

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

URGANCH DAVLAT UNIVERSITETI

JUMANIYAZOVA MAXIRA RAXIMBERGAN QIZI

**XOTIN-QIZLAR SALOMATLIGINI MUSTAHKAMLASHDA JISMONIY
MADANIYATNING IJTIMOIIY MORFOFUNKSIONAL JIHATLARI**

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 философии (PhD)
по философским наукам**

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

Jumaniyazova Maxira Raximbergan qizi

Хотин-qizlar salomatligini mustahkamlashda jismoniy madaniyatning ijtimoiy
morfofunktsional jihatlar..... 3

Jumaniyazova Maxira Raximbergan qizi

Социально-морфофункциональные аспекты физической культуры в
укрепления женского здоровья..... 19

Jumaniyazova Makhira Rahimberganqizi

Social and morphofunctional aspects of physical culture in women's health
Promotion 35

E'lon qilingan ishlar ro'yxati

Список опубликованных работ
List of published works 39

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

URGANCH DAVLAT UNIVERSITETI

JUMANIYAZOVA MAXIRA RAXIMBERGAN QIZI

**XOTIN-QIZLAR SALOMATLIGINI MUSTAHKAMLASHDA JISMONIY
MADANIYATNING IJTIMOIIY MORFOFUNKSIONAL JIHATLARI**

09.00.04 – Ijtimoiy falsafa

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

Samarqand – 2023

Falsafa doktori (PhD) dissertatsiyasi mavzusi Oliy attestatsiya komissiyasida B2022.2.PhD/Fal742 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:

Xajieva Maksuda Sultanovna
falsafa fanlari doktori, professor

Rasmiy opponentlar:

Yazdonov Ulug'bek Toshmurotovich
falsafa fanlari doktori, professor

Tursunkulova Shaxnoza Tuychiyevna
falsafa fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD), dotsent

Yetakchi tashkilot:

Navoiy davlat pedagogika instituti

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 "7" aprel soat 14⁰⁰ 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 (№ 32 -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 "23" mart kuni tarqatildi.
(2023-yil "23" mart dagi 32 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) dissertatsiya annotatsiyasi)

Dissertatsiya mavzusining dolzarbligi va zarurati. Jahonda sodir bo'layotgan voqealar bir tomondan, insoniyatni yanada jipslashib, kengroq integratsiyaga kirishib yashashga undayotgan bo'lsa, ikkinchi tomondan, milliy o'zlikni, suverenitetni va etnomadaniyatlardagi betakrorlikni saqlab qolish masalalarini kun tartibiga qo'yimoqda. "Asr vabosi" deb nomlanayotgan COVID-19 esa insoniyat hayotini xavf ostida ekanligini, pirovardida inson yaratgan barcha narsalar, qadriyatlar sog'lom va faol avlodni shakllantirishdek oliyjanob maqsadga xizmat qiluvchi usullar, vositalar hamda innovatsion yondashishlar befoyda ketishi mumkinligini ko'rsatmoqda. Shu bilan birga bugungi kunda xotin-qizlar salomatligini asrash va mustahkamlash global voqelikka aylangan bo'lib, uning yechimini topish yo'llarini va mexanizmlarini aniqlash obyektiv zaruriyatga aylanib bormoqda.

Jahon ilm-fanida inson salomatligini saqlash va uni mustahkamlashga oid turli yo'nalishlarda amaliy-fundamental, ilmiy-nazariy tadqiqotlar olib borilmoqda. Xususan, insoniyatning ijtimoiy-siyosiy va psixo-fiziologik, gendir muammolari, xotin-qizlarning reprodaktiv salomatligini ta'minlash va ularni ijtimoiy hayotga jalb etish masalalari hamda yosh avlodni jismonan, aqlan, ruhan tetik subyekt sifatida shakllantirish bilan bog'liq tadqiqotlar muhim ahamiyat kasb etmoqda. Shuningdek, inson salomatligiga global muammo sifatida yondashish, bu borada jiddiy tibbiy, psixofiziologik, valeologik, tarbiyaviy, ma'rifiy izlanishlar olib borishni yo'lga qo'yish zarurligini ko'rsatmoqda. Shu ma'noda bugun nafaqat jahondagi rivojlangan, ilg'or davlatlar, hatto mustaqilligini endi qo'lga kiritgan yosh davlatlar ham inson salomatligini mustahkamlashning zamonaviy mexanizm, usul va vositalarini ishlab chiqish borasida keng ko'lamli ilmiy izlanishlar olib borish zaruriyatini saqlab qolmoqda.

