

**SHAROF RASHIDOV NOMIDAGI SAMARQAND DAVLAT
UNIVERSITETI HUZURIDAGI ILMIY DARAJALAR BERUVCHI
DSc.03/30.12.2019.F.02.02 RAQAMLI ILMIY KENGASH**

URGANCH DAVLAT UNIVERSITETI

ISKANDAROV NURBEK SHERIFBOYEVICH

**JISMONIY YETUKLIK FENOMENI VA UNING ETNODIDAKTIK
MOHIYATI**

09.00.04 – Ijtimoiy falsafa

**FALSAFA FANLARI BO‘YICHA FALSAFA DOKTORI (PhD) DISSERTATSIYASI
AVTOREFERATI**

Samarqand – 2023

**Falsafa fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD) dissertatsiyasi avtoreferati
mundarijasi**

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

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

Iskandarov Nurbek Sherifboyevich

Jismoniy yetuklik fenomeni va uning etnodidaktik mohiyati 3

Искандаров Нурбек Шерифбоевич

Феномен физической зрелости и его этнодидактическая сущность 21

Iskandarov Nurbek Sherifboevich

The DPhenomenon of physical maturity and its ethnodidactic essence 39

E'lon qilingan ishlar ro'yxati

Список опубликованных работ

List of published works 43

**SHAROF RASHIDOV NOMIDAGI SAMARQAND DAVLAT
UNIVERSITETI HUZURIDAGI ILMIY DARAJALAR BERUVCHI
DSc.03/30.12.2019.F.02.02 RAQAMLI ILMIY KENGASH**

URGANCH DAVLAT UNIVERSITETI

ISKANDAROV NURBEK SHERIFBOYEVICH

**JISMONIY YETUKLIK FENOMENI VA UNING ETNODIDAKTIK
MOHIYATI**

09.00.04 – Ijtimoiy falsafa

**FALSAFA FANLARI BO‘YICHA FALSAFA DOKTORI (PhD) DISSERTATSIYASI
AVTOREFERATI**

Samarqand – 2023

**Falsafa doktori (PhD) dissertatsiyasi mavzusi Oliy attestatsiya komissiyasida
B2021.3.PhD/Fal626 raqam bilan ro'yxatga olingan.**

Dissertatsiya Urganch davlat universitetida bajarilgan.

Dissertatsiya avtoreferati uch tilda (o'zbek, rus, ingliz (rezyume)) Ilmiy kengashning veb-sahifasida (www.samdu.uz) va "ZiyoNet" Axborot ta'lim portalida (www.ziynet.uz) joylashtirilgan.

Ilmiy rahbar:

Xajiyeva Maksuda Sultanovna
falsafa fanlari doktori, professor

Rasmiy opponentlar:

G'aybullayev Otabek Muxammadiyevich
falsafa fanlari doktori, professor

Abilov O'rol Murodovich
falsafa fanlari doktori, professor

Yetakchi tashkilot:

Qoraqalpoq davlat universiteti

Dissertatsiya himoyasi Sharof Rashidov nomidagi Samarqand davlat universiteti huzuridagi ilmiy darajalar beruvchi DSc.03/30.12.2019.F.02.02. raqamli Ilmiy kengashning 2023-yil "____" _____ soat _____ dagi majlisida bo'lib o'tadi. (Manzil: 140104, Samarqand shahri, Universitet xiyoboni, 15-uy. Tel.: (8366) 239-13-87, 239-11-40; faks: (8366) 239-11-40; e-mail: rektor@samdu.uz Sharof Rashidov nomidagi Samarqand davlat universiteti, Bosh bino, 1-qavat, 105-xona).

Dissertatsiya bilan Sharof Rashidov nomidagi Samarqand davlat universitetining Axborot-resurs markazida tanishish mumkin (№46-raqami bilan ro'yxatga olingan). (Manzil: 140104, Samarqand shahri, Universitet xiyoboni, 15-uy. Tel.: (8366) 239-13-87, 239-11-40; faks: (8366) 239-11-40).

Dissertatsiya avtoreferati 2023-yil "____" _____ kuni tarqatildi.
(2023-yil "____" _____ dagi _____ raqamli reyestr bayonnomasi).

Sh.Sh.Negmatova

Ilmiy darajalar beruvchi
ilmiy kengash raisi,
falsafa fanlari doktori (DSc), professor

X.A.Djurakulov

Ilmiy darajalar beruvchi
ilmiy kengash kotibi,
falsafa fanlari doktori (DSc), dotsent

A.R.Samadov

Ilmiy darajalar beruvchi
ilmiy kengash qoshidagi Ilmiy seminar raisi,
falsafa fanlari doktori (DSc), dotsent

KIRISH (falsafa doktori (PhD) dissertatsiyasi annotatsiyasi)

Dissertatsiya mavzusining dolzarbligi va zarurati. Jahonda yuz berayotgan bugungi biofizilogik, ekologik, texnologik, genetik o'zgarishlar inson omiliga, uning jismoniy va intellektual faolligiga alohida talab qo'yimoqda. Rivojlangan davlatlarda keng tarqalgan iste'molchilik, gipodinamiya, vazn orttirish, jismoniy mehnatning avtomatlashishi va mexanizatsiyalashishi, ayniqsa, pandemiya sababli xatti-harakatlar doirasining cheklanishi, farmasevtik vositalarning ko'pincha aks ta'sir etayotgani kabi omillar insonning jismoniy va intellektual faolligini oshirishga mutlaq yangicha yondashish zarurligini ko'rsatmoqda. Shu nuqtai nazardan, avvalo, insonning salomatligini asrash va mustahkamlashga qaratilgan jismoniy yetuklik darajasini oshirish yo'llari, mexanizmlari, usul-vositalarini aniqlash va uni takomillashtirish muhim ahamiyat kasb etmoqda.

Jahon ilm-fanida hozirgi davr talabidan kelib chiqqan holda, inson salomatligi muammolari doirasida o'n minglab ilmiy-nazariy va amaliy-fundamental tadqiqotlar olib borilmoqda. Xususan, salomatlik fenomeni, shaxsning jismoniy va ma'naviy yetuklik darajasi, sog'lom turmush tarzi, inson salomatligini asrash va tiklash, jismoniy madaniyatning ijtimoiy, antropologik, psixofiziologik va nevrologik muammolari bilan bog'liq tadqiqotlar shular jumlasidandir. Ammo bugungi ijtimoiy hayot shuni ko'rsatmoqdaki, inson salomatligiga ijobiy ta'sir qiluvchi omillarni, mezonlarni va u bilan bog'liq jismoniy yetuk shaxsni shakllantirishning zamonaviy etnodidaktik usul-vositalarini falsafiy jihatdan tadqiq qilish ilmiy jamoatchilikning muhim tadqiqot obyektlaridan biri bo'lib qolmoqda.

Mamlakatimizda har bir fuqaroning salomatligini asrash va mustahkamlash, ayniqsa, yoshlarni sog'lomlashtirishda jismoniy va ma'naviy yetuk qilib tarbiyalash, ularni har tomonlama qo'llab-quvvatlash va qulay shart-sharoitlar yaratish davlatimiz siyosatining asosiy ustuvor yo'nalishlaridan biriga aylandi. "Bugungi kunda sport sog'lamlashtirish jarayonlarning natijadorligi Yangi O'zbekistonni barpo etish vazifalari bilan uzviy bog'liq ekanini anglagan holda ma'suliyat bilan harakat qilishimiz lozim"¹. Shu ma'noda bugungi kunda jismonan sog'lom avlodni shakllantirish va ularning jismoniy madaniyatini yanada yuksaltirish masalalari yuzasidan ilmiy izlanishlar olib borish zaruriyatini talab etadi. Ayniqsa, jismoniy yetuklik fenomeni va uning etnodidaktik mohiyatining bugungi kundagi o'rnini ilmiy tadqiq qilish dolzarb ahamiyatga ega bo'lib qolmoqda.

O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2022-yil 28-yanvardagi PF-60-son "2022-2026-yillarga mo'ljallangan yangi O'zbekistonning taraqqiyot strategiyasi to'g'risida", 2020-yil 30-oktyabrdagi PF-6099-son "Sog'lom turmush tarzini keng tadbiiq etish va ommaviy sportni yanada rivojlantirish chora-tadbirlari to'g'risida" farmonlari, 2017-yil 3-iyundagi PQ-3031-son "Jismoniy tarbiya va ommaviy sportni yanada rivojlantirish chora-tadbirlari to'g'risida", 2020-yil 4- noyabrdagi PQ-4881-son "Kurash milliy sport turini rivojlantirish va uning xalqaro nufuzini yanada oshirish chora-tadbirlari to'g'risida", 2021-yil 16-iyundagi PQ-5148-son

¹ Мирзиёев Ш.М. Янги Ўзбекистон стратегияси. - Тошкент: "O'zbekiston", 2021. –Б. 223.

“Aholining jismoniy tayyorgarlik darajasini baholash tizimini joriy etishning tashkiliy chora-tadbirlari to‘g‘risida” qarorlari va O‘zbekiston Respublikasining 2015-yil 4-sentyabrdagi O‘RQ-394-son “Jismoniy tarbiya va sport to‘g‘risida”gi Qonuni hamda mavzuga oid boshqa normativ-huquqiy hujjatlarda belgilangan vazifalarni amalga oshirishda mazkur dissertatsiya muayyan darajada xizmat qiladi.

Tadqiqotning respublika fan va texnologiyalari rivojlanishining ustuvor yo‘nalishlariga mosligi. Mazkur tadqiqot respublika fan va texnologiyalar rivojlanishining I. “Axborotlashgan jamiyat va demokratik davlatni ijtimoiy, huquqiy, iqtisodiy innovatsion g‘oyalar tizimini shakllantirish va ularni amalga oshirish yo‘llari” nomli ustuvor yo‘nalishiga muvofiq bajarilgan.

Muammoning o‘rganilganlik darajasi. Salomatlik fenomeni, jismoniy yetuklik masalalarini tadqiq qilish g‘arb olimlari diqqat markazida bo‘lib kelgan. Xususan, jismoniy yetuklik muammosini ma‘naviy yetuklik bilan uyg‘unlashtirish, inson salomatligi, jismoniy yetuklikning ayrim jihatlarini Gomer, Sukrot, Platon, Gippokrat, Galen, Aristotel kabilar o‘rganishgan va bu mavzuini ijtimoiy-falsafiy muammo sifatida muhokama qilishgan. Diogen, Seneka, Epektet kabi stoiklar esa jismoniy yetuklik muammosini ma‘naviy yetuklik bilan uyg‘unlashtirish texnologiyasini yaratganlar.¹ Shuningdek, Jismoniy yetuklik muammolari Qadimgi Yunon va Qadimgi Rim mifologiyasida, xalq ertaklari va etnodidaktikasida yaqqol ifoda etilgan. Jismoniy yetuklikning ayrim jihatlarini R.Dekart, S.I.Gessen, Gippokrat, XX asrda esa Ye.V.Bachilo, E.Fromm² kabi olimlar tadqiq etishgan.

MDH olimlari jismoniy yetuklik muammosini tibbiyot, pedagogika, fiziologiya, ekologiya bilan bog‘lab tadqiq etishadi. Bu o‘rinda A.G.Shedrina, V.P.Guba, S.V.Popov, N.L.Pirnazorva³larni ilmiy izlanishlarini keltirish mumkin.

O‘zbekistonlik olimlardan Sh.I.Karimov, G.I.Shayxova, Sh.I.Allamuratov, A.A.Qodirov, N.U.O‘rinboyev⁴ kabi tadqiqotchilar ushbu mavzu doirasidagi

¹ Qarang: И.Гомер. Илиада.-Москва: “Follo, 2020; Геродот, История,-Москва: ОПМА медиагрупп, 2019; Платон, Сочения в трех томах. Том. 3. Часть 1.-Москва: Мысль, 1971; Аристотел. Сочинения в четырех томах. Том 4.-Москва: Мысль, 1983; Антология кинизма. Фрагменты, сочинения кинических мыслителей,- Москва: «Наука», 1984; Сенека А.Л. Нравственные письма к Луцилию.-Москва: АСТ, 2021; Этикет, Беседы.-Москва: АСТ, 2021; Римские стоики.-Москва: «Республика». 1995.

² Декарт Р. Сочинения в 2 т.: Пер. с лат. и франц. Т. 1/Сост., ред., вступ. ст. В. В. Соколова. М.: Мысль, 1989. 654 с; Гессен С.И. Основы педагогики. Введение в прикладную философию/Отв. ред. и сост. П. В. Алексеев. — М.: «Школа-Пресс»,. 1995.-448 с; Гессен С.И. Основы педагогики. Введение в прикладную философию/Отв. ред. и сост. П. В. Алексеев. - М.: «Школа-Пресс»,. 1995.-448 с; Гиппократ. Избранные работы. — Москва: АСТ, 1999; Бачило Е.В. История медицины. Конспект лекций — Москва: ЭКСМО, 2007. - 160 с; Фромм Э. Здоровое общество. — Москва: АСТ, 2019. -528 с;

³ Щедрина А.Г. Здоровый образ жизни: методологические, социальные, биологические, медицинские, психологические, педагогические, экологические аспекты. - М.: Букинист, 2007. - 144 с; Губа В.П. ва б. Научно-практические и методические основы физического воспитания учащейся молодежи : учебное пособие. - М.: “Сов.спорт”, 2008; Попов С.В. Валеология в школе и дома : о физическом благополучии школьников. — Санкт-Петербург: Союз, 1997. — 256 с; Пирназорва Н.Л. ва б. Научные основы физического воспитания студентов. — Новосибирск: Изд.СГУПС, 2010.

⁴ Соғлом овқатланиш саломатлик мезони. Академик Ш.И.Каримов тахрири остида. — Тошкент: “Ўзбекистон”, 2015; Шайхова Г.И. Овқатланиш гигиенаси. — Т.: “Ўқитувчи”, 2011; Алламуратов Ш.И. Физическая культура и здоровой образ жизни. — Т.: ТИТАП, 2011; Қодиров А.А. Тиббиёт тарихи. — Т.: Ўзбек миллий энциклопедияси давлат илмий нашри, 2005; Ўринбоев Н.У. Барқарор тараққиётни таъминлашда соғлом турмуш тарзининг ўрни. Фалсафа.фан.ном.дисс...автореферати. — Тошкент: ЎзМУ, 2005.

muammolarni fragmentar tarzda o'rganganlar. Ya'ni aynan tadqiqot obyekti sifatida falsafiy jihatdan tadqiq qilmaganlar. Ushbu holat bevosita mavzuni zamonaviy yondashuvlar asosida ijtimoiy-falsafiy jihatdan ilmiy tadqiq qilish zaruratini keltirib chiqardi.

Dissertatsiya mavzusining tadqiqot bajarilayotgan oliy ta'lim muassasasi ilmiy-tadqiqot ishlari rejalari bilan bog'liqligi. Dissertatsiya tadqiqoti Urganch davlat universitetining ilmiy-tadqiqot ishlari rejasiga muvofiq "Urganch davlat universitetini 2017-2030-yillarda rivojlantirish dasturi"ning 2.4-bandiga asosan va "Ilmiy-tadqiqot faoliyatini rivojlantirish va ilmiy salohiyatini oshirishga yo'naltirilgan kompleks chora-tadbirlar dasturi" doirasida bajarilgan.

Tadqiqotning maqsadi jismoniy yetuklik fenomenining ijtimoiy-falsafiy mohiyatini etnopedagogik (etnodidaktik) meros asosida ochib berishdan iborat.

Tadqiqotning vazifalari:

salomatlik va jismoniy yetuklik fenomenlarining etnopedagogik (etnodidaktik) merosda namoyon bo'lish xususiyatlarini ochib berish;

jismoniy yetuklikning Sharq va G'arb etnopedagogikasi (etnodidaktikasi)da ideallashuvining funksional jihatlarini yoritish;

jismoniy yetuklik va ma'naviy yetuklikning dialektik bog'liqligining ijtimoiy-falsafiy, tibbiy-antropologik, etnopedagogik mohiyatini ochib berish;

Yangi O'zbekistonda jamiyat jismoniy madaniyatini yuksaltirish konsepsiyasining jismoniy yetuklik modelini yaratishga deterministik ta'sirini yoritish va taklif-tavsiyalar ishlab chiqishdan iborat.

