of physical culture.

Scientific novelty of the research work is as follows:

-the genesis of physical culture as a civilizational reality, its formation as a separate universal phenomenon, the restoration of national values in society and human life, the manifestation of interests, abilities and unique characteristics, the introduction of a healthy lifestyle, and its functional role in the restoration of public health have been revealed;

mutual dialectic according to the fact that physical culture corresponds to the stages of phylogenetic and physiological development of the human organism, health, healthy lifestyle, freshness, agility and social activity, creative activity, compliance with general social requirements, rational basis, educational, enlightening, communicative activities relationship has been based on philosophical and anthropological basis;

the principles of continuity such as stages of development of physical culture of the individual organism, rational organization of physical exercises, anthropometric measurement of its effects, its medical and ethnomedical foundations, such as the relationship of the human body to physical behavior, the influence of external forces, and physical load such as human development, health phenomenon, phylogenetic and physiological, theological, valeological, psychological, and enlightenment foundations have been revealed;

experiences of creating a national, people-oriented sports system in accordance with the concept of improving physical culture in the new Uzbekistan are revealed, and the necessity of modeling and designing the improvement of physical culture of man and society has been justified.

Implementation of the research results. Based on the recommendations and proposals developed for the scientific-philosophical research of the social and philosophical anthropological characteristics of physical culture, as well as its importance in the formation of a harmonious generation:

from scientific novelties and suggestions regarding the genesis of physical culture as a civilizational reality, its formation as a separate universal phenomenon, the restoration of national values in society and human life, the manifestation of interest, abilities and unique characteristics, the introduction of a healthy lifestyle, and its functional role in the restoration of public health was used to ensure the implementation of the grant project No. 03-/001 “Healthy Family, Healthy Society” (2021), implemented in cooperation with the “Association for the Support of Children and Families” and Urganch State University(The Reference Act No. 04-135/11 of Urganch State University dated June 20, 2022).As a result, physical culture served to form the society and the individual as socially active subjects, to improve the system of organization and management of civil institutions

responsible for ensuring social stability, and to achieve the improvement of the physical culture of the population;

from theoretical generalizations and conclusions about dialectical relationship according to the fact that physical culture corresponds to the stages of phylogenetic and physiological development of the human organism, health, healthy lifestyle, freshness, agility and social activity, creative activity, compliance with general social requirements, rational basis, educational, enlightening, communicative activities relationship based on philosophical and anthropological basis was used in the preparation of the training manual “Teaching methodology of sports and active games” (Order No. 538 of the Ministry of Higher and Secondary Special Education of the Republic of Uzbekistan dated December 25, 2021 and publication certificate No. 538-018).As a result, it served to enrich the knowledge of students and young people about the physical culture and activities organized at the new stage of the development of our country, to update and improve the content of the training manual;

from novelties news and proposals of the principles of continuity such as stages of development of physical culture of the individual organism, rational organization of physical exercises, anthropometric measurement of its effects, its medical and ethnomedical foundations, such as the relationship of the human body to physical behavior, the influence of external forces, and physical load such as human development, health phenomenon, phylogenetic and physiological, theological, valeological, psychological, and enlightenment foundations was used in preparing a regional map based on the work plan for 2022 of the Ministry for the support of the makhalla and the older generation of the Republic of Uzbekistan 4.54.“Evaluation of household hygiene based on five-star criteria” and the assessment of own hygiene, 4.60. Organizing public walking events to promote a healthy lifestyle among the elderly, to organize their regular sports activities,4.69. In the field of sports, to ensure the implementation of the clauses of the organization of meetings and competitions of honorary champions, sportsmen-wrestlers who have won in republican and international arenas with young people in the neighborhoods on the theme of “Unforgettable Champions”, “Honorary Wrestlers”(The Reference Act No. 04-02/145 of the Ministry for the support of the mahalla and the older generation of the Republic of Uzbekistan dated June 10, 2022).As a result, it served to further improve the development of innovative ideas for the reform and modernization of state, industry and regional programs related to social, spiritual and cultural development of our country and regions, as well as the formation of a healthy lifestyle among young people;

from scientific recommendations in accordance with the concept of improving physical culture in new Uzbekistan, the experiences of creating a national, people-oriented sports system are revealed, modeling and designing the improvement of physical culture of people and society was used “Cultural-educational and artistic broadcasts” editorial office of “Uzbekistan” television and radio channel of the National Broadcasting Company of Uzbekistan, in the preparation of scripts for the programs “Nation and Spirituality”, “Youth of Uzbekistan”, “Education and Development” broadcast in 2021-2022.(The Reference Act No. 04-36-792 of the

of the National Broadcasting Company of Uzbekistan state television and radio station “O’zbekiston” dated June 2, 2022).As a result, it served to further improve the work of developing innovative ideas on the development of healthy lifestyle and culture, physical lifestyle, modernization of the spiritual and cultural life of our country, and the formation of a healthy lifestyle among young people.

The structure and volume of the dissertation. The dissertation consists of an introduction, three chapters, nine paragraphs, a conclusion and a list of references. The total volume of the dissertation is 145 pages.