Mamlakatimizda aholi, ayniqsa, bolalar va xotin-qizlar salomatligini mustahkamlash davlat siyosatining asosiy ustuvor yo'nalishlaridan biriga aylandi. "Ushbu tizimda ona va bola sog'ligini saqlashga alohida e'tibor qaratilmoqda. Bu borada jamiyatda sog'lom turmush tarzini qaror topdirish, jismoniy tarbiya va sportni yanada ommalashtirish muhim o'rin tutadi"¹. Mazkur vazifani samarali hal etishda uning siyosiy, huquqiy, ijtimoiy-tashkiliy, tarbiyaviy-ma'rifiy asoslarini zamon talabiga mos ravishda ko'rib chiqish va bunda bevosita jismoniy madaniyatni xotin-qizlarning jismoniy hamda reprodaktiv salomatligini mustahkamlashdagi ijtimoiy morfofunktsional jihatlarini tadqiq qilish ilmiy jamoatchilik oldidagi muhim masalalar sifatida kun tartibiga chiqmoqda.

O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2022 yil 28 yanvardagi PF-60-son "2022-2026 yillarga mo'ljallangan yangi O'zbekistonning taraqqiyot strategiyasi to'g'risida", 2018 yil 7 dekabrda PF-5590-son "O'zbekiston Respublikasi sog'liqni saqlash tizimini tubdan takomillashtirish bo'yicha kompleks chora-tadbirlar to'g'risida", 2020 yil 24 yanvardagi PF-5924-son "O'zbekiston Respublikasida jismoniy tarbiya va sportni yanada takomillashtirish va

¹ Мирзиёев Ш.М. Янги Ўзбекистон стратегияси [Матн] // Ш.М. Мирзиёев - Тошкент: "O'zbekiston" нашриёти, 2021. -Б. 217.

ommalashtirish chora-tadbirlari to'g'risida" farmonlari, shuningdek, O'zbekiston Respublikasining 2015 yil 4 sentyabrdagi O'RQ-394-son "Jismoniy tarbiya va sport to'g'risida" va 2019 yil 11 martdagi O'RQ-528-son "Fuqarolarning reproduktiv salomatligini saqlash to'g'risida"gi qonunlari hamda mavzuga oid boshqa normativ-huquqiy hujjatlarda belgilangan vazifalarni amalga oshirishda mazkur dissertatsiya muayyan darajada xizmat qiladi.

Tadqiqotning respublika fan va texnologiyalari rivojlanishi-ning 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. Inson salomatligi bilan bog'liq izlanishlar oldindan tadqiqotchilar diqqat markazida bo'lib kelgan. Xususan, G'arb mamlakatlarida muammoning ayrim jihatlarini G.Ploss, J.Kanolli, V.Grizenger, Z.Freyd, O.Veyninger, A.Shopengauer, F.Nisse, T.Meynert, Ch.Lombrozo, A. Piz va B.Piz, J.Lyuis, S.Bronsmiller, L.K. Aksiteli, T.S.Antonissi, D.M.Buss, P.J.Koplan, Ye. Kox, R.Xilton, K.T Kilmartin, D.J Levinson kabilar muammoning ijtimoiy-siyosiy va psixo-fiziologik, gendir muammolarini o'rganishgan¹.

MDH olimlaridan G. I. Akinshikova, Yu.Ye Aleshina, B.G.Ananayev, T.V.Andreeva, E. Barsh, T.A. Barsheieva, M.Ye. Baskakakova, T.V.Bedas, G.A.Bilich, V.A. Bajedomov, V.A. Gesdakyana, Yu.A. Gurkin, F.A. Isrdanskaya, I.S. Kon, Ye.P. Ilin, L.I. Lubisheva, N.M. Ledavekaya, Ye. Mещerкина, V.A. Pankov, Ye.Sereva, V.V. Sologub, S.Soxa, N.A. Usacheva, G.L. Ходыровalar xotin-qizlarning reprodaktiv salomatligini ta'minlash va ularni ijtimoiy hayotga jalab etish masalalari bo'yicha tadqiqotlar olib borishgan².