Tadqiqotning obyekti inson salomatligi va jismoniy yetukligi fenomenlarining etnopedagogik (etnodidaktik) asoslari tashkil etadi.

Tadqiqotning predmeti salomatlik va jismoniy yetuklikning inson hayotiga, ijtimoiy kreativ faoliyatiga ta'sirini falsafiy aspektda asoslash bilan belgilanadi.

Tadqiqotning usullari. Dissertatsiyada analiz va sintez, induksiya va deduksiya, retrospektiv tahlil, obyektivlik, mantiqiylik, qiyosiy tahlil, intervyu, kuzatuv kabi ilmiy bilish usullaridan foydalanilgan.

Tadqiqotning ilmiy yangiligi quyidagilardan iborat:

etnopedagogik merosda jismoniy yetuklik va ma'naviy yetuklikning dialektik tarzda uyg'un kelishi hamda ularning negizi o'zaro gumanistik mohiyatga ega ekanligi falsafiy asoslangan;

salomatlik falsafasining ijtimoiy faollikka xos ilmiy-nazariy, tibbiy-antropologik, ijtimoiy-falsafiy asoslari sog'lom turmush tarzini joriy etishda va aholi salomatligini tiklashda funksional o'ringa egalligi mantiqiy dalillangan;

Yangi O'zbekistonda ishlab chiqilgan jamiyat jismoniy madaniyatini yuksaltirish konsepsiyasi va jismoniy yetuk ijtimoiy kreativ shaxsni tarbiyalashda inson takomili, salomatlik fenomeni kabi tibbiy etnotibbiy faoliyatlari aniqlanib, uning filogenetek, fiziologik, valeologik, psixologik singari o'ziga xos ijtimoiy-tarbiyaviy xususiyatlari ochib berilgan;

Sharq va G'arb etnopedagogikasidagi jismoniy yetuk shaxsga oid unikal-funksional (tibbiy-antropologik, jismoniy tarbiya, sportni takomillashtirish) xususiyatlarining o'zaro dialektik aloqadorlikda rivojlanishi hamda yoshlarning

ma'naviy va ma'rifiy faolligini oshirishda ilmiy-amaliy komponentlarga tayanishi aksiologik rivojlanish qonuniyatlari asosida pragmatik tarzda asoslangan.

Tadqiqotning amaliy natijasi quyidagilardan iborat:

etnopedagogik merosda jismoniy yetuklik gumanistik maqsadlarga ergashib kelishi va bu ularning kosubstansional voqeliklar sifatida inson xatti-harakatlariga, ijtimoiy burchlarini bajari shiga amaliy ta'sirini inkor qilmasligi aniqlangan;

mavzu doirasida faoliyat olib boradigan tashkilotlarning chora-tadbirlar dasturlarini amaliy jihatdan boyitishga, shuningdek, salomatlik falsafasining gumanistik mohiyatini to'g'ri tushunishga, jismoniy yetuklik fenomeni inson organizmining ma'lum bir filogenetik rivojlanish bosqichiga mosligini anglashga, jismoniy mashqlar bilan shug'ullanishga ratsional yondashishga qaratilgan taklif va tavsiyalar ishlab chiqilgan.

Tadqiqot natijalarining ishonchliligi. Tadqiqot natijalarining ishonchliligi respublika va xalqaro miqyosdagi ilmiy konferensiyalar materiallari to'plamlari, xorijiy ilmiy jurnallar hamda OAK ro'yxatida keltirilgan maxsus jurnallarda chop qilingan maqolalarda keltirilgan taklif va tavsiyalar, xulosalarning amaliyotga joriy etilganligi va olingan natijalarning vakolatli tashkilotlar tomonidan tasdiqlanganligi bilan izohlanadi.

Tadqiqot natijalarining ilmiy va amaliy ahamiyati. Tadqiqot natijalarining ilmiy ahamiyati shundan iboratki, ifoda etuvchi g'oyalar, fikrlar, yondashuvlar salomatlik, jismoniy yetuklik haqidagi tasavvurlarni ilmiy, ijtimoiy-falsafiy qarashlar bilan boyitadi va ulardan kelgusida olib boriladigan ilmiy izlanishlarda muhim ilmiy manba sifatida foydalanish mumkin.

Tadqiqot natijalarining amaliy ahamiyati esa aholi salomatligi muammolari bilan shug'ullanuvchi tadqiqot institutlari, tibbiy-ma'rifiy markazlar, ommaviy sportni targ'ib etuvchi jismoniy tarbiya maskanlari o'zining kundalik, amaliy faoliyatida, shuningdek, oliy ta'lim tizimida mavzu doirasida o'tiladigan fanlardan o'quv qo'llanmalar, darsliklar, predmet dasturlari, onlayn ma'ruzalar yaratishda foydalanish mumkinligi bilan izohlanadi.

Tadqiqot natijalarining joriy qilinishi. Salomatlik va jismoniy yetuklikning inson hayotiga, ijtimoiy kreativ faoliyatiga ta'sirini asoslab berishga qaratilgan ilmiy, amaliy tavsiya hamda takliflar asosida:

etnopedagogik merosda jismoniy yetuklik va ma'naviy yetuklikning dialektik tarzda uyg'un kelishi hamda ularning negizi o'zaro gumanistik mohiyatga ega ekanligiga oid taklif-tafsiyalardan O'zbekiston Respublikasi Fanlar akademiyasi Xorazm Ma'mun akademiyasining "Xorazm shaharlarining tarixi, madaniy meroslari, obidalar va san'at asarlarining tadqiqodlari asosida SMART texnologiyalarni yaratish" mavzusidagi I-FA-2019-25 raqamli hamda "Dorul hikmat val maorif" zamonaviy virtual muzeyini yaratish" mavzusidagi PZ-2020103078 raqamli amaliy loyihalar ijrosini ta'minlashda foydalanilgan (O'zbekiston Respublikasi Fanlar akademiyasi Xorazm Ma'mun akademiyasining 2022-yil 26-iyuldagi 158/1-22-son ma'lumotnomasi). Natijada, mazkur loyihalarning ijtimoiy-falsafiy jihatlarini yoritishda ilmiy-nazariy manba bo'lib xizmat qilgan;

salomatlik falsafasining ijtimoiy faollikka xos ilmiy-nazariy, tibbiy-antropologik, ijtimoiy-falsafiy asoslari sog‘lom turmush tarzini joriy etishda va aholi salomatligini tiklashda funksional o‘ringa egalligiga oid taklif-tavsiyalardan O‘zbekiston Respublikasi “Mahalla va nuroniylarni qo‘llab-quvvatlash” vazirligining chora-tadbirlarini ishlab chiqishda, “Xonadon gigiyenasini besh yulduzli mezon asosida baholash” mavzusidagi elektron platformasini va o‘z gigiyenasini baholashiga qarab hududiy xaritani yaratishda foydalanilgan (O‘zbekiston Respublikasi Mahalla va nuroniylarni qo‘llab-quvvatlash vazirligining 2022-yil 10-iyundagi 04-02/144-son ma‘lumotnomasi). Natijada yoshlarning sog‘lom turmush tarzi va madaniyatining rivojlanishi bilan bog‘liq dasturlar va innovatsion g‘oyalarni ishlab chiqish ishlarini yanada takomillashtirishga xizmat qilgan;

Yangi O‘zbekistonda ishlab chiqilgan jamiyat jismoniy madaniyatini yuksaltirish konsepsiyasi va jismoniy yetuk ijtimoiy kreativ shaxsni tarbiyalashda inson takomili, salomatlik fenomeni kabi tibbiy etnotibbiy faoliyatlari aniqlanib uning filogenetika, fiziologik, valeologik, psixologik singari o‘ziga xos ijtimoiy-tarbiyaviy xususiyatlariga oid ilmiy xulosalar, taklif va tavsiyalardan O‘zbekiston Respublikasi Yoshlar ishlari agentligi faoliyatida foydalanilgan (O‘zbekiston Respublikasi Yoshlar ishlari agentligining 2022-yil sentabrdagi 4-13-23-3083-son ma‘lumotnomasi). Natijada Respublikamiz yoshlarida sog‘lom madaniy hayot tarzini shakllantirishga xizmat qilgan;

Sharq va G‘arb etnopedagogikasidagi jismoniy yetuk shaxsga oid unikal-funksional (tibbiy-antropologik, jismoniy tarbiya, sportni takomillashtirish) xususiyatlarining o‘zaro dialektik aloqadorlikda rivojlanishi hamda yoshlarning ma‘naviy va ma‘rifiy faolligini oshirishda ilmiy-amaliy komponentlarga tayanishi aksiologik rivojlanish qonuniyatlari asosida pragmatik tarzda asoslanganligiga doir ilmiy xulosalar va amaliy tavsiyalardan O‘zbekiston milliy teleradiokompaniyasining “O‘zbekiston” teleradiokanalida 2021-2022-yillarda efirga uzatilgan “Millat va ma‘naviyat”, “O‘zbekiston yoshlari”, “Ta‘lim va taraqqiyot” dasturlarining ssenariylarini tayyorlashda foydalanilgan (O‘zbekiston Milliy teleradiokompaniyasi, O‘zbekiston teleradiokanali davlat muassasasining 2022-yil 30-maydagi 04-36-770-son ma‘lumotnomasi). Natijada yoshlarning hayot faoliyatida sog‘lom turmush tarzi va madaniyatining rivojlanishi bilan bog‘liq tushunchalarni shakllantirishga xizmat qilgan.

Tadqiqot natijalarining aprobatsiyasi. Mazkur tadqiqot natijalari 4 ta xalqaro va 8 ta respublika ilmiy-amaliy konferensiyalarida ma‘ruza ko‘rinishida bayon etilgan hamda aprobatsiyadan o‘tgan.

Tadqiqot natijalarining e‘lon qilinishi. Tadqiqot mavzusi bo‘yicha jami 19 ta ilmiy ish, jumladan, O‘zbekiston Respublikasi Oliy attestatsiya komissiyasining dissertatsiyalar asosiy ilmiy natijalarini chop etishga tavsiya etilgan ilmiy nashrlarda 7 ta maqola (4 ta respublika va 3 ta xorijiy jurnallarda) chop etilgan.

Dissertatsiyaning tuzilishi va hajmi. Dissertatsiya tarkibi kirish, uch bob, to‘qqiz paragraf, xulosa va foydalanilgan adabiyotlar ro‘yxatidan iborat. Dissertatsiyaning umumiy hajmi 129 betni tashkil etadi.

DISSERTATSIYANING ASOSIY MAZMUNI

Dissertatsiyaning “**Kirish**” qismida o‘tkazilgan tadqiqotlarning dolzarbligi va zarurati, tadqiqotning respublika fan va texnologiyalari rivojlanishining asosiy ustuvor yo‘nalishlariga bog‘liqligi, dissertatsiya bajarilayotgan muassasasi ilmiy-tadqiqot ishlari bilan bog‘liqligi, muammoning o‘rganilganlik darajasi, tadqiqotning maqsadi va vazifalari, obyekti, predmeti va usullari yoritilgan. Shuningdek, ilmiy yangiligi, amaliy natijalari, tadqiqot natijalarining ishonchliligi va ilmiy-amaliy ahamiyati tavsiflangan.

Tadqiqotning birinchi bobi “**Salomatlik falsafasi: ilmiy-nazariy, tibbiy-antropotsentrik va ijtimoiy-falsafiy asoslari**” deb nomlanadi. Mazkur bobda, salomatlikning ilmiy-nazariy, tibbiy-antropotsentrik va ijtimoiy-falsafiy asoslari, salomatlik fenomenini ilmiy-nazariy muammo sifatida o‘rganishdagi konseptual yondashuvlar tadqiq qilinadi. Ishda, shaxs ma’naviy-axloqiy imperativlar, salomatlikni saqlovchi an’analar va yoshlarda o‘z-o‘zini jismoniy tarbiyalashga oid tajribalari, ko‘nikmalari mavjud muayyan ijtimoiy muhitda shakllanishi, “ijtimoiy borliq ijtimoiy ongini belgilaydi” degan falsafiy fikrlardan kelib chiqib, inson va uning ijtimoiy sifatlari, jismoniy yetukligi ma’lum bir tarixiy-madaniy an’analarning, ijtimoiy-pedagogik muhit va dunyoqarashning mahsuli ekanligi tadqiq etiladi. Jismoniy yetuklik bundan istisno emas, u ma’lum bir tarixiy-madaniy va etnopedagogik tajribalarga asoslangan, isbotlangan dam olish texnologiyalariga ega muhit, dunyoqarash ta’siri natijasidir. Dissertantni fikricha, salomatlik, sog‘liqni saqlash muammolari insonni, avlodlarni doimo o‘yga, tashvishga solib kelgan abadiy mavzulardan biridir. Salomatlik to‘liq va quvonchli hayot, farovonlik va uzoq umr asosi hisoblanadi. “Tibbiyot fanining otasi”, asoschisi Gippokrat (mil. avv. 460-y. 370) shunday yozgan edi: “Gimnastika, jismoniy mashqlar, yurish har bir kishining kundalik hayotiga mustahkam kirishi kerak”¹. Bu bilan u insonning baxtiyor yashashi, uzoq umr ko‘rish salomatlikka, tananing baquvvatligiga bog‘liqdir, demoqchi. Aristotel talqiniga ko‘ra, “Hayot - harakat demakdir”². Uning “Shakllanish va yemrilish haqida” (“О возникновении и уничтожении”) degan asari borliq va inson mavjudligining asosini harakat, o‘zgarish, siljish tashkil etadi, degan g‘oyaga qurilgan. Uning fikricha, agar Platon shakllanish va yemrilishni faqat jonsiz predmetlarga, elementlarga doir narsa deb tushuntirgan bo‘lsa, aslida esa ularga sifat va o‘lish ham xos, deb yozadi³. Yangi davr falsafasining asoschisi F.Bekon esa, ilm-fanning maqsadi “inson hayotini yangiliklar va kashfiyotlar bilan mazmunli qilish”, deb bilgan. Salomatlik esa inson hayotiga mazmun baxsh etuvchi voqelikdir⁴.

Bobda, jismoniy madaniyat salomatlikning ideal holati bo‘lgan sport yo‘nalishi bilan ham bog‘liqligi ochib beriladi. Maksimal natijalar, rekordlar salomatlikka erishishning, jismoniy madaniyatning eng jozibador jihati bo‘lib

¹ Qarang: Афоризмы. - Минск: Современ. литератор, 1999. С.19.

² O‘sha asar. С.194

³ Qarang: Аристотель. Сочинения в четырех томах. Том 3.-Москва:Мысль, 1981. С.384- 386

⁴ Qarang: Михаленко Ю.П. Ф.Бэкон о здоровье человека. // Философия здоровья. Москва: РАН, Институт философии, 2001. С. 24.

qolishi, rekordlar o'rnatish, eng yuqori natijalarni qo'lga kiritish istagi inson erishishi mumkin bo'lgan ko'rsatkichlarning oxirgi nuqtasi emasligini, ulardan ham yuqori ko'rsatkichlarga erishish mumkinligini ko'rsatishi, bu ko'rsatkichlar nima va qayerda ekanligini inson bilmasligi, shu nuqtai nazardan insonning imkoniyatlari ulkan, cheksizdir, degan fikr mavjudligi tahlil etiladi. Tadqiqotchining fikricha, faqat bu imkoniyatlarni amalga oshirish uchun maxsus ijtimoiy-pedagogik dastur, muayyan ijtimoiy-iqtisodiy, huquqiy, uslubiy va me'yoriy mexanizmlar zarurligi ta'kidlanadi. Jismoniy madaniyat tizimi, salomatlik ko'rsatkichlari ijtimoiy-iqtisodiy taraqqiyotning ifodasi hisoblanadi. Ular tarkibi murakkab bo'lgan (davlat va jamoat rahbariyati tamoyillarining kombinatsiyasi), shuningdek, turli moliyalashtirish manbalari va moddiy qo'llab-quvvatlashidan iborat, davlat byudjeti, davlat mablag'lari, korxonalar, kasaba uyushmalari, kooperativ jamiyatlar, homiylik va boshqalar o'ziga xos tizimli yordam va boshqarish hisoblanadi. Ijtimoiy-iqtisodiy jihatdan ular xalq xo'jaligining moddiy va nomoddiy, rivojlangan ishlab chiqarish tarmog'ini o'z ichiga oladi. Ishlab chiqarish sohasi xodimlarining mehnati masalan, sport inshootlari, asbob-uskunalar, poyabzal, kiyim-kechaklar moddiy xususiyatga ega. Ammo bu moddiy soha insonning salomatligini mustahkamlashga, jismoniy tarbiya va madaniyat tizimini samarali tashkil etishga qaratilgan¹.