ЭЪЛОН ҚИЛИНГАН ИШЛАР РЎЙХАТИ
СПИСОК ОПУБЛИКОВАННЫХ РАБОТ
LIST OF PUBLISHED WORKS

I бўлим (I часть; Part I)

1. Saidnazarov U.A. Physical culture is a consequent of certain historical conditions. // EPRA International Journal of Research and Development (IJRD) Volume: 7, Issue: 5. May 2022. – PP.91-94. (SJIF Impact Factor (2022) is 8.197 & ISI (2019) is 1.241)

2. Saidnazarov U.A. The specific functions of physical culture, the expression of its internal features and capabilities. // EPRA International Journal of Multidisciplinary research (IJMR) Volume: 8 Issue: 6 June 2022. – P. 322-324. (SJIF Impact Factor (2022) is 8.205)

3. Саидназаров У.А. Жисмоний маданиятнинг ижтимоий-фалсафий жиҳатлари // IIm sarchashmalari. - Урганч, 2022. - №1. – Б. 23-25. (09.00.00 № 17)

4. Саидназаров У.А. Жисмоний маданиятнинг айрим фалсафий-валеологик масалалари. // Наманган давлат университети илмий ахборотномаси. - Наманган, 2022. - №1. – Б. 217-220. (09.00.00 № 24)

5. Saidnazarov U.A. Jismoniy madaniyatning ilmiy, ijtimoiy-falsafiy mohiyati. // Tamaddun nuri. – Нукус, 2022, - №2-3 (36). – Б. 70-73. (09.00.00 № 26)

6. Саидназаров У.А. Шахсда жисмоний маданиятни шакллантиришнинг маънавий-руҳий ва психодиагностик масалалари. // ҚарДУ хабарлари. – Қарши, 2022, - № 3/2(52). - Б.94-97. (09.00.00 № 18)

7. Саидназаров У.А. Жамиятнинг жисмоний маданияти: тизимли функционал таҳлил. // “Oliy ta’lim sifatini takomillashtirishda raqamli texnologiya va innovatsiyalarning o‘rni” Xalqaro ilmiy onlayn konferensiya materiallari. 1-kitob. 2021-yil 20-noyabr. – Navoiy, 2021. - В. 312-314.

8. Саидназаров У.А. Шахс жисмоний маданияти ва соғлом турмуш тарзи ижтимоий-тарбиявий диний хусусиятларининг фалсафий антропологик таҳлили. // Замонавий методология контекстида ислом илмий-маданий ва фалсафий мероси мавзусидаги Халқаро илмий конференция материаллари. 27-май 2022 йил, - Навоий, 2022. - Б.355-357

9. Саидназаров У.А. Ёшлар жисмоний маданиятини юксалтириш: муаммолар ва ечимлар. // Мамлакатимизда учинчи ренессанс ғоясини кенг тарғиб қилишда ижтимоий – гуманитар фанларнинг аҳамияти ва ўрни мавзусида илмий-амалий онлайн конференция материаллари 2022-йил 12-май – Денов, 2022. - Б.451-453

10. Саидназаров У.А. Саломатлик ва жисмоний маданиятга оид ижтимоий-тарбиявий жараёнлар. // Янги Ўзбекистон – маънавий тараққиётни таъминлаш ва соҳани янги босқичга олиб чиқиш йўлида мавзусидаги республика илмий-амалий семинар материаллари. 25 март. – Тошкент, 2022. - Б. 39-41

II бўлим (II часть; Part II)

11. Саидназаров У.А. Социальный контекст физической культуры и спорта. // Вопросы науки и образования. – Москва, 2021 - № 27(152), - С.4-7.

12. Saidnazarov U.A. Social and philosophical-anthropological features of physical culture. // Достижения науки и образования. - Москва, 2021. - №7 (79), - С.35-36.

13. Саидназаров У.А. Жисмоний маданиятнинг рационал ташкил этиш методологияси. // Мамлакатимизда учинчи ренессанс ғоясини кенг тарғиб қилишда ижтимоий – гуманитар фанларнинг аҳамияти ва ўрни мавзусида илмий-амалий онлайн конференция материаллари 2022-йил 12-май. – Денов, 2022. - Б.448-451

14. Саидназаров У.А. Жисмоний маданият ва унинг жамият умуммаданиятидаги ўрни ва роли. // Жамият барқарорлигини таъминлашда ёшлар маънавиятини юксалтиришнинг инновацион омиллари Республика илмий-амалий конференцияси материаллари. – Тошкент, 2021. - Б.163-164

15. Саидназаров У.А. Шахс жисмоний маданияти ва соғлом турмуш тарзи. // Янги Ўзбекистон – маънавий тараққиётни таъминлаш ва соҳани янги босқичга олиб чиқиш йўлида мавзусидаги республика илмий-амалий семинар материаллари. 25 март. – Тошкент, 2022. - Б. 26-28.

16. Саидназаров У.А. Ёшларнинг ижтимоий ҳаётда фаол иштироки, ташаббуслар ва интеллектуал ривожланиши. // Фалсафанинг долзарб муаммолари мавзусидаги республика илмий-амалий анжуман 20-21 май – Гулистон, 2022. - Б.264-266

17. Саидназаров У.А. Жисмоний маданиятнинг илмий ва ижтимоий-фалсафий талқинлари. // Янги Ўзбекистонни стратегияси-тараққиёти кафолати мавзусидаги республика илмий-амалий семинар материаллари. 30 октябрь – Тошкент, 2021. - Б. 47-49.

Автореферат “Дурдона” нашриётида таҳрирдан ўтказилди ҳамда ўзбек, рус ва инглиз тилларидаги матнларнинг мослиги текширилди.

Босишга рухсат этилди: 12.12.2022 йил. Бичими 60x84 ¹/₁₆, «Times New Roman» гарнитурда рақамли босма усулида босилди.
Шартли босма табоғи 3,0 Адади: 100 нусха. Буюртма №711

Гувоҳнома АИ №178. 08.12.2010.
“Садриддин Салим Бухорий” МЧЖ босмаҳонасида чоп этилди.
Бухоро шаҳри, М.Иқбол кўчаси, 11-уй. Тел.: 65 221-26-45