O'zbekistonda xotin-qizlar salomatligini ta'minlashning ayrim ijtimoiy-iqtisodiy, tarixiy-huquqiy, oilaviy munosabatalar bilan bog'liq jihatlarini Ya. Abdullaeva, F. Abdurahmonova, S.Ahrorova, R. Arziqulov, X. Bobomuratova, G.G. Inag'omova, R.S.Samarov, G.Matkarimova, R.Muhammedov, M.Xolmatova,

¹ Пloss Г. Женщина: Монография. - Сыктывкар-Киров, «Вятка». 1995. С. 640; Pinel Ph. Traité médico-philosophique sur l'aliénation mentale, ou la Manie. Paris: Richard, Caille et Ravier, an IX/1800 («Медико-философский трактат о мании»); Вейнингер О. Пол и характер. // Латард. 1997. С. 358; Фрейд З. Психоанализ. // Научная литература. Москва: 2010. С. 523; Ломброзо Ч. Гениальность и помешательство; Женщина преступница и проститутка; Любовь у помешанных. Сборник. - Минск: ООО «Попурри», 1998. С. 40-41.; Карл Юнг: Психологические типы. — Академический проект, 2019. С. 538; Льюис. Неудовольствие женщины.-Москва; Acciteli L.K., Antonucci T.C. Gender differences in the link between marital support and satisfaction in older couples// Journal of Personality and Social Psychology. 1994. V67.p688-698; Buss D. M. The evolution of desire: Strategies of human mating.-N. Y.: Basic Books; 1994; Caplon P.J, Thinking critically about research on sex and gender.- Boston, 2009;

² Акиншикова Г.И. Телосложение и реактивность организма.- Ленинград: Наука, 1999; Алешина Ю.Е., Волович А.С. Проблемы усвоения ролей мужчин и женщины// вопросы психологии. 1991. №4.С.74-82; Ананьев Б.Г. Человек как предмет познания.- СПб.: «Питер», 2001; Барш Э.Семь возрастов женщины. Возрастные особенности физиологии и психологии женщины. - Москва: наука, 1994; Барышева Т.А. Креативность. Диагностика и развитие - СПб.: «Питер», 2002; Баскакова М.Е. Равные возможности и гендерные стереотипы на рынке труда.- Москва. Наука: 1998; Ильин Е.П. Полигендизм.- СПб.: «Питер», 2010; Лубышева Л.И. Женщина и спорт: социальный аспект// Теория и практика физической культуры, 2000.№6.С.13-16; Панков В.А. Физическая культура и спорт в здоровом образе жизни женщин// Теория и практика физической культуры, 2000 №6. С.20-22; Усачева Н.А. Женщина: ее статус, судьба и образ в мировой культуре.-Алматы, 1994; Ходырева Г.Л. Гендер и здоровье // Психология здоровья.- СПб.: «Питер», 2003.

A.Huseinova, N.Nishonova, O.Nishonova, F.Saifnazarova¹ kabilar o'rganishgan. Shunday bo'lsa-da, xotin-qizlar salomatligini mustahkamlashning keyingi besh yil ichida mamlakatimizda amalga oshirilayotgan innovatsion o'zgarishlar nuqtai nazaridan tadqiq etish zarurati mavjuddir.

Dissertatsiya mavzusining tadqiqot bajarilayotgan oliy ta'lim yoki ilmiy tadqiqot muassasasi ilmiy tadqiqot ishlari rejalari bilan bog'liqligi. Dissertatsiya tadqiqoti Urganch davlat universitetining ilmiy-tadqiqot 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 Yangi O'zbekistonda xotin-qizlarning jismoniy va reproduktiv salomatligini mustahkamlash borasidagi dinamik jarayonlarni aniqlash hamda ularga ta'sir etish omillarining konstruktiv jihatlarini ochib berishdan iborat.