Dissertatsiyada, salomatlikni mustahkamlash uchun jismoniy madaniyatni tizimli va kompleks tarzda qo'llab-quvvatlovchi subyekt, institut davlat hisoblanishi, davlat jismoniy madaniyat sohasining zarur anjomlar, asbob-uskunalar va mutaxassislar bilan ta'minlanishni tashkil etishi ochib beriladi. Ijtimoiy shart-sharoitlar faqat kishilarning jismoniy madaniyati yoki sport bilan shug'ullanishiga imkoniyat yaratadi, qolgani shaxsning, kishilarning xohish-istaklariga va qiziqishlariga bog'liq. Shuning uchun odamlarga jismoniy mashqlarning har qanday shakllarini yoki sog'lomlashtirish usullarini taklif qilishdan oldin, ularning qiziqish va istaklarini o'rganish va shakllantirish zarur bo'ladi. Bugungi odam o'tgan asrda yashagan odam emas, o'sha davrlarda sport va dam olish majmualari, inshootlari, klublari kam edi, hozirgi davrda shaxs ulardan o'ziga ma'qul keladiganini tanlash imkoniga ega. Albatta, ijtimoiy-iqtisodiy omillar odamlar ongi va manfaatlariga ta'sir qiladi, lekin salomatlikni mustahkamlash, jismoniy tarbiya bilan shug'ullanish, bu borada zarur ko'nikmalarga ega bo'lish har doim shaxsning qiziqishlari va intilishlariga bog'liq. "Men aniq bilamanki, - deb yozadi taniqli psixoterapevt va o'zini-o'zi sog'lomlashtirish metodikasining muallifi, asoschisi G.N.Sitin, - sog'likni yaxshilash g'oyasidan ilhomlangan inson tabiatning barcha elementlaridan, barcha qarama-qarshi kuchlaridan ustun turadi va barcha qarshi ta'sirlarga qaramasdan, sog'lom turmush tarzini saqlaydi. Salomat bo'lish istagidan, g'oyasidan ilhomlangan inson o'z kuchi bilan barcha kasalliklardan ustun turadi va chindan ham yengilmas, kuchli, salomat kishiga aylanadi"². Salomatlikni, sog'lom turmush

¹ Qarang: Алламуратов Ш.И., Пожидаева Т.Ф., Хасанова Л.Ш., Савочкин М.Б. Физическая культура и здоровый образ жизни. - Тошкент: ТИТЛП, 2011. С.31.

² Ситин Г.Н. Животворящая сила. Помогите себе сам. - Новосибирск: Предприятие "Вен Мер", 1994. С. 91-93

tarzini tashkil etishni ijtimoiy-madaniy shart-sharoitlarga bog'lash mumkin. Jismoniy tarbiya, sport ilmi, sog'lom turmush tarzini shakllantirish metodikasi huquqiy mexanizmlar, normativ-huquqiy hujjatlar bilan chambarchas bog'liqdir. Ishda, tibbiy-antropotsentrik izlanishlarda yurak-tomir tizimining normal ishlashi tana vazni, og'irligi, hatti-harakatning tempi, uxlash va ishlash ritmi, asab tizimi, mehnat va dam olish xususiyatlari, reproduktiv salomatlik kabi omillarga bog'liqligi ham ta'kidlanadi. Demak, yurak-tomir tizimi faqat uning funksional ishlashi mahsuli emas, u butun organizm va undagi qismlar ishlashining natijasi hamdir. Agar odamning oyog'i og'riyotgan bo'lsa, u bu og'riqni butun asabi, vujudi bilan his qiladi, natijada ushbu og'riq asablar orqali yurak-tomir tizimini bezovta qiladi. Shuning uchun tananing sog'ligi, qismlarning normal ishlashi yurak-tomir tizimiga, shuningdek, butun salomatlikka ta'sir etadi. Bu aslida tizimlarning bir-biriga bog'liqligini, inson organizmi esa, butun sistemasi sifatida, normal ishlaganidagina jismoniy yetuk bo'lishini anglatadi. Tashqi nafas olishni tadqiq etish usuli tiriklikni, ichki organlarning tashqi ta'sirlar bilan muvofiqligini, morfofunktsional tizimlarning organizm uchun kislorodni yetarli darajada yetkazib berilayotganini bildiradi. Nafas tizimi yurakning urishi, bioritmning tekisligi va o'pkaning jismoniy yukni ko'tara olishini ham ko'rsatadi. Organizmga tushadigan ortiqcha yuk nafasni siqib qo'yadi, shaxsda kuch qoldirmaydi, u darrov charchaydi yoki o'pka yukni ko'tarishni bajarolmaydi, nafas olish ritmi buziladi. Jismoniy yetuk, baquvvat organizm tashqi kislorodni ichki organlarga yetkazadi, ularning, ayniqsa, o'pkaning normal ishlashiga yordam beradi. Shu nuqtai nazardan nafas organlarining normal ishlashi, jismoniy yukni ko'tarishga xizmat qilishi salomatlik belgisi hisoblanadi.

Tadqiqotning ikkinchi bobi **“Jismoniy yetuklik va salomatlik: sharqona va g'arbona etnopedagogik tajribalar”** deb nomlanadi. Mazkur bobda, jismoniy yetuklik va salomatlik fenomenlarining etnopedagogik (etnodidaktik) va etnotafakkuriy asosga ega ilmiy masalalari muhokama qilinadi. Tadqiqot maqsadidan kelib chiqib, asosiy e'tibor etnopedagogik tajribalar, an'analar va ularning xalq ijodi asarlaridagi in'ikosiga qaratiladi. Sog'lomlashtirish instituti sog'liqni saqlash sohasida o'zini-o'zi jismoniy rivojlantirishning muhim komponentlari va texnologiyalari ekani bilan ajralib turadi. Sog'lomlashtiruvchi komponent subyekt (murabbiy, o'qituvchi, trener, muassasa) kasbiy faoliyatida majburiy minimumdir va hayot sharoitlariga, kundalik faoliyatiga e'tibor berish orqali obyekt (yoshlar, aholi, shaxslar)ni faollashtirish subyekt faoliyatining maksimumidir¹. Biroq sog'lomlashtiruvchi komponentni “ta'lim minimumi”ga kamaytirish mumkin emas, chunki sog'lomlashtiruvchi jismoniy tarbiya va madaniyat butun pedagogik tizimning, pedtexnologiyaning ijtimoiy mohiyatini ifoda etadi. “Majburiy minimum” jismoniy ta'lim-tarbiyaning barcha pedagogik usul va vositalaridan keng foydalanishni talab qiladi, u yosh avlodni tarbiyalashning strategik maqsadi bilan tarbiyaviy ta'sirni yanada samarali va

¹ Qarang: Формирование здоровья детей и подростков в системе непрерывного образования. Коллективная научная монография. Под ред. Т.Н.Ле-ван. - Новосибирск: СибАК, 2013. С. 9-15.

barkamol qilish uchun keng imkoniyatlar yaratadi. Salomatlik fenomenining tarkibiy qismi bo'lgan jismoniy tarbiya, jismoniy yetuklik sog'lom turmush tarzi - jismoniya madaniyat ko'nikmalarini va ijobiy xulq-atvor motivatsiyasini shakllantirishi tufayli e'tiborli voqelikdir. Jismoniy tarbiya va jismoniy yetuklik sog'lom turmush tarziga, kundalik me'yorga aylanib, shaxs hayotiga, faoliyatiga optimizm baxsh etadi, undagi pozitiv jihatlarga keng yo'l ochadi¹. Tadqiqotda, jismoniy yetuklikning ijtimoiy-falsafiy masalalarini etnopedagogik tajribalar nuktai-nazaridan tadqiq etilishi, mazkur yo'nalishdagi izlanishlar asosan zamonaviy ta'lim-tarbiyani mustahkamlashga, zamonaviy pedtexnologiyani kengroq joriy etishga qaratilganligi, zamonaviy jismoniy tarbiya va madaniyat etnopedagogik tajribalarni deyarli hisobga olmasligi, u bu tajribalarni ideal sifatida e'tirof etishi, aslida bu ham muhim, biroq milliy manfaatlarga xizmat qiluvchi, o'z xalqi va vatani osoyishtaligini, rivojlanishini o'ylovchi shaxs uchun etnopedagogik tajribalar ko'proq zarurligi ta'kidlanadi.

Etnopedagogikadagi tajribalar shunchaki tarixiy-madaniy va ijtimoiy-tarbiyaviy meros emas, u millat, xalq ideallari ifodasidir. Zamonaviy jismoniy tarbiya va madaniyat ko'proq shaxsiy fiziologik va morfofiziologik parametrlarni nazarda tutadi, ularda milliy tajribalar, etnopedagogik xususiyatlar o'z aksini topavermaydi. Hatto milliy atamalar bilan nomlanadigan musobaqalar (masalan, kurash) ham modernizatsiyalashgan etnojismoniy mashqlarga aylangan. Ularda qayerda milliylik, qayerda transmilliylik borligini topish qiyin. Aslida bu jismoniy mashqlar va jismoniy tarbiya azaldan umuminsoniy xususiyat kasb etib kelganini ko'rsatadi.

Ishda, G'arb va Sharq etnopedagogikasidagi jismoniy yetuklikka oid tajribalar, xususiyatlar ijtimoiy-falsafiy nuqtai nazardan tadqiq etiladi. Har ikkala yo'nalish ham inson organizmining morfofunktional va tarixiy-madaniy, ijtimoiy-tarbiyaviy tajribalarni o'zida mujassam etadi. Biroq ijtimoiy-tarixiy jarayonlar, etnik taraqqiyot jismoniy yetuklik masalasiga har xil yondashishni keltirib chiqargan. Qahramonlik eposlaridagi obrazlar bir tomondan, jismonan baquvvat, kuchli vatanparvar, xalqparvar sifatida namoyon bo'lsa, ikkinchi tomondan, ular etnosning ijtimoiy talablari va da'vatlariga ergashadi, o'zidagi axloqiy -ma'naviy fazilatlarni etnik qadriyatlar tarzida namoyon qiladi. Etnosda qaror topgan ijtimoiy an'analar qahramonlarni, ularning xatti-harakatlari va intilishlarini belgilab beradi, aynan shu belgisi tufayli qahramonlar hayoti etnopedagogik mohiyat kasb etadi. Etnopedagogika xalq maqollari, matallari, ertaklari, Morf hikoyatlari va tajribalaridagi ijtimoiy-tarbiyaviy qarashlarni, g'oyalarni o'z ichiga oladi. Xalq ijodiga taalluqli har qanday fikrdan, asardan va ma'naviy merosdan etnopedagogikaga taalluqli mavzu topsa bo'ladi. Ammo bizni jismoniy yetuklik masalalari qiziqtirgan, tadqiqotimiz maqsadi ham ana shu mavzu atrofidadir.

Zamonaviy pedagogika etnopedagogik tajribalarga tayanganida milliy tarbiya maqsadlariga muvofiqlashadi. Zamonaviy jismoniy tarbiya va madaniyat etnopedagogik an'analarni rad qilmaydi, unda, mavjud milliy xususiyatlarga

¹ Qarang: O'sha asar. C.15

tayangan holda, modernizatsiyalashuv jarayonlari ham kechishi tabiiy holdir. Insondagi umuminsoniy xususiyatga ega fiziologik va morfofiziologik belgilar jismoniy mashqlarni ham ushbu belgilarga, xususiyatga muvofiq tashkil etishga undaydi.

Ishda, etnopedagogika xalq maqollari, matal va aytishuvlari, xalq kitoblari, latifalar kabi og‘zaki ijod namunalaridagi ijtimoiy-tarbiyaviy fikrlarni, g‘oyalari haqida ham fikr yuritiladi. Mazkur merosda xalqlarning hayotiy tajribalari, bolalar tarbiyasi va jamiyatda qaror toptirilishi zarur bo‘lgan ma‘naviy-axloqiy ideallar o‘z mujassamini topgan. Masalan, o‘zbek xalq maqollari va matallari ichida muammoga oidlari ko‘plab topiladi. “Sog‘ tanda - sog‘lom aql”, “Salomatlik - tuman boylik”, “Sog‘ yuray desang - mehnat qil”, “ Aftini ko‘r - holini so‘r”, “Molning tashiga emas, tishiga boq”, “ O‘g‘ling bo‘lsa el bo‘lsin, el bo‘lmasa sher bo‘lsin”, “Kelinni beliga qarab emas, fe‘liga qarab tanlaydilar”, “Ko‘rk - to‘rt kunlik, salomatlik - umrlik”. Mazkur merosda insonga loyiq, jamiyatda qaror topishi zarur bo‘lgan axloqiy-ma‘naviy ideallar, gumanistik maqsadlarni o‘z ustiga olgan ijtimoiy-falsafiy obrazlar tasvirlanadi. Ular shunchaki, pand-nasihatlar, u yoki bu hayotiy vaziyatlar bayoni emas, ularda xalq hayotini, idealini o‘zida mujassamlashtirgan ijtimoiy-falsafiy g‘oyalar to‘plangan. Masalan, mol bozoriga chiqqan sodda kishi molning tashqi ko‘rinishiga tikiladi, tanasi kelishgan, tuklari silliq molga savdogar bo‘ladi. Bu har doim ham ko‘ngildagi natija keltirmaydi, shuning uchun xalq maqolida, avvalo, molning, otning tashiga emas, tishiga qarash tavsiya etiladi. Otning tishi uning jismoniy holatini, sog‘ligini ifoda etadi. It, kuchuk va boshqa jonivorlarni xarid qilganda ham xalq tajribalariga, an‘analariga rioya etadigan kishi, avvalo, ularning tishini ko‘radi, tekshiradi.

Tadqiqotchining fikricha, xalq eposlari va ertaklaridagi qahramonlarning tashqi ko‘rinishi va ma‘naviy-axloqiy olami inson kamolotiga taalluqli idealni tasvirlagani uchun ham zamonaviy pedagogika unga tayanadi. Demak, etnopedagogika zamonaviy ijtimoiy-tarbiyaviy, shu jumladan, jismoniy madaniyatning ham negizini tashkil etadi. Bu o‘rinda ikki jihat ko‘zga tashlanadi: birinchisi, xalq qahramonlari etnografik va tarixiy-madaniy tajribalarni o‘zida mujassam etadi, xalq madaniyatining butun boyliklari, tajribalari ana shu obrazlardagi xislatlardadir. Xalq qahramonlari - etnopedagogik simvollardir. Hech bir etnopedagogika ushbu simvollarsiz bo‘lmaydi. Ikkinchisi, etnopedagogika qotgan tajribalar, retseptlar va tavsiyalar yig‘indisi emas, u zamonaviylashish, modernizatsiyalashish xususiyatiga ega. Jismoniy tarbiyadagi tajribalar har bir avlod uchun muhim, ammo ushbu xususiyat yangi davr talablari va usullari bilan boyitilganida kishiga, tarbiyalanuvchiga zavq va kuch beradi. O‘z quvvatini namoyish qilish uchun endi jang maydonlariga borish, dushman bilan olishish, uni o‘ldirish shart emas, bugun jismoniy tarbiya sport zallariga va stadionlarga qatnashga undaydi. Biroq, buni esdan chiqarmaslik kerakki, etnopedagogikadagi jismoniy yetuk xalq qahramonlariga oid fazilatlar (gumanizm, altruizm, vatanparvarlik, elparvarlik, mehnatsevarlik, adolatpeshalik) zamonaviy pedagogika uchun ham ideal bo‘lib qolmoqda. Shuning uchun etnopedagogika bilan

zamonaviy pedagogika tajribalarini bir- biriga qarshi qo'ymay, ularni, jismoniy yetuk shaxslarni tarbiyalash maqsadida, uyg'unlashtirish zarur.

Dissertatsiyaning uchinchi bobi, **“Yangi O'zbekistonda jamiyat jismoniy madaniyatini yuksaltirish konsepsiyasi: jismoniy yetuk va ijtimoiy kreativ yoshlarni shakllantirishning etnodidaktik (pedagogik) muammolari”** deb nomlangan bo'lib, mazkur bobda yangi O'zbekistonda jamiyat jismoniy madaniyatini yuksaltirish, jismoniy yetuk va ijtimoiy kreativ yoshlarni shakllantirishning konseptual masalalari tadqiq etiladi. Jismoniy sog'lom va ijtimoiy kreativ shaxslar amalga oshirilayotgan islohotlarda faol qatnashishi mumkin. Shuning uchun bobda jamiyat jismoniy madaniyatini yuksaltirish konsepsiyasining ijtimoiy-falsafiy mohiyati ochib beriladi.

Tadqiqotda, jamiyat jismoniy madaniyatini yuksaltirish konsepsiyasining yadrosini salomatlik falsafasi tashkil etishi haqida ham so'z yuritiladi. Salomatlik falsafasi jamiyat va sotsium a'zolarining ijtimoiy hayotda faol qatnashishlari uchun zarur bo'lgan jismoniy, psixofiziologik va morfofunktsional fazilatlarni shakllantirishga qaratilgan konseptual g'oyalar jamuljamidir. Salomatlik falsafasi hayot falsafasining tarkibiy qismi sifatida inson va jamiyatni jismonan faol qilish, ijtimoiy taraqqiyot uchun zarur fazilatlarga, ayniqsa, sog'lom yashashga undash vazifasini bajaradi. Ma'lumki, ijtimoiy taraqqiyot turli sun'iy va tabiiy to'siqlarga duch keladi, ushbu to'siqlarni bartaraf etish uchun jamiyatga sog'lom avlod va salomatlikni e'zozlovchi shaxslar kerak. “Salomat bo'lmay, - deb yozadi Seneka, - sen hayot aziyatlariga, to'siqlariga chiday olmaysan. Jismoniy salomatlik ruhiy salomatlikdan kam emas, ularni oqilona uyg'unlashtirib niyat, o'yingga yetasan. Bu Epiktetning ham tilagi”¹. Demak, jamiyatni jismoniy madaniyatini yuksaltirish konsepsiyasi salomatlik falsafasiga tayanib, shaxsni ijtimoiy kreativ, faol va sotsiumni sog'lom turmush tarzini qaror toptirgan ijtimoiy makon bo'lishini istaydi.

Bobda, etnopedagogikaga oid xalq asarlaridagi bosh qahramonlarning hayoti, faoliyati, fazilatlari ham ana shu talablar mahsuli ekanligi tadqiq etiladi. Tadqiqotchini fikricha, jismoniy, ham ma'naviy yetuklik timsoli, yoshlar uchun hayotiy ideal bo'la olishi hamda inson kamoloti to'g'risida gapirganda uning ruhiyatiga, hissiyotiga, badiiy tafakkuriga ta'sir etuvchi estetik omillarga e'tibor qaratish lozimligi ta'kidlanib o'tiladi. Etnoestetik omillar, falsafa fanlari doktori, professor O.Nishonova yozganidek, xalqning go'zallik, nafosat, ezgulik, qahramonlik, axloqiylik haqidagi asrlar davomida shakllangan an'analari, tushunchalari va badiiy estetik asarlar, artefaktlar yaratish tajribalarini ifoda etadi². Bu etnoestetik artefaktlar, qadriyatlar insondagi tashqi va ichki go'zallikni tarannum etadi, uni badiiy-estetik ijod bilan shug'ullanishga undaydi. Badiiy-estetik ijodning ushbu funksiyasini hisobga olib davlatimiz rahbari yoshlar tarbiyasiga, kamolotiga oid besh tashabbusning birinchisi qilib yoshlarning musiqa, rassomlik, adabiyot, teatr va san'atning boshqa turlariga qiziqishini

¹ Сенека.А.Л. Нравственные письма к Луцилию. - Кемерово, Кемеровское книж. издательство, 1993. С.238-239

² Qarang: Нишонов О. Халқ маданияти ва унинг этноэстетик моҳияти. - Тошкент: Фан, 2011. 14-15 б.

oshirish, ist'dodini yuzaga chiqarish zarurligini ko'rsatdi. Ishda, etnopedagogik tajribalar va xalq qahramonlari jismoniy yetuklik simvollari sifatida yoshlarning hayotiy maqsadlariga ta'sir etishi, ularda fizkultura va sportga qiziqish uyg'otishi kabi masalalar tahlil etiladi. Bosh qahramonlarning g'ayri hayotiy, yovuz kuchlarga qarshi chiqishi, adolat, haqiqat va ezgulik tantanasi uchun mardonavor kurashishi yoshlardagi "kim bo'lsam ekan" degan savolga javob bo'lib ko'rinadi. Etnopedagogikadagi ushbu psixologik ustanovkani zamonaviy jismoniy madaniyat va tarbiya jarayonlariga singdirish maqsadga muvofiqdir. Biroq "kamonda tangani urish", "to'qmoq bilan yovni tum-taraqay qochirish", otda sayohatga yoki sevgan kishisini izlashga chiqish, zindondagi bahaybat mavjudotlar bilan olishish davri o'tdi. Bu syujetlar endi xalq og'zaki ijodi va san'ati namunalaridagina mavjud. Ammo xalq qahramonlari qalbini chulg'agan vatanparvarlik, sadoqat, haqiqatgo'ylik va mardlik g'oyalari, o'zining umuminsoniy va gumanistik mohiyatiga muvofiq, zamonaviy jismoniy madaniyat va tarbiyaga joriy etilishi mumkin. Qoidani qisqacha quyidagicha shakllantirish mumkin: jismoniy madaniyat va yetuklik etnopedagogikadagi umuminsoniy, gumanistik g'oyalar bilan sug'orilishi lozim. Bobda, jismoniy yetuklik qotib qolgan, dogmatik model emasligi, u insonning yetuklik, go'zallik, botirlik va ma'naviyat haqidagi tasavvurlarining o'zgarishi ta'sirida u yoki bu tamoyilga, qoidalar majmuasiga aylanishi mumkinligi haqida ham fikr yuritiladi.

Dissertantni fikricha, etnopedagogik modellar (qahramonlar, ideallar, artefaktlar) zamonaviylashib davr talablariga javob beradi va shu tariqa o'zining yashovchanligini isbotlaydi. Agar biror mutaxassis yoki ijodkor Alpomish yoki Manas qahramonliklarini, hayot tarzi va shug'ullangan mashqlarini jamlab, zamonaviy usullar bilan boyitib, videotasvir, disk, elektron darslik yaratsa, ajablanmaslik kerak. Bunday innovatsion yondashish uchun etnopedagogikada obrazlar, tajribalar yetarlicha topiladi. Demak, jismoniy yetuklik etnopedagogikadagi tajribalar, usullar modernizatsiyalashuvining mahsuli bo'lishi tabiiy holdir. Tadqiqotda, jismoniy yetuklik ham cheksiz muammo, mavzu bo'lib qolishi hamda bu boradagi har bir ilmiy izlanish antropologik bilimlarning oshishiga yordam berishi, shu tarzda, asta-sekinlik bilan jismoniy yetuklik haqidagi qarashlar boyib borishi haqida ham so'z yuritiladi. Dissertantni fikricha, inson mavjud ekan, unda komillik sari intilish so'nmas ekan, jismoniy yetuklik uni o'ziga chorlayveradi. Buning uchun insonning jismoniy yetuklikka intilishini hayot kabi jonli va zavqli, sog'-salomat yashashiga yordam beradigan, ijtimoiy kreativligini namoyon etadigan o'yinlar bilan boyitish darkor. Jismoniy mashqlar bu o'yindir. Jismoniy madaniyatdagi ushbu fundamental talabni zerikarli, sxematik, zavqsiz darslarga aylantirmaslik zarur. "Hayot o'yindir. Unda o'yin bo'lmagan narsa yo'q", deb yozadi taniqli faylasuf Y.Xayzinga¹. Bu fikr jismoniy madaniyatga, tarbiyaga bevosita taalluqlidir. Sakkizinchi qoidani shunday atash mumkin: jismoniy mashqlar ijtimoiy-falsafiy mohiyatiga ko'ra o'yin, ammo ushbu

¹ Хайзинга Й. Играющий человек. - Москва: АСТ, 2008. С. 34.

o‘yin insonni zavqlanib, salomat va ijtimoiy kreativ yashashiga yordam bersin. Jismoniy yetuklik ushbu o‘yindan o‘sib chiqadi.

XULOSA

O‘tkazgan tadqiqotimiz bizni quyidagi xulosalarga olib keladi:

Inson va jamiyat taraqqiyoti to‘g‘risidagi har qanday fikr, g‘oya, konsepsiya negizida aholining, subyektlarning salomatligiga bevosita bog‘liq bo‘lgan reproduktiv va ijtimoiy kreativ faolligi, islohotlarni qo‘llab-quvvatlashi, jamiyat uchun muhim bo‘lgan ne‘matlarni, boyliklarni yaratishga tayyorligi yotadi. Shuning uchun salomatlikni ta‘minlash va asrash insoniyat mavjudligining azaliy, “o‘zi-o‘zi uchun” mavjud muammosi, ontogenez va filogenez asosi sifatida tasavvur etiladi. Salomatlik falsafasi inson umri mohiyatini jismoniy yetuk bo‘lish, baquvvat, sog‘-salomat yashash, insoniy burchlarini to‘la bajarishda ko‘radi. Jismoniy madaniyat, kreativ faollik insonga zavq-shavq keltiradi, hayotiga ma‘no-mazmun, ma‘naviy-ruhiy holatiga tetik, optimizm baxsh etadi, uni ijtimoiy taraqqiyotga g‘ov to‘siqlarni dadil bartaraf etishga undaydi. “Harakat - hayot belgisi” (Aristotel). Chunki harakatlari, jismoniy faolligi tufayli inson subyekt ekanini, hayotga kreativ munosabatini ifoda etadi, sog‘lom kishigina o‘lish, taraqqiyot va farovon yashash uchun foydali narsalarni yaratadi. Insoniyat tarixida jismni, badantarbiyani, mashqlarni, jismoniy madaniyatni rad etib, ma‘naviy-ruhiy yetuklikka intilganlar ko‘p bo‘lgan, ularning ba‘zilari betakror metafizik, ma‘naviy meros qoldirgan. Biroq insoniyat taraqqiyoti, o‘lish jismoniy harakatlarga, kreativ faollikka, amaliy izlanishlarga tayanib kelganini ko‘rmaslik mumkin emas. O‘tkazgan ilmiy izlanishlarimiz natijalari bizni quyidagi ilmiy, ijtimoiy-falsafiy xulosalarga olib keladi.

Birinchidan, salomatlik falsafasiga insonning jismonan sog‘-salomat, ijtimoiy kreativ, faol, xastalikdan yiroq, uzoq umr ko‘rishga, hayotdan mamnun va zavq olib yashashga bo‘lgan tasavvurlarining ifodasi deb qaramoq kerak. Bu tasavvurlar inson organizmining ijtimoiy mehnatga, tabiiy-biologik, fiziologik va kundalik vazifalarini talab darajasida bajarishga tayyor ekanini ifoda qilgani uchun amaliy xususiyat kasb etadi. Ilmiy va metafizik mushohadalar nuqtai nazaridan uni falsafiy ta‘limot, nazariya, hatto konsepsiya tarzida qabul qilish, anglash mumkin. Buning uchun uning nazariy metodologik masalalarini tadqiq etish, obyekt va metodlariga oid ilmiy qarashlarni shakllantirish, empirik tajribalarni umumlashtirish darkor.

Ikkinchidan, jismoniy yetuklik noyob, fenomenal hodisadir. Salomatlikni bebaho, fenomenal voqelikka aylantirgan omil aslida jismoniy yetuklikdir. Biroq jismoniy yetuklikning noyob voqeligi salomatlik fenomenining real hayotda, kishilar turmushi tarzi, harakatlari va faoliyatida uchrashini shubha ostiga qo‘ymaydi. Jismoniy yetuklik haqidagi har qanday fikr, qarash salomatlik sintezi orqali idrok etiladi, ifodalanadi. Demak, salomatlik jismoniy yetuklikning avvali, boshi, substansiyasidir.

Uchinchidan, jismoniy yetuklik noyob, individual voqelik hisoblansa-da, unga maxsus pedtexnologiya va metodlar bilan erishish mumkin. Bu o‘rinda jahon

rekordlarini o'rnatgan sportsmenlarni, kulturistlar va fitneschi xotin-qizlarni keltirish mumkin. Tananing go'zal, simmetriya qonuniyatlariga muvofiq tuzilishi, egiluvchan va harakatchanligi, o'zini-o'zi boshqarishi, to'siqlarni osongina bartaraf eta olishi kabi tashqi xislatlari salomatlikning umumiy talabi bo'lsa, jismoniy yetuklik esa hammada ham uchrayvermaydigan jismoniy barkamollik, oddiy sog'lom kishilar o'z ustiga ololmagan jismoniy mashqlarni va to'siqlarni bajarishga hozirlik, o'ta baquvvatlik, organizmdagi fiziologik imkoniyatlarning to'la namoyon bo'lishidir.

To'rtinchidan, etnopedagogik (etnodidaktik) tajribalar va etnojismoniy madaniyat xalq eposlari, miflari, ertak, maqol va matallari, hikoyatlari, ijodi va san'ati, mentaliteti, madaniyati, artefaktlari va turmush tarzi kabilarda mujassamdir. Ularning har biridan yoshlarda jismoniy madaniyatni va yetuklikni shakllantirishga oid mavzular, fikrlar topish mumkin. Biroq G'arb etnopedagogik tajribalari bilan Sharq etnopedagogik tajribalari o'rtasida ma'lum bir farqlar borligi uchun biz ularga xos jihatlarni alohida mavzularda qarab chiqdik. G'arb etnopedagogikasida inson xudolar (Zevs va Olimpdagi xudolar) bilan bahsga kirishishi, uning irodasiga bo'ysunmasligi, kerak bo'lsa, unga qarshi chiqishi mumkin. Bunga Prometey misol. Sharq etnopedagogikasi esa boshqa tamoyilga, ya'ni xudoning amriga qarshi chiqmaslik, uning irodasiga bo'ysunish va uni yetuklik timsoli sifatida qarashga tayanadi.

Beshinchidan, jismoniy yetuklik bilan ma'naviy yetuklik o'rtasida dialektik bog'liqlik mavjud. Ilmiy adabiyotlarda ma'naviy yetuklik masalalariga ko'proq e'tibor berilgani uchun ularda jismoniy yetuklik deyarli tilga olinmaydi, u haqda gapirish an'ana emas. Ha, insoniyat tarixida vujudan, uning talab va ehtiyojlaridan voz kechib, ma'naviy barkamolikka yetgan kishilar bo'lgan. Ko'pincha ular jamiyatdan, kishilar davrasidan uzoqda yashashgan, dunyoviy tashvishlardan xoli bo'lishga intilishgan. Bugun hayot kishidan ijtimoiy kreativ faollikni talab qilmoqda, uning zimmasiga fuqarolik burchlarini va mas'uliyatini yuklagan, jamiyatdagi ma'naviy-axloqiy imperativlarga, huquqiy me'yorlarga bo'ysunishga undaydi.