Tadqiqotning vazifalari:

salomatlik fenomenining ijtimoiy-falsafiy va tibbiy-fiziologik asoslarini ochib berish;

xotin-qizlar salomatligining morfunktsional xususiyatlarini yoritish va aniqlash;

jismoniy madaniyatning inson, ayniqsa, xotin-qizlar organizmiga morfofunktsional va ijtimoiy faolligiga fiziologik ta'sirini ko'rsatish;

yangi O'zbekistonda amalga oshirilayotgan islohotlarning xotin-qizlarning jismoniy va reproduktiv salomatligini mustahkamlashga qaratilganini ochib berish.

Tadqiqotning obyekti sifatida O'zbekiston xotin-qizlari salomatligini mustahkamlashda jismoniy madaniyatning ijtimoiy morfofunktsional jihatlarini tanlab olingan.

Tadqiqotning predmeti xotin-qizlar salomatligini mustahkamlashda jismoniy tarbiyaning konstruktiv ahamiyatini falsafiy aspektda asoslashdan iborat.

Tadqiqotning usullari. Dissertatsiyada analiz va sintez, induksiya va deduksiya, obyektivlik, tarixiylik, dialektik, qiyosiy tahlil, sinergetik, tizimli va qiyosiy tahlil kabi ilmiy bilish usullaridan foydalanilgan.

Tadqiqotning ilmiy yangiligi quyidagilardan iborat:

salomatlik fenomenining inson hayotiga, sotsial funksiyalarini bajarishga, o'zligini anglash va kreativ shaxsligini namoyon etishdagi ob'ektiv imkoniyatlari (oilada sog'lom turmush tarzi, obod ijtimoiy muhit) o'zaro simbioz rivojlanishidan iborat ekanligi asoslangan;

¹ Абдуллаева Я. Қорақалпоғистон хотин-қизлари: кеча ва бугун. XIX асрнинг охири ва XX аср.-Т.: Ijod dunyosi, 2004; Ахророва С.А. Глобаллашув жараёнида хотин-қизлар масалаларига муносабат. Монография.-Т.: Navroz, 2013; Инағомова Г.Г. Халқаро ва миллий қонунчиликда аёл ҳуқуқлари.-Т.: И.И.Академия, 2010; Самаров Р.С. Жамият ва қулолли қучлар фелигнизациялашуви.-Т.: "Фан", 2008; Сабинова Д. Ўзбекистонда хотин-қизлар масаласи тарихидан (XX асрнинг 40-80йиллари)-Т.: "Akadem nashr", 2011; Холматова М. Оилавий муносабатлар маданияти(ижтимоий-фалсафий таҳлил)-Т.: Фалсафа ва ҳуқуқ инст. 2002; Хусеинова А. Аёл ва жамият.-Бухора, 2012; Нишоновна Н. Давлат бошқариш тизимида хотин қизларнинг ижтимоий-сиёсий фаоллигини ошириш масалалари.-Т.: "Extremum-press", 2013; Нишоновна О. Ўзбек аёли этномаданияти.-Т.: "Фан ва технологиялар". 2001; Саифназарова Ф. "Ўзбек оиласи": ижтимоий ва маънавий қадриятлар.-Т.: Yurist mediya markazi нашр, 2007.

xotin-qizlar reproduktiv salomatligining jismoniy madaniyat, sport kundalik sog'lomlashtirish mashqlari, tibbiy-fiziologik va morfofunktsional xususiyatlari aniqlanib, salomatlik fenomenining tibbiy va etnotibbiy hamda filogenetik (sog'lom turmush tarzi, tetiklik, chaqqonlik va ijtimoiy faollik) jihatlari falsafaning deterministik qonuniyati orqali ochib berilgan;

Yangi O'zbekistonda xotin-qizlar salomatligini mustahkamlashga, ijtimoiy faolligini oshirishga qaratilgan islohotlarning insonparvar xarakterda ekanligi, "jismoniy-madaniy sog'lom ayol" tamoyili va sog'lom turmush tarzi qadriyatlarga sodiqlik kayfiyati bilan tavsiflanishi falsafiy jihatdan asoslangan;

xotin-qizlar salomatligining ijtimoiy, shaxsiy, madaniy va jismoniy faollik singari morfofunktsional jihatlarning muvofiqlashuvi kommunikativ vazifalarni bajaruvchi faoliyat ekanligiga ko'ra xotin-qizlar organizm holati, xatti-harakatlari va faoliyatiga barqaror ta'sir etishi mantiqiy isbolangan.