Oltinchidan, jismoniy yetuklik real voqelikdir. U inson organizmining fiziologiya va simmetriya qonunlariga muvofiq shakllanganligi. Bunga maxsus jismoniy mashqlar va pedtexnologiya bilan erishsa bo'ladi. Istagan yosh, filogenetik rivojlanishining ma'lum bir bosqichida (ko'pincha 20-35 yoshlarida) o'z tanasini, vujudiy tuzilishini Apollon yoki Veneradagi kabi ko'rinishga keltirishi mumkin. Biroq jamiyat va ijtimoiy taraqqiyot uchun tashqi ko'rinishini takomillashtirish, bu bilan cheklanish emas, balki ijtimoiy hayotda kreativ, faol va sog'-salomat qatnashadigan "apollon - veneralar" muhimdir. Jismoniy yetuklik "o'ziga o'zi uchun" voqelik bo'lib qololmaydi, u inson borlig'ini takomillashtirishga xizmat qilishi darkor. Ana shunda Inson bilan Jamiyat, Qism bilan Butun o'rtasidagi aloqalarda garmoniya, dialektik uyg'unlik, bir-birini qo'llab-quvvatlash qaror topadi.

Yettinchidan, Yangi O‘zbekistondagi jamiyat jismoniy madaniyatini yuksaltirish konsepsiyasi jismoniy yetuk avlodni tarbiyalashdek strategik maqsadga qaratilgan. Mazkur konsepsiyaga “Alpomish” va “Barchinoy” normativlari, jismoniy madaniyat sohasiga, mutaxassislar tayyorlash tizimiga mutlaq yangicha, innovatsion yondashuvlar kiritilmoqda. Milliy kurash xalqaro musobaqalar qatoridan joy oldi, yoshlarimiz boks, tekvondo, gimnastika, og‘ir atletika bo‘yicha jahon va qit’a chempionlari bo‘lishmoqda. Paraolimpiya o‘yinlari qatnashchilarimiz g‘oliblik xalqaro musobaqalarda yuqori shohsupalarini egallab keladi. Dunyodagi eng baquvvat, chaqqon va jismoniy yetishgan sportsmenlar bilan olishish, ularni yengish uchun shaxs jismoniy yetuklikning eng yuqori pog‘onasiga yetgan bo‘lishi lozim.

Sakkizinchidan, etnopedagogik meros bosh qahramonlarini ideallashtiradi. Ularga jismoniy va ma’naviy yetuklik fazilatlarini baxsh etadi. Jismoniy yetuklik gumanistik maqsadlarga bo‘ysunadi. Shuning uchun ham etnopedagogik (etnodidaktik) merosdagi qahramonlar yoshlar tomonidan ideal sifatida qabul qilinadi.

To‘qqizinchidan, jismoniy yetuklikning ijtimoiy-falsafiy modeli tibbiy-antropologiya, fiziologiya, etnotabobat, Jismoniy tarbiya nazariyasi va metodikasidagi tavsiyalarni, sxema va konstruksiyalarni takrorlamaydi, ammo ularga tayangan holda, mavjud, shu jumladan, etnopedagogik tajribalarni umumlashtirib, nazariy qoidalar ishlab chiqadi. Bu qoidalarda etnopedagogik (etnodidaktik) tajribalar va zamonaviy innovatsion izlanishlar uyg‘unlashtirilgan.

O‘tkazgan ilmiy tadqiqotimiz natijalaridan kelib chiqib, amaliyotga quyidagilarni tavsiya etishimiz mumkin:

1. Salomatlik falsafasining nazariy-metodologik asoslarini yaratish, ishlab chiqish uchun maxsus ilmiy tadqiqotlar uyushtirish darkor.
2. Salomatlikning jahon standartlariga qiyoslab me‘yorlarini, normalari va ko‘rsatkichlarini ishlab chiqish zarur.
3. Ta’lim-tarbiya jarayonlari va maqsadini sog‘lom avlodni tarbiyalash g‘oyasiga qurish va barcha tadbirlarni shu g‘oyaga bo‘ysundirish zarur.
4. Pedagogika va maxsus o‘quv yurtlarining dasturlariga “Jamiyat jismoniy madaniyatini yuksaltirish asoslari” degan fanni kiritish maqsadga muvofiqdir.
5. Darsdan tashqari tadbirlarda albatta, yoshlarda badantarbiya va sog‘lomlashtirish mashqlari bilan shug‘ullanishga qiziqish uyg‘otuvchi o‘yin elementlarni kiritish metodikasini yaratish lozim.
6. Etnopedagogik (etnodidaktik) merosdagi jismoniy tarbiya va yetuklikka oid fikrlarni, g‘oyalarni antologiya tarzida chop etish va tarbiya muassasalariga tarqatish o‘rinlidir.
7. Jismoniy madaniyatni yuksaltirishga oid mashqlarning elektron to‘plamini, disklar va videolarni yaratish kerak.
8. Yoshlarda sog‘lom turmush tarzini shakllantirishning eng samarali usuli ota-onalarning jismoniy tarbiya bilan shug‘ullanishi va ratsional ovqatlanish, tibbiy ko‘riklardan o‘tib turish, ochiq havoda sayr qilish, gipodinamiyani kamaytirishga

munosabatlaridir. Shuning uchun “Oilada sog‘lom turmush tarzi: muammolar, innovatsion izlanishlar, yechimlar” mavzusida ilmiy-amaliy konferensiyalar o‘tkazib turishni yo‘lga qo‘yish lozim.

9. Jismoniy yetuk avlodni shakllantirishda xalq tabobati (etnotibbiyot) imkoniyatlaridan ratsional foydalanishning ilmiy asoslangan dastur va yo‘riqlarini yaratish, chop etish muhim ahamiyatga egadir.

**НАУЧНЫЙ СОВЕТ DSc.03/30.12.2019.F.02.02
ПО ПРИСУЖДЕНИЮ УЧЕНЫХ СТЕПЕНЕЙ ПРИ
САМАРКАНДСКОМ ГОСУДАРСТВЕННОМ УНИВЕРСИТЕТЕ
ИМЕНИ ШАРОФА РАШИДОВА**

УРГЕНЧСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ

ИСКАНДАРОВ НУРБЕК ШЕРИФБОЕВИЧ

**ФЕНОМЕН ФИЗИЧЕСКОЙ ЗРЕЛОСТИ И ЕГО
ЭТНОДИДАКТИЧЕСКАЯ СУЩНОСТЬ**

09.00.04 – Социальная философия

**АВТОРЕФЕРАТ
ДИССЕРТАЦИИ НА СОИСКАНИЕ УЧЕНОЙ СТЕПЕНИ ДОКТОРА
ФИЛОСОФИИ (PhD) ПО ФИЛОСОФСКИМ НАУКАМ**

Самарканд – 2023

Тема докторской диссертации (PhD) зарегистрирована в Высшей аттестационной комиссии под номером B2021.3.PhD/Fal626.

Диссертация выполнена в Ургенчском государственном университете.

Автореферат диссертации размещен на трех языках (узбекский, русский, английский (резюме) на веб-сайте Научного Совета samdu.uz, по адресу (www.ziyounet.uz) Информационно образовательного портала “ZiyoNet”.

Научный руководитель:

Хажиева Максуда Султановна
доктор философских наук, профессор

Официальные оппоненты:

Гайбуллаев Отабек Мухаммадиевич
доктор философских наук, профессор

Абилов Урол Муродович
доктор философских наук, профессор

Ведущая организация:

Каракалпакский государственный университет

Защита диссертации состоится на заседании Ученого совета по присуждению ученых степеней DSc.03/30.12.2019.F.02.02 в Самаркандском государственном университете имени Шароф Рашидова в 2023 году «___» _____ часов ____ (Адрес: 140104, г. Самарканд, Университетский проспект, 15 Тел.: (0366) 239-13-87, 239-11-40; факс: (8366) 239-11-40; e-mail: rector@samdu.uz. Самаркандский государственный университет имени Шарофа Рашидова, исторический факультет, 1 этаж, 105 аудитория).

С диссертацией можно ознакомиться в Информационно-ресурсном центре Самаркандского государственного университета имени Шароф Рашидова (зарегистрирован под №46). (Адрес: 140104, г. Самарканд, Университетский проспект, 15. Тел.: (0366) 239-13-87, 239-11-40; факс: (0366) 239-11-40.)

Автореферат диссертации распространен «___» _____ 2023.
(Регистрационный протокол № ____ от «___» _____ 2023 г.).

Ш.Ш.Негматова

Председатель научного совета
по присуждению ученых степеней,
доктор философских наук (DSc), профессор

Х.А.Джуракулов

Ученый секретарь научного совета
по присуждению ученых степеней,
доктор философских наук (DSc), доцент

А.Р.Самадов

Председатель научного семинара при научном
совете по присуждению ученых степеней,
доктор философских наук (DSc), доцент

ВВЕДЕНИЕ (аннотация диссертации доктора философии (PhD))

Актуальность и востребованность темы диссертации. Происходящие сегодня в мире биофизиологические, экологические, технологические, генетические изменения предъявляют особые требования к человеческому фактору, его физической и интеллектуальной деятельности. В развитых странах такие факторы как повсеместное потребительство, гиподинамия, набор веса, автоматизация и механизация физического труда, особенно ограничение масштабов поведения в связи с пандемией, часто контрпродуктивное действие фармацевтических средств, свидетельствуют о необходимости абсолютно нового подхода к повышению физической и интеллектуальной активности человека. С этой точки зрения важно определить и усовершенствовать пути, механизмы и методы повышения уровня физической зрелости, направленные на сохранение и укрепление здоровья человека.

В рамках проблем здоровья человека проводятся десятки тысяч научно-теоретических и практически-фундаментальных исследований, исходя из запросов современной мировой науки. В частности, среди них - исследования, связанные с феноменом здоровья, уровнем физической и духовной зрелости человека, здоровым образом жизни, сохранением и восстановлением здоровья человека, социальными, антропологическими, психофизиологическими и неврологическими проблемами физической культуры. Но современная общественная жизнь показывает, что философское исследование факторов и критериев, положительно влияющих на здоровье человека, и современных этнодидактических методов формирования зрелой физической личности остается одним из важных объектов исследования научного сообщества.

Охрана и укрепление здоровья каждого гражданина нашей страны, особенно воспитание физически и духовно зрелых молодых людей, оказание им всесторонней поддержки и создание благоприятных условий, стало одним из основных приоритетов нашей государственной политики. «Сегодня мы должны действовать ответственно, понимая, что эффективность процессов спортивной реабилитации неразрывно связана с задачами становления Нового Узбекистана»¹. В этом смысле сегодня необходимо проводить научные исследования по вопросам формирования физически здорового поколения и повышения их физической культуры. Научное исследование феномена физической зрелости и его этнодидактической сущности на сегодняшний день является весьма востребованной.

Настоящая диссертационная работа служит в определенной мере реализации задач, определенных в Указах Президента Республики Узбекистан ОФ-60 от 28 января 2022 года «О стратегии развития нового Узбекистана на 2022-2026 годы», ОФ-6099 от 30 октября 2020 года «О мерах по широкому внедрению здорового образа жизни и дальнейшему развитию массового спорта», Постановления ПЗ-3031 от 3 июня 2017 года «О мерах по дальнейшему развитию физической культуры и массового спорта», ПЗ-4881

¹ Мирзиёев Ш.М. Янги Ўзбекистон стратегияси. - Тошкент: "O'zbekiston", 2021. –Б. 223.

от 4 ноября 2020 года «О мерах по дальнейшему развитию отечественного вида спорта по борьбе и повышению авторитета на международной арене», Решения № PQ-5148 от 16 июня 2021 года «Об организационных мерах по внедрению системы оценки уровня физической подготовленности населения» и Закона Республики Узбекистан № O'RQ -394 от 4 сентября 2015 г. «О физической культуре и спорте» и предмету, а также в других нормативно-правовых документах.

Соответствие исследования приоритетным направлениям развития науки и технологий республики. Данное исследование выполнено в соответствии с приоритетным направлением развития науки и технологий республики I. «Формирование системы социальных, правовых, экономических инновационных идей информированного

Степень изученности проблемы. Изучение феномена здоровья и проблем физической зрелости всегда было в центре внимания ученых Запада. В частности, проблему гармонизации физической зрелости с духовной зрелостью, здоровьем человека, некоторыми аспектами физической зрелости изучали Гомер, Сократ, Платон, Гиппократ, Гален, Аристотель, они и обсуждали эту тему как социально-философскую проблему. Такие стоики как Диоген, Сенека и Эпиктет создали технологию сочетания проблемы физической зрелости с духовной зрелостью¹. Также проблемы физической зрелости ярко выражены в древнегреческой и древнеримской мифологии, народных сказках и этнодидактике. Некоторые аспекты физической зрелости изучали Р. Декарт, С. И. Гессен, Гиппократ, а в XX веке такие ученые как Э. В. Бачило, Э. Фромм².

Ученые СНГ изучают проблему физической зрелости во взаимосвязи с медициной, педагогикой, физиологией, экологией. Здесь можно привести научные исследования А.Г.Щедрина, В.П.Губы, С.В.Попова, Н.Л.Пирназорва³.

Узбекские ученые как Ш.И.Каримов, Г.И.Шайхова, Ш.И.Алламуратов, А.А.Кадиров, Н.У.Оринбоев⁴, фрагментарно исследовали проблемы в рамках

¹ См.: И.Гомер. Илиада.-Москва: "Follo, 2020; Геродот, История.-Москва: ОПМА медаигрупп, 2019; Платон, Сочинения в трех томах. Том. 3. Часть 1.-Москва: Мысль, 1971; Аристотел. Сочинения в четырех томах. Том 4.-Москва: Мысль, 1983; Антология кинизма. Фрагменты, сочинения кинических мыслителей,-Москва: «Наука», 1984; Сенека А.Л. Нравственные письма к Луцилию.-Москва: АСТ, 2021; Эпиктет, Беседы.-Москва: АСТ, 2021; Римские стоики.-Москва: «Республика». 1995.

² Декарт Р. Сочинения в 2 т.: Пер. с лат. и франц. Т. 1/Сост., ред., вступ. ст. В. В. Соколова. М.: Мысль, 1989. 654 с; Гессен С.И. Основы педагогики. Введение в прикладную философию/Отв. ред. и сост. П. В. Алексеев. — М.: «Школа-Пресс»,. 1995.-448 с; Гессен С.И. Основы педагогики. Введение в прикладную философию/Отв. ред. и сост. П. В. Алексеев. - М.: «Школа-Пресс»,. 1995.-448 с; Гиппократ. Избранные работы. — Москва: АСТ, 1999; Бачило Е.В. История медицины. Конспект лекций — Москва: ЭКСМО, 2007. - 160 с; Фромм Э. Здоровое общество. — Москва: АСТ, 2019. -528 с;

³ Щедрина А.Г. Здоровый образ жизни: методологические, социальные, биологические, медицинские, психологические, педагогические, экологические аспекты. - М.: Букинист, 2007. - 144 с; Губа В.П. ва б. Научно-практические и методические основы физического воспитания учащейся молодежи : учебное пособие. - М.: "Сов.спорт", 2008; Попов С.В. Валеология в школе и дома : о физическом благополучии школьников. — Санкт-Петербург: Союз, 1997. — 256 с; Пирназорва Н.Л. ва б. Научные основы физического воспитания студентов. — Новосибирск: Изд.СГУПС, 2010.

⁴ Соғлом овқатланиш саломатлик мезони. Академик Ш.И.Каримов тахрири остида. — Тошкент: "Ўзбекистон", 2015; Шайхова Г.И. Овқатланиш гигиенаси. — Т.: "Ўқитувчи", 2011; Алламуратов Ш.И. Физическая культура и здоровой образ жизни. — Т.: ТИТАП, 2011; Қодиров А.А. Тиббиёт тарихи. — Т.: Ўзбек миллий энциклопедияси давлат илмий нашри, 2005; Ўринбоев Н.У. Барқарор тараққиётни

этой темы. То есть они не исследовали как объект исследования с точки зрения философии. Эта ситуация напрямую вызвала необходимость социально-философского научного исследования темы на основе современных подходов.

Связь диссертационного исследования с планами научно-исследовательских работ высшего образовательного учреждения, где выполнена диссертация. Диссертационное исследование выполнено в соответствии с планом НИР Ургенчского государственного университета в соответствии с пунктом 2.4 «Программы развития Ургенчского государственного университета на 2017-2030 годы» и в рамках «Комплексной программы мероприятий, направленных на развитие научно-исследовательской деятельности и повышение научного потенциала».

Цель исследования - раскрыть социально-философскую сущность феномена физической зрелости на основе этнопедагогического (этнодидактического) наследия.

Задачи исследования:

выявить особенности проявления феноменов здоровья и физической зрелости в этнопедагогическом (этнодидактическом) наследии;

выяснение функциональных аспектов идеализации физической зрелости в этнопедагогике Востока и Запада (этнодидактике);

раскрыть социально-философскую, медико-антропологическую, этнопедагогическую природу диалектической связи физической зрелости и духовной зрелости;

выяснить детерминистическое влияние концепции повышения физической культуры общества в новом Узбекистане на создание модели физической зрелости и разработать предложения и рекомендации на этой основе.

Объектом исследования являются этнопедагогические (этнодидактические) основы феноменов здоровья и физической зрелости человека.

Предмет исследования определяется обоснованием влияния здоровья и физической зрелости на жизнь человека и общественно-творческую деятельность в философском аспекте.

Методы исследования. В диссертации используются такие методы научного познания как анализ и синтез, индукция и дедукция, ретроспективный анализ, объективность, логика, сравнительный анализ, интервью, наблюдение.

Научная новизна исследования заключается в следующем:

диалектическая гармония физической зрелости и духовной зрелости в этнопедагогическом наследии, зависимость физического, здорового, социально-творческого медицинского эмпирического феномена человека, а также конструктивных и деструктивных условий онтогенетического-филогенетического развития человека, основаны на гуманистической сущности;

логически доказана интеграция научно-теоретических, медико-антропологических особенностей философии здоровья, то, что философия здоровья есть выражение стремления человека быть физически здоровым, социально творческим, активным, свободным от болезней, жить долго, жить со смыслом и удовольствием от жизни, а институциональные и функциональные элементы народных героев - этнопедагогических символов;

раскрыта разработанная в Новом Узбекистане концепция повышения физической культуры общества, механизмы воспитания физически зрелого поколения, формирование организма человека по законам физиологии и симметрии, филогенетические (творческие, активные и здоровые) этапы развития физической зрелости;

определены дифференциальные аспекты взаимосвязи с переживаниями физической зрелости в этнопедагогике Востока и Запада, героических эпосах, мифах и сказках, народных символах развития человека, зрелости поколений.

Практические результаты исследования заключаются в следующем:

Определено, что в этнопедагогическом наследии физическая зрелость следует гуманистическим целям, и это не отрицает их практического воздействия на поведение человека и выполнение социальных обязанностей как косубстанциональных реальностей;

выработаны предложения и рекомендации, направленные на обогащение программ мероприятий организаций, действующих в рамках темы, а также на правильное понимание гуманистического характера философии здоровья, на понимание совместимости феномена физической зрелости с определенным филогенетической стадии развития человеческого организма и при рациональном подходе к физическим упражнениям.

Достоверность результатов исследования. Достоверность результатов исследования объясняется предложениями и рекомендациями, изложенными в статьях, опубликованных в сборниках республиканских и международных научных конференций, зарубежных научных журналов и специальных журналов, включенных в перечень ВАК РУз, апробацией выводов и утверждением полученных результатов уполномоченными организациями.

Научная и практическая значимость результатов исследования. Научная значимость результатов исследования заключается в том, что высказанные идеи, мнения и подходы обогащают представления о здоровье и физической зрелости научными, социально-философскими взглядами и могут быть использованы как важный научный источник в будущих научных исследованиях.

Практическая значимость результатов исследования заключается в том, что научно-исследовательские институты, занимающиеся проблемами здравоохранения, лечебно-образовательные центры, центры физической культуры, популяризирующие массовый спорт в своей повседневной, практической деятельности, а также могут быть использованы в системе высшего образования в создании методических пособий, учебников, тематических программ, онлайн-лекций.

Внедрение результатов исследования. На основе научно-практических рекомендаций и предложений, направленных на обоснование влияния здоровья и физической зрелости на жизнедеятельность человека и общественную творческую деятельность:

предложения о диалектической гармонии физической зрелости и духовной зрелости в этнопедагогическом наследии и о том, что в их основе лежит общая гуманистическая сущность были использованы для обеспечения реализации цифровых практических проектов I-FA-2019-25 Академии наук Республики Узбекистан Хорезмской академии Маъмуна на тему «Создание SMART-технологий на основе исследования истории, культурного наследия, памятников и произведений искусства городов Хорезма» и ПЗ-2020103078 на тему «Создание современного виртуального музея «Дарул Хикмат Вал Маъриф» (Справка № 158/1-22 Хорезмской Академии Маъмуна Академии наук Республики Узбекистан от 26 июля 2022 года). В результате, это послужило научно-теоретическим источником для выяснения социально-философских аспектов этих проектов;

предложения по концептуальным идеям и мыслям в научно-теоретических, медико-антропологических и социально-философских основаниях философии здоровья были использованы при разработке мероприятий Министерства Республики Узбекистан «Средства поддержки махаллей и пожилых», электронной площадки на тему «Оценка бытовой гигиены на основе пятизвездочных критериев» и территориальной карты на основе оценка собственной гигиены (Справка Министерства Республики Узбекистан по поддержке махаллей и пожилых № 04-02/144 от 10 июня 2022 года). В результате, это послужило дальнейшему совершенствованию разработки программ и инновационных идей, связанных с формированием здорового образа жизни и культуры молодежи;

научные выводы, предложения и рекомендации относительно значения разработанной в Новом Узбекистане концепции повышения физической культуры общества в воспитании физически зрелой и социально творческой личности были использованы в деятельности Агентства по делам молодежи Республики Узбекистан (Справка № 4-13-23-3083 Агентства по делам молодежи Республики Узбекистан от 22 сентября 2022 года). В результате, это послужило формированию здорового культурного образа жизни у молодежи нашей республики;

научные выводы и практические рекомендации по анализу опытов, связанных с физической зрелостью, в этнопедагогике Востока и Запада и их медико-антропологическим, социально-философским аспектам были использованы при подготовке сценария передач «Нация и духовность», «Молодежь Узбекистана», «Образование и развитие», вышедших в эфир в 2021-2022 годах на телерадиоканале «Узбекистан» Национальной телерадиокомпании Узбекистана. (Справка Национальной телерадиокомпании Узбекистана за номером 04-36- 770 от 30 мая 2022 года). В итоге, это послужило оформлению представлений, связанных с формированием здорового образа жизни и культуры молодежи в ее жизнедеятельности.

Апробация результатов исследования. Результаты исследования были представлены в виде докладов на 4 международных и 8 республиканских научно-практических конференциях.

Опубликованность результатов исследования. Всего по теме исследования опубликовано 19 научных работ, в том числе 7 статей (в 4-х республиканских и 3-х зарубежных журналах) в научных изданиях, рекомендованных для публикации основных научных результатов диссертаций ВАК РУз.

Структура и объем диссертации. Диссертация состоит из введения, трех глав, девяти параграфов, заключения и списка использованной литературы. Общий объем диссертации составляет 129 страницы.

ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ ДИССЕРТАЦИИ

Во **«Введении»** диссертации указывается актуальность и востребованность проведенного исследования, связь исследования с основными приоритетными направлениями развития науки и технологий республики, связь с научно-исследовательской работой учреждения где выполняется диссертация, выделяются уровень изученности проблемы, цель и задачи исследования, объект, предмет и методы. Также описываются научная новизна, практические результаты, достоверность и научно-практическая значимость результатов исследования.

Первая глава исследования называется **«Философия здоровья: научно-теоретические, медико-антропоцентрические и социально-философские основы»**. В данной главе исследуются научно-теоретические, медико-антропоцентрические и социально-философские основания здоровья, концептуальные подходы к изучению феномена здоровья как научно-теоретической проблемы. В исследовании рассматриваются человек формируется в определенной социальной среде, где существуют духовно-нравственные императивы, здоровьесберегающие традиции, опыт и навыки самовоспитания молодежи, основанные на философских представлениях о том, что «общественное бытие определяет общественное сознание», известны человек и его социальные качества, физическая зрелость, что она является продуктом историко-культурных традиций, социально-педагогической среды и мировоззрения. Физическая зрелость не является исключением, она является результатом воздействия среды с проверенными технологиями рекреации, основанными на определенном историко-культурном и этнопедагогическом опыте. Согласно диссертанту, проблемы здоровья и здравоохранения являются одной из вечных тем, которые всегда заставляли думать и волноваться людей и поколения. Здоровье – основа полноценной и радостной жизни, благополучия и долголетия. Гиппократ (460 г. до н.э. - 370 г. до н.э.), основатель и «отец медицины», писал: «Гимнастика, физические упражнения, ходьба должны быть частью повседневной жизни каждого»¹. Этим он хочет сказать, что счастливая жизнь и долгая жизнь человека зависят от здоровья и силы тела. Согласно толкованию Аристотеля,

¹ См.: Афоризмы. - Минск: Современ. литератор, 1999. С.19.

«Жизнь есть действие».¹ Его работа «О формировании и порядке» («О возникновении и уничтожении») основана на идее о том, что в основе бытия и человеческого бытия лежит движение, изменение, перемещение. По его мнению, если Платон объяснял образование и порядок чем-то, относящимся только к неодушевленным предметам, элементам, на самом деле они также имеют качество и рост². Ф. Бэкон, основоположник философии Нового времени, считал, что цель науки состоит в том, чтобы «с помощью нововведений и открытий сделать человеческую жизнь осмысленной». Здоровье – это реальность, которая придает смысл жизни человека³.

В главе выявлено, что физическая культура также связана со спортом, который является идеальным состоянием здоровья. Максимальные результаты, рекорды остаются наиболее привлекательным аспектом здоровья, физической культуры, установления рекордов, стремление к достижению наивысших результатов не является конечной точкой показателей, которых может достичь человек, оно показывает, что могут быть достигнуты и более высокие показатели, тот факт, что человек не знает, что и где находятся эти показатели, с этой точки зрения анализируется существование представления о том, что возможности человека огромны и безграничны. По мнению исследователя, подчеркивается, что только для реализации этих возможностей необходимы специальная социально-педагогическая программа, определенные социально-экономические, правовые, методические и нормативные механизмы. Система физической культуры, показатели здоровья являются выражением социально-экономического развития. Их состав сложный (сочетание принципов государственного и общественного руководства), а также различные источники финансирования и материального обеспечения, государственный бюджет, государственные фонды, предприятия, профсоюзы, кооперативы, меценатство и т. д. представляют собой своеобразную систематическую поддержку и управление. С социально-экономической точки зрения к ним относятся материальные и нематериальные, развитые производственные сети народного хозяйства. Труд работников производственной сферы, например, спортивных сооружений, инвентаря, обуви, одежды, имеет материальный характер. Но эта материальная сфера направлена на укрепление здоровья человека, эффективную организацию физкультурно-культурной системы⁴.

В диссертации выявлено, что субъектом, институтом, системно и всесторонне поддерживающим физическую культуру для укрепления здоровья, считается государство, и именно государство организует обеспечение необходимой техникой, оборудованием и специалистами в области физической культуры. Социальные условия позволяют заниматься только физической культурой или спортом, остальное зависит от личных

¹ Там же. С.194

² См.: Аристотель. Сочинения в четырех томах. Том 3.-Москва:Мысль, 1981. С.384- 386

³ См.: Михаленко Ю.П. Ф.Бэкон о здоровье человека.// Философия здоровья. Москва: РАН, Институт философии, 2001. С. 24.

⁴ См. : Алламуратов Ш.И., Пожидаева Т.Ф., Хасанова Л.Ш., Савочкин М.Б. Физическая культура и здоровый образ жизни. - Тошкент: ТИТЛП, 2011. С.31.

пожеланий и интересов. Поэтому, прежде чем предлагать людям какую-либо форму физических упражнений или медицинских услуг, необходимо изучить и установить их интересы и предпочтения. Сегодняшний человек – это не тот человек, который жил в прошлом веке, в те времена было мало спортивно-оздоровительных комплексов, сооружений, клубов, сегодня у человека есть возможность выбрать то, что ему по душе. Безусловно, социально-экономические факторы влияют на сознание и интересы людей, но укрепление здоровья, занятия физической культурой, приобретение необходимых в этом отношении навыков всегда зависит от интересов и стремлений личности. Я точно знаю, - пишет Г. Н. Ситин, известный психотерапевт, автор и основоположник метода самолечения, - человек, одухотворенный идеей оздоровления, превосходит все стихии природы, все противостоящим силам и, несмотря на все неблагоприятные воздействия, ведет здоровый образ жизни, придерживается стиля. Человек, вдохновленный желанием и идеей быть здоровым, своими силами преодолевает все болезни и становится поистине неукротимым, сильным, здоровым человеком.”¹ Здоровье, организация здорового образа жизни могут быть связаны с социокультурными условиями. Физическое воспитание, спортивная наука, методика формирования здорового образа жизни тесно связаны с правовыми механизмами и правовыми документами. В работе, в медицинских и антропоцентрических исследованиях подчеркивается, что нормальное функционирование сердечно-сосудистой системы зависит от таких факторов, как масса тела, масса тела, темп движений, ритм сна и труда, состояние нервной системы, особенности труда и отдыха, репродуктивное здоровье. Итак, сердечно-сосудистая система является не только продуктом своей функциональной работы, но и результатом работы всего организма и его частей. Если у человека болит нога, он чувствует эту боль всем телом, в результате эта боль беспокоит сердечно-сосудистую систему по нервам. Поэтому здоровье организма, нормальное функционирование частей, влияет на сердечно-сосудистую систему, а также на общее состояние здоровья. Это фактически означает, что системы взаимозависимы, и человеческий организм, как система в целом, физически зрел только тогда, когда он нормально функционирует. Метод исследования внешнего дыхания указывает на жизнеспособность, совместимость внутренних органов с внешними воздействиями, достаточное снабжение организма кислородом морфофункциональных систем. Дыхательная система также показывает сердцебиение, уравновешенность биоритма и способность легких нести физическую нагрузку. Лишняя нагрузка на организм сдавливает дыхание, не оставляет сил у человека, он сразу устает или легкие не выдерживают нагрузки, нарушается ритм дыхания. Физически зрелый, энергичный организм поставляет внешний кислород к внутренним органам, помогая им нормально функционировать, особенно легким. С этой точки зрения нормальная работа органов дыхания, служащих для переноса физической нагрузки, является признаком здоровья.

¹ Ситин Г.Н. Животворящая сила. Помогите себе сам. - Новосибирск: Предприятие “Вен Мер”, 1994. С. 91-93

Вторая глава исследования называется «**Физическая зрелость и здоровье: восточный и западный этнопедагогический опыт**». В этой главе обсуждаются этнопедагогические (этнодидактические) и этноидеологические научные вопросы феноменов физической зрелости и здоровья. Исходя из цели исследования, основное внимание уделяется этнопедагогическому опыту, традициям и их отражению в произведениях народного творчества. Wellness Institute отличают важные составляющие и технологии самофизического развития в сфере здоровья. Компонент здоровья является обязательным минимумом в профессиональной деятельности субъекта (тренера, педагога, тренера, учреждения), а активизация объекта (молодежь, население, личность) за счет внимания к условиям жизни и повседневной деятельности – максимум активность субъекта¹. Однако оздоровительную составляющую нельзя сводить к «минимуму образования», ведь оздоровительная физкультура и культура представляют собой социальную сущность всей педагогической системы, педтехнологии. «Обязательный минимум» требует широкого использования всех педагогических методов и средств физического воспитания, что создает широкие возможности для повышения эффективности и результативности воспитательного воздействия со стратегической целью воспитания подрастающего поколения. Физическое воспитание, являющееся составной частью феномена здоровья, физической зрелости, является достойной внимания реальностью в связи с формированием навыков здорового образа жизни - физической культуры и положительной поведенческой мотивации. Физическое воспитание и физическая зрелость становятся здоровым образом жизни, нормой дня, придают оптимизм жизни и деятельности человека, открывают в ней широкий путь к положительным сторонам.² В исследовании социально-философские вопросы физической зрелости исследуются с точки зрения этнопедагогического опыта, исследования в этом направлении в основном направлены на укрепление современного образования и более широкое внедрение современной педагогики, современной физической культуры и культуры почти не учитывать этнопедагогические опыты, он признает эти опыты идеальными для достижения, на самом деле это тоже важно, но подчеркивается, что этнопедагогические опыты более необходимы человеку, который служит национальным интересам, думает о мире и развитии своего народ и родина.

Опыты этнопедагогики являются не просто историко-культурным и социально-педагогическим наследием, они являются выражением идеалов нации. Современное физическое воспитание и культура предполагает более индивидуальные физиологические и морфофизиологические параметры, не отражающие национальный опыт, этнопедагогические особенности. Даже состязания, названные национальными терминами (например, борьба), стали модернизированными этнофизическими упражнениями. Трудно найти, где национальность, а где транснациональность. Фактически это свидетельствует

¹ См.: Формирование здоровья детей и подростков в системе непрерывного образования. Коллективная научная монография. Под ред. Т.Н.Ле-ван. - Новосибирск: СибАК, 2013. С. 9-15.

² См.: Там же. С.15

о том, что физические упражнения и физическое воспитание стали универсальной чертой человечества с древнейших времен.

В работе с социально-философской точки зрения исследуются переживания и особенности физической зрелости в этнопедагогике Запада и Востока. Оба направления воплощают в себе морфофункциональные и историко-культурные, социально-педагогические переживания человеческого организма. Однако социально-исторические процессы и этническое развитие привели к разным подходам к проблеме физической зрелости. С одной стороны, герои героического эпоса предстают физически крепкими, крепкими патриотами, народолюбцами, с другой - следуют социальным запросам и вызовам этноса, проявляют свои морально-духовные качества в форме этнические ценности. Установившиеся в этносе социальные традиции определяют героев, их поступки и стремления, и благодаря этому признаку жизнь героев приобретает этнопедагогическую сущность. Этнопедагогика включает в себя социально-воспитательные взгляды и представления в народных пословицах, сказках, сказках-морфах и опытах. В любой мысли, произведении и духовном наследии, относящемся к народному творчеству, можно найти предмет, связанный с этнопедагогикой. Но нас интересуют вопросы физической зрелости, и цель нашего исследования вокруг этой темы.

Когда современная педагогика опирается на этнопедагогический опыт, она соответствует национальным целям образования. Современная физическая культура и физкультура не отказываются от этнопедагогических традиций, естественно, что в ней происходят модернизационные процессы с опорой на существующие национальные особенности. Физиологические и морфофизиологические признаки универсального характера у человека побуждают к организации физических упражнений в соответствии с этими признаками и особенностями.

В работе рассматриваются социально-воспитательные мысли и идеи этнопедагогических народных пословиц, пословиц и поговорок, народных книг, анекдотов. В этом наследии воплотились жизненный опыт народов, воспитание детей и духовно-нравственные идеалы, которые необходимо решить в обществе. Например, о проблеме существует множество узбекских народных пословиц и пословиц. «В здоровом теле — здоровый дух», «Здоровье — богатство», «Хочешь ходить здоровым — трудись», «Посмотри на свою внешность — по ней и суди о себе», «Дареному коню в зубы не смотрят», «Если у тебя есть сын, пусть он будет всепомощным, если нет, то - львом», «Невесту выбирают не по талии, а по ее характеру», «Зелень на четыре дня, здоровье — на всю жизнь». В этом наследии описываются нравственные и духовные идеалы, достойные человека и необходимые для утверждения в обществе, социально-философские образы с гуманистическими целями. Это не просто наставления, описание тех или иных жизненных ситуаций, это собрание социальных и философских идей, воплощающих жизнь и идеалы народа. Например, простой человек, который идет на скотный рынок, смотрит на внешний вид скота и становится торговцем скотом с красивым телом и гладкой шерстью. Это не всегда

приносит желаемый результат, поэтому рекомендуется смотреть в первую очередь на зубы скоту и лошадям, а не на камень. Зубы лошади представляют ее физическое состояние и здоровье. Даже покупая собак, щенков и других животных, человек, который следует народным обычаям и традициям, в первую очередь, видит и осматривает их зубы.

По мнению исследователя, современная педагогика опирается на облик и духовно-нравственный мир героев народных былин и сказок, поскольку они описывают идеал человеческого совершенства. Итак, этнопедагогика составляет основу современной социально-педагогической, в том числе физической культуры. Здесь заметны два аспекта: во-первых, народные герои воплощают в себе этнографический и историко-культурный опыт, все богатство и опыт народной культуры заключены в характеристиках этих персонажей. Народные герои являются этнопедагогическими символами. Без этих символов не было бы этнопедагогики. Во-вторых, этнопедагогика – это не набор опыта, рецептов и рекомендаций, ей свойственны черты модернизации. Опыты в физическом воспитании важны для каждого поколения, но когда эта черта обогащается требованиями и методами новой эпохи, она дает удовольствие и силы человеку, ученику. Больше не нужно ходить на поля сражений, брать врага на себя, убивать его, чтобы продемонстрировать свою силу, сегодня физическая подготовка побуждает к участию в спортзалах и на стадионах. Однако не следует забывать, что качества (гуманизм, альтруизм, патриотизм, великодушие, трудолюбие, справедливость) физически зрелых народных героев в этнопедагогике остаются идеальными для современной педагогики. Поэтому необходимо гармонизировать этнопедагогiku и современный педагогический опыт для воспитания физически зрелых людей.

Третья глава диссертации называется **«Концепция повышения физической культуры общества в Новом Узбекистане: этнодидактические (педагогические) проблемы формирования физически зрелой и социально творческой молодежи»**. В данной главе исследуются концептуальные вопросы повышения физической культуры общества, формирования физически зрелой и социально творческой молодежи в условиях нового Узбекистана. Активно участвовать в проводимых реформах могут физически здоровые и социально творческие личности. Поэтому глава раскрывает социально-философскую сущность концепции повышения физической культуры общества.

В исследовании также отмечается, что ядром концепции повышения физической культуры общества является философия здоровья. Философия здоровья представляет собой совокупность концептуальных идей, направленных на формирование физических, психофизиологических и морфофункциональных качеств, необходимых для активного участия общества и членов общества в общественной жизни. Философия здоровья, как составная часть философии жизни, имеет задачу сделать человека и общество физически активными, побудить их к приобретению необходимых для социального развития качеств, особенно здорового образа жизни. Известно, что общественное развитие сталкивается с различными

искусственными и естественными препятствиями, и для преодоления этих препятствий обществу необходимы здоровое поколение и здоровьелюбивые личности. “Без здоровья, — пишет Сенека, — нельзя вынести жизненных страданий и препятствий». Физическое здоровье не меньше психического, вы можете достичь поставленных целей, рационально сочетая их. Это также желание Эпиктета”¹. Поэтому концепция повышения физической культуры общества основывается на философии здоровья и хочет, чтобы личность была социально творческой, активной, а общество - социальным пространством, принимающим решение о здоровом образе жизни.

В главе исследуется, что жизнь, деятельность и качества главных героев народных произведений, связанных с этнопедагогикой, являются продуктом этих требований. По мнению исследователя, подчеркивается, что она может быть символом физической и духовной зрелости, идеалом жизни для молодых людей, а говоря о зрелости человека, следует обращать внимание на эстетические факторы, воздействующие на его психику, эмоции, и художественное мышление. Этноэстетические факторы, как пишет доктор философских наук профессор О. Нишанова, представляют собой многовековые традиции и представления народа о красоте, утонченности, добродетели, героизме, нравственности, опыт создания художественно-эстетических произведений и артефактов. Эти этноэстетические артефакты, ценности прославляют внешнюю и внутреннюю красоту человека, побуждают его заниматься художественно-эстетическим творчеством. Принимая во внимание эту функцию художественно-эстетического творчества, лидер нашей страны первой из пяти инициатив указал на необходимость повышения интереса молодежи к музыке, живописи, литературе, театру и другим видам искусства, раскрытия их таланта. связанные с воспитанием и развитием молодежи. В работе этнопедагогические опыты и народные герои как символы физической зрелости влияют на жизненные цели молодежи и вызывают у нее интерес к физической культуре и спорту. Противостояние главных героев нежизни, злым силам, доблестная борьба за торжество справедливости, правды и добра кажутся ответом на вопрос «кто я» у молодежи. Этот психологический институт этнопедагогики желательно интегрировать в современные физкультурно-воспитательные процессы. Однако эпоха «бить луком по монете», «уворачиваться от зверя молотком», отправляться в путешествие верхом на лошади или искать любимого, сражаться с гигантскими тварями в подземелье, прошла. Эти сюжеты сейчас встречаются лишь в образцах фольклора и искусства. Однако идеи патриотизма, верности, правдивости и отваги, затронувшие сердца национальных героев, по своей общечеловеческой и гуманистической сути могут быть внедрены в современную физическую культуру и образование. Кратко правило можно сформулировать так: физическая культура и зрелость должны проникнуться универсальными, гуманистическими идеями этнопедагогики. В главе также

¹ Сенека.А.Л. Нравственные письма к Луцилию. - Кемерово, Кемеровское книж. издательство, 1993. С. 238-239

говорится о том, что физическая зрелость не является застывшей, догматической моделью, она может превращаться в тот или иной принцип, свод правил под влиянием изменений в представлениях человека о зрелости, красоте, храбрости, духовности.

Согласно диссертанту, этнопедагогические модели (герои, идеалы, артефакты) модернизируются и отвечают требованиям времени и тем самым доказывают свою жизнеспособность. Неудивительно, если знаток или творец собирает героические подвиги, образ жизни и упражнения Алпомиша или Манаса, обогащает их современными методами и создает видео, диск, электронный учебник. Для такого новаторского подхода достаточно образов и опыта в этнопедагогике. Поэтому естественно, что физическая зрелость является продуктом модернизации опыта и методов этнопедагогики. В исследовании также говорится, что физическая зрелость является бесконечной проблемой и темой, и каждое научное исследование в этой связи способствует увеличению антропологических знаний, тем самым постепенно обогащая взгляды на физическую зрелость. Согласно диссертанту, пока существует человек, пока не угасает стремление к совершенству, его привлекает физическая зрелость. Для этого необходимо обогатить стремление человека к физической зрелости играми, такими же живыми и приятными, как жизнь, помочь ему жить здоровым, проявить его социальную креативность. Упражнение — это игра. Необходимо не превращать это фундаментальное требование физической культуры в скучные, схематичные, неинтересные занятия. "Жизнь - игра. В ней нет ничего, что не было бы игрой"¹, — пишет известный философ Ю. Хайзинга. Эта идея напрямую связана с физической культурой и воспитанием. Восьмым правилом можно назвать: физические упражнения — это игра по своей социально-философской сути, но пусть эта игра помогает человеку жить счастливой, здоровой и социально-творческой жизнью. Физическая зрелость вырастает из этой игры.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Наше исследование приводит нас к следующим выводам:

Любая мысль, идея, концепция о развитии человека и общества основывается на репродуктивной и социальной созидательной активности населения, которая напрямую связана со здоровьем субъектов, их поддержкой реформ, их готовностью создавать блага и богатства важные для общества. Поэтому обеспечение и сохранение здоровья мыслится как вечная проблема человеческого существования, «ради самого себя», основа онтогенеза и филогенеза. Философия здоровья видит суть человеческой жизни в физическом созревании, энергичном, здоровом образе жизни и полном выполнении человеческих обязанностей. Физическая культура, творческая деятельность доставляют человеку удовольствие, придают смысл его жизни, освежают его духовно-психическое состояние, побуждают его к смелому преодолению препятствий общественного развития. «Движение есть

¹ Хайзинга Й. Играющий человек. - Москва: АСТ, 2008. С. 34.

признак жизни» (Аристотель). Потому что своими действиями и физической активностью человек выражает свое творческое отношение к жизни как к субъекту, и только здоровый человек создает полезные вещи для роста, развития и комфортной жизни. В истории человечества было немало людей, отвергавших тело, физическую культуру, упражнения и физическую культуру и стремившихся к духовной и духовной зрелости, и некоторые из них оставили уникальное метафизическое и духовное наследие. Однако нельзя не видеть, что в основе развития и роста человечества лежат физические нагрузки, творческая деятельность, практические исследования. Результаты нашего научного исследования приводят нас к следующим научным, социально-философским выводам.

Во-первых, философию здоровья следует рассматривать как выражение стремления человека быть физически здоровым, социально творческим, активным, свободным от болезней, жить долго и радоваться жизни. Эти видения приобретают практический характер, так как выражают на необходимом уровне готовность человеческого организма к социальной работе, природно-биологическим, физиологическим и повседневным задачам. С точки зрения научных и метафизических наблюдений она может быть принята и понята в виде философского учения, теории, даже концепции. Для этого необходимо исследовать ее теоретические и методологические вопросы, формировать научные взгляды на объекты и методы, обобщать эмпирический опыт.

Во-вторых, физическая зрелость - явление уникальное, феноменальное. Физическая зрелость делает здоровье бесценной, феноменальной реальностью. Однако уникальная реальность физической зрелости не ставит под сомнение существование феномена здоровья в реальной жизни, в образе жизни, поступках и деятельности людей. Любое представление, видение о физической зрелости воспринимается и выражается через синтез здоровья. Следовательно, здоровье есть начало, субстанция физической зрелости.

В-третьих, хотя физическая зрелость считается уникальной, индивидуальной реальностью, она может быть достигнута с помощью специальных педагогических технологий и методов. Здесь можно назвать спортсменов, бодибилдеров и фитнесменов, установивших мировые рекорды. В то время как внешние характеристики тела, такие как красивое, симметричное строение, гибкость и подвижность, самообладание, способность легко преодолевать препятствия, являются общими требованиями здоровья, физическая зрелость – это физическое совершенство, которое встречается не у всех, и способность выполнять физические упражнения и препятствия, с которыми не справляются обычные здоровые люди. Готовность, чрезвычайная энергичность, есть полное проявление физиологических возможностей в организме.

В-четвертых, этнопедагогические (этнодидактические) опыты и этнофизическая культура воплощаются в народных эпосах, мифах, сказках, пословицах и поговорках, рассказах, творчестве и искусстве, менталитете, культуре, артефактах и быте. В каждом из них можно найти темы и идеи, связанные с формированием физической культуры и зрелости у молодежи.

Однако, поскольку между западным этнопедагогическим опытом и восточным этнопедагогическим опытом существуют определенные различия, мы рассмотрели их специфические аспекты в отдельных темах. В западной этнопедагогике человек может вступить в спор с богами (Зевсом и богами Олимпа), послушаться его воли, а при необходимости и выступить против него. Прометей тому пример. Восточная этнопедагогика опирается на другой принцип, то есть не идти против заповеди Бога, подчиняться его воле и видеть в нем символ зрелости.

В-пятых, существует диалектическая связь между физической зрелостью и духовной зрелостью. Поскольку вопросам духовной зрелости в научной литературе уделяется больше внимания, физическая зрелость в них почти не упоминается, о ней не принято говорить. Да, в истории человечества были люди, отрেকшиеся от тела, его требований и потребностей и достигшие духовного совершенства. Большую часть времени они жили вдали от общества, круга людей и стремились быть свободными от мирских забот. Сегодня жизнь требует от человека общественной творческой активности, побуждает его подчиняться морально-этическим императивам и правовым нормам общества, обременяющим его гражданскими обязанностями и ответственностью.

В-шестых, физическая зрелость — это реальная реальность. Она формируется по законам физиологии и симметрии человеческого тела. Этого можно добиться специальными физическими упражнениями и педтехнологиями. Любой молодой человек на определенном этапе своего филогенетического развития (чаще всего в возрасте 20-35 лет) может сделать свое тело и строение тела похожим на Аполлона или Венеру. Однако для общества и общественного развития важно не ограничиваться улучшением своей внешности, а «Аполлоном-Венерой», которые творчески, активно и здорово участвуют в общественной жизни. Физическая зрелость не может быть реальностью «сама по себе», она должна служить улучшению человеческого существования. Именно тогда устанавливается гармония, диалектическая гармония и взаимная поддержка в отношениях Человека и Общества, Части и Целого.

В-седьмых, концепция повышения физической культуры общества в Новом Узбекистане направлена на стратегическую цель воспитания физически зрелого поколения. В это понятие включены стандарты «Алпомиш» и «Барчиной», совершенно новые, инновационные подходы в области физической культуры и системы подготовки специалистов. Национальная борьба заняла место среди международных соревнований, наша молодежь становится чемпионами мира и континента по боксу, тхэквондо, гимнастике, тяжелой атлетике. Наши участники Паралимпийских игр завоевали высокие пьедесталы на международных соревнованиях. Человек должен достичь наивысшего уровня физической зрелости, чтобы конкурировать с самыми сильными, ловкими и физически зрелыми спортсменами мира и побеждать их.

В-восьмых, этнопедагогическое наследие идеализирует героев. Это дает им качества физической и духовной зрелости. Физическая зрелость

подчиняется гуманистическим целям. Именно поэтому герои этнопедагогического (этнодидактического) наследия считаются у молодежи идеальными.

В-девятых, социально-философская модель физической зрелости не повторяет рекомендаций, схем и построений медико-антропологии, физиологии, этномедицины, теории и методики физического воспитания, а на их основе обобщает имеющийся, в том числе этнопедагогический опыт и разрабатывает теоретические правила. Эти правила сочетают в себе этнопедагогический (этнодидактический) опыт и современные инновационные исследования.

По результатам нашего научного исследования даются следующие практические предложения и рекомендации:

1. Необходимо организовать специальные научные исследования по созданию и развитию теоретико-методологических основ философии здоровья.

2. Необходимо разработать стандарты, нормы и показатели здоровья в соответствии с мировыми стандартами.

3. Образовательные процессы и цели необходимо строить на идее воспитания здорового поколения и подчинять этой идее всю деятельность.

4. Целесообразно включение предмета «Основы совершенствования физической культуры общества» в программы педагогических и специальных образовательных учреждений.

5. Во внеурочной деятельности необходимо создать методику внедрения игровых элементов, вызывающих интерес молодежи к занятиям физкультурно-оздоровительной гимнастикой.

6. Целесообразно публиковать мысли и идеи, связанные с физическим воспитанием и взрослением в этнопедагогическом (этнодидактическом) наследии, в виде антологии и распространять их по образовательным учреждениям.

7. Необходимо создать электронный комплекс упражнений, компакт-диски и видеоматериалы по физкультуре.

8. Наиболее эффективным способом формирования здорового образа жизни у молодежи является отношение родителей к занятиям физической культурой и рациональному питанию, прохождению диспансеризации, прогулкам на свежем воздухе, снижению гиподинамии. Поэтому необходима организация научно-практических конференций на тему «Здоровый образ жизни в семье: проблемы, инновационные исследования, решения».

9. Важно создать и опубликовать научно обоснованные программы и методические указания по рациональному использованию возможностей народной медицины (этномедицины) в формировании физически зрелого поколения.

**SCIENTIFIC COUNCIL ON AWARD OF SCIENTIFIC DEGREES
DSc.03/30.12.2019.F.02.02 AT THE SAMARKAND STATE
UNIVERSITY NAMED AFTER SHAROF RASHIDOV**

URGANCH STATE UNIVERSITY

ISKANDAROV NURBEK SHERIFBOYEVICH

**THE PHENOMENON OF PHYSICAL MATURITY AND ITS
ETHNODIDACTIC ESSENCE**

09.00.04 – Social philosophy

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

Samarkand – 2023

The theme of doctor of philosophy degree (PhD) was registered at the Supreme Attestation Commission under number B2021.3.PhD/Fal626.

The doctoral dissertation has been prepared at the Urgench State University.

The abstract of the dissertation is posted in three languages (Uzbek, Russian, English (resume)) is placed on the website of the Scientific Council (www.samdu.uz) and of the website of the Information educational portal «Ziyonet» (www.ziyonet.uz).

Scientific supervisor: **Khajieva Maksuda Sultanovna**
Doctor of Sciences (Philosophy), professor

Official opponents: **Gaybullayev Otabek Muxammadiyevich**
Doctor of Sciences (Philosophy), professor

Abilov Urol Murodovich
Doctor of Sciences (Philosophy), professor

Leading organization: **Karakalpak state university**

The defense of the dissertation is held at _____ on “_____” _____ 2023 in the meeting of the Scientific Council DSc.03/30.12.2019.F.02.02 at the Samarkand State University named after Sharof Rashidov (Address: 140104, Samarkand city, University square, 15. Phone (0366 239-17-87, 239-11-40; fax: (0366) 239-11-40); e-mail: rektor@samdu.uz. Samarkand State University, Faculty of History, Ground floor, 105).

The doctoral dissertation can be taken from the Information resource Centre of the Samarkand State University named after Sharof Rashidov (registered under №46). (Address: 140104, Samarkand city, University square, 15. Phone (0366 239-17-87, 239-11-40; fax: (0366) 239-11-40.)

The dissertation abstract is distributed on “_____” _____ 2023.
(Protocol at the register №_____ dated “_____” _____ 2023).

Sh.Sh.Negmatova
Chairman of the Scientific Council
awarding Scientific Degrees,
Doctor of Sciences (Philosophy), professor

Kh.A.Djurakulov
Secretary of the Scientific Council
awarding Scientific Degrees,
Doctor of Sciences (Philosophy), docent

A.R.Samadov
Chairman of the Scientific seminar at the
Scientific Council awarding Scientific Degrees,
Doctor of Sciences (Philosophy), docent

INTRODUCTION (abstract of PhD dissertation)

The aim of the research work is to reveal the socio-philosophical essence of the phenomenon of physical maturity on the basis of ethno-pedagogical (ethno-didactic) heritage.

The object of the research work is the ethnopedagogical (ethnodidactic) foundations of the phenomena of health and physical maturity of a person.

Scientific novelty of the research work is as follows:

the dialectical harmony of physical maturity and spiritual maturity in the ethnopedagogical heritage, the dependence of the physical, healthy, socio-creative medical empirical phenomenon of a person, as well as the constructive and destructive conditions of the ontogenetic-phylogenetic development of a person, are based on a humanistic essence;

logically proved the integration of scientific and theoretical, medical and anthropological features of the philosophy of health, that the philosophy of health is an expression of a person's desire to be physically healthy, socially creative, active, free from diseases, live long, live with meaning and pleasure from life, and institutional and functional elements of folk heroes - ethnopedagogical symbols;

the concept of increasing the physical culture of society developed in New Uzbekistan, the mechanisms for educating a physically mature generation, the formation of the human body according to the laws of physiology and symmetry, phylogenetic (creative, active and healthy) stages of the development of physical maturity are disclosed;

the differential aspects of the relationship with the experiences of physical maturity in the ethnopedagogics of the East and West, heroic epics, myths and fairy tales, folk symbols of human development, maturity of generations are determined.

Implementation of the research results. Based on scientific and practical recommendations and proposals aimed at substantiating the impact of health and physical maturity on human life and social creative activity:

proposals on the dialectical harmony of physical maturity and spiritual maturity in the ethnopedagogical heritage and that they are based on a common humanistic essence were used to ensure the implementation of digital practical projects I-FA-2019-25 of the Academy of Sciences of the Republic of Uzbekistan of the Khorezm Academy of Mamun on the topic SMART technologies based on the study of the history, cultural heritage, monuments and works of art of the cities of Khorezm "and PZ-2020103078 on the topic" Creation of a modern virtual museum "Darul Hikmat Val Marif" (Reference No. 158/1-22 of the Khorezm Academy of Mamun of the Academy of Sciences of the Republic of Uzbekistan July 26, 2022). As a result, it served as a scientific and theoretical source for clarifying the socio-philosophical aspects of these projects;

proposals on conceptual ideas and thoughts in the scientific-theoretical, medical-anthropological and socio-philosophical foundations of the philosophy of health were used in the development of activities of the Ministry of the Republic of Uzbekistan "Means of support for mahallas and the elderly", an electronic platform

on the topic "Assessment of household hygiene based on five-star criteria" and a territorial map based on an assessment of one's own hygiene (Certificate of the Ministry of the Republic of Uzbekistan for the support of mahallas and the elderly No. 04-02 / 144 dated June 10, 2022). As a result, this served to further improve the development of programs and innovative ideas related to the formation of a healthy lifestyle and culture of young people;

scientific conclusions, suggestions and recommendations regarding the significance of the concept of increasing the physical culture of society developed in New Uzbekistan in educating a physically mature and socially creative person were used in the activities of the Agency for Youth Affairs of the Republic of Uzbekistan (Reference No. 4-13-23-3083 of the Agency for Youth Affairs of the Republic Uzbekistan from September 2022). As a result, this served to form a healthy cultural lifestyle among the youth of our republic;

scientific conclusions and practical recommendations on the analysis of experiences related to physical maturity in the ethnopedagogics of the East and West and their medical, anthropological, socio-philosophical aspects were used in the preparation of the script for the programs "Nation and Spirituality", "Youth of Uzbekistan", "Education and Development", aired in 2021-2022 on the TV and radio channel "Uzbekistan" of the National TV and radio company of Uzbekistan. (Certificate of the National Television and Radio Company of Uzbekistan No. 04-36-770 dated May 30, 2022). As a result, this served to form ideas related to the formation of a healthy lifestyle and culture of young people in their life.

The structure and scope 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 129 pages.

E'LON QILINGAN ISHLAR RO'YXATI
СПИСОК ОПУБЛИКОВАННЫХ РАБОТ
LIST OF PUBLISHED WORKS

I bo'lim (I часть; Part I)

1. Iskandarov N.Sh. The phenomenon of physical maturity and its development // EPRA International Journal of Research and Development (IJRD) Volume: 6 Issue: 5 May. –India, 2021. – Pp. 270-273. (№23; SJIF: 8.013).

2. Iskandarov N.Sh. Salomamtlik fenomenining ilmiy asoslari va ularning falsafiy taxlili // Ilm sarchashmalari. Nauchno-teoretichskiy metodicheskiy jurnal – Urganch, 2022. -№ 1. – B. 20-23. (09.00.00; № 17).

3. Iskandarov N.Sh. Salomatlik fenomeni va uning ijtimoiy- falsafiy tahlili // NamDU ilmiy axborotnomasi. – Namangan, 2021. -№ 9 – B. 184-187. (09.00.00; № 24).

4. Iskandarov N.SH. Salomatlik va tibbiy-antroposentriki yondashuv // Tamaddun nuri. Ilmiy, ijtimoiy-falsafiy, madaniy-ma'rifiy, adabiy-badiiy jurnal. – Beruniy, 2022. -№ 2-3 (36). – B 66-69. (09.00.00; № 26).

5. Iskandarov N.Sh. Salomatlik va jismoniy yetuklik fenomenlarinig ijtimoiy-estetik jihatlari // QarDU Xabarlaril Ilmiy-nazariy, uslubiy jurnal. – Qarshi, 2022. -№ 3/2 (52). – B.57-60. (09.00.00; № 18).

6. Iskandarov N.Sh. “Avesto”da tansihatlik uzoq umr ko'rish baqquvat avlodlar tarbiyalash masalalari // Pedagogical sciences and teaching methods international conference. – Danya, 2022. – B. 128-133

7. Iskandarov N.Sh. Etnopedagogika va shaxsning jismoniy yetukligi masalalari // Zamonaviy sharoitda jismoniy tarbiya va sport sohasi bo'yicha oliy malumotli mutaxassislar tayyorlash nazariyasi va amaliyoti mavzusidagi Xalqaro ilmiy-nazariy anjuman materiallar to'plami. – Nukus, 2022. – B. 353-356.

8. Iskandarov N.Sh. Jismoniy yetuklik va yetnopedagogik qoidalar // Naqshbandiya kamolot yo'li respublika masofaviy ilmiy-amaliy anjumani materiallari. – Buxoro, 2022. – B. 161-164.

9. Iskandarov N.Sh. Jismoniy yetuklik parametrlari va uning falsafiy negizlari // Ma'naviy-ma'rifiy ishlar tizimini tubdan takomillashtirishning dolzarb masalalari mavzusidagi ilmiy-amaliy seminari materiallari. – Toshkent, 2021. – B.213-215.

II bo'lim (II часть; Part II)

10. Iskandarov N.Sh. Jismoniy yetuklik fenomeni va didaktik mohiyati // Eurasian journal of academic research Innovative Academy Research Support Center Volume: 2 Issue: 2 February 2022.– P. 156-159. (ISSN 2181-2020).

11. Iskandarov N.Sh. Jismoniy yetuklik va jismoniy madaniyatni tarbiyalash omillari // Ma'naviy-ma'rifiy ishlar tizimini tubdan takomillashtirishning dolzarb masalalari mavzusidagi ilmiy-amaliy seminari materiallari. –Toshkent, 2021. – B.197-200.

12. Iskandarov N.Sh. Jismoniy yetuklik va inson organizmining morfofunktsional jihatlari // Mamlakatimizda uchinchi renessans g'oyasini keng targ'ib qilishda ijtimoiy – gumanitar fanlarning ahamiyati va o'rni mavzusida ilmiy-amaliy onlayn konferensiya materiallari. – Denov, 2022. B.176-179.

13. Iskandarov N.Sh. An'anaviy sog'lomlashtirish tizimlari va ijtimoiy falsafiy yondashuvlar // Mamlakatimizda uchinchi renessans g'oyasini keng targ'ib qilishda ijtimoiy – gumanitar fanlarning ahamiyati va o'rni mavzusida ilmiy-amaliy onlayn konferensiya materiallari. – Denov, 2022 – B.179-182.

14. Iskandarov N.Sh. Ethnodidactic approach to the study of individual development // Общественные науки в современном мире: политология. социология. Философия, история №1-2(46) – Москва, 2022. – С. 53-55.

15. Iskandarov N.Sh. Socio-Pedagogical and cultural aspects of physical maturity // LXXXIV International correspondence scientific and practical scientific review of the problems and prospects of modern science and education. (Boston .USA .March 11-12,2022) – Pp. 55-58.

16. Iskandarov N.Sh. Jismoniy va ma'naviy yetuklik garmoniyasi // Naqshbandiya kamolot yo'li respublika masofaviy ilmiy-amaliy anjumani materiallari. – Buxoro, 2022. – B. 167-173

17. Iskandarov N.Sh. Markaziy osiyo xalqlarining etnopedagogik merosi // “Zamonaviy sharoitda jismoniy tarbiya va sport sohasi bo'yicha oliy ma'lumotli mutaxassislar tayyorlash nazariyasi va amaliyoti” Xalqaro ilmiy-nazariy anjuman materiallar to'plami. – Nukus, 2022 – B. 362-365

18. Iskandarov N.Sh. Jismoniy madaniyatning metodologik asoslari // Yangi O'zbekiston – ma'naviy taraqqiyotni ta'minlash va sohani yangi bosqichga olib chiqish yo'lida mavzusidagi respublika ilmiy-amaliy seminar materiallari. – Toshkent, 2022 – B. 68-70.

19. Iskandarov N.Sh. Jismoniy tarbiyantngning metodik asoslari // Yangi O'zbekiston – ma'naviy taraqqiyotni ta'minlash va sohani yangi bosqichga olib chiqish yo'lida mavzusidagi respublika ilmiy-amaliy seminar materiallari. – Toshkent, 2022 – B. 89-90.

Avtoreferat Sharof Rashidov nomidagi Samarqand davlat universitetining
“Ilmiy axborotnoma” jurnali tahririyatida tahrirdan o‘tkazildi (15.04.2023-yil).

Bosmaxona litsenziyasi:



4268

2023-yil 17-aprelda bosishga ruxsat etildi:
Ofset bosma qog‘ozi. Qog‘oz bichimi 60x84_{1/16}.
“Times” garniturası. Ofset bosma usuli.
Hisob-nashriyot t.: 2,7. Shartli b.t. 2,6.
Adadi 100 nusxa. Buyurtma № 15/04.

SamDChTI nashr-matbaa markazida chop etildi.
Manzil: Samarqand sh., Bo‘stonsaroy ko‘chasi, 93.