Tadqiqotning amaliy natijasi quyidagilardan iborat:

salomatlik fenomeni bilan jismoniy madaniyat, xatti-harakat va faollikni dialektik bog'liqligi hamda kishilarni o'zining turmush tarzini ana shu uyg'unlik orqali idrok etish va baholashga doir vazifalar yoritib berilgan;

jismoniy madaniyat xotin-qizlar organizmiga morfofunktsional ta'sir etishi, uning tekis, xushbichim, sog'lom o'sishiga yordam berishi, ayollar reproduktiv salomatligini ta'minlash omili sifatida kelishi va ular o'rtasida jismoniy tarbiyani tashkil etishga doir tamoyillari aniqlangan;

dissertatsiya ilmiy natijalari asosida sohaga oid davlat organlari, jamoat tashkilotlarining mavzu doirasidagi amaliy chora-tadbir dasturlarini takomillashtirish bo'yicha taklif va tavsiyalar ishlab chiqilgan.

Tadqiqotning ishonchliligi. Tadqiqot natijalarining ishonchliligi xalqaro miqyosdagi va respublika 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 dissertatsiyadagi ijtimoiy-falsafiy g'oyalar, fikrlardan kelgusi ilmiy tadqiqotlarda, ilmiy konsepsiyalar va "yo'l xaritasi"ni yaratishga qaratilgan innovatsion ilmiy ishlanmalarda, ilmiy eksperimental va empirik tajribalarning umumlashmalarini xotin-qizlarning fiziologik va reproduktiv salomatligini ta'minlash muammolarini ilmiy jihatdan o'rganishga va mavzuga yaqin fanlarning ilmiy-nazariy ma'lumotlarini konseptual boyitishda foydalanish mumkinligi bilan izohlanadi.

Tadqiqot natijalarining amaliy ahamiyati shundan iboratki, dissertatsiyada ilgari surilgan tadqiqot natijalaridan salomatlik institutlari, aholiga jismoniy madaniyatga oid xizmatlar ko'rsatuvchi sport uyushmalari, xotin-qizlar muammolari bilan shug'ullanuvchi mahalla, reproduktiv tibbiy markazlar, klinikalar va diagnostika muassasalari kundalik amaliy faoliyatlarida, xotin-qizlar o'rtasida olib boriladigan tibbiy, shaxsiy gigiena va fiziologik sog'lomlashtirish

markazlarining ma'rifiy-tarbiyaviy tadbirlarida va mavzuga oid metodologik o'quv qo'llanmalarni tayyorlashda foydalanish mumkin.

Tadqiqot natijalarining joriy qilinishi. Yangilanayotgan O'zbekistonda xotin-qizlarning jismoniy va reproduktiv salomatligini mustahkamlashda jismoniy madaniyatning o'rni va ahamiyatiga oid amaliy tavsiyalar va takliflar asosida:

salomatlik fenomenining inson hayotiga, sotsial funksiyalarini bajarishga, o'zligini anglash va kreativ shaxsligini namoyon etishgagi ob'ektiv imkoniyatlari (oilada sog'lom turmush tarzi, obod ijtimoiy muhit) o'zaro simbioz rivojlanishidan iborat ekanligiga oid taklif-tavsiyalardan O'zbekiston Respubdikasi "Mahalla va nuroniylarni qo'llab-quvvatlash" vazirligining "Qizlarning iqtidor va qobiliyatlarini qo'llab-quvvatlash haftaligi"ni yuqori saviyada o'tkazish bo'yicha chora-tadbirlarni ishlab chiqishda va "Xonadon gigienasini besh yulduzli mezon asosida baholash" mavzusidagi elektron platformasini yaratishda foydalanilgan (O'zbekiston Respubdikasi Mahalla va nuroniylarni qo'llab quvvatlash vazirligining 2022 yil 10 iyundagi 04-02/143-son ma'lumotnomasi). Natijada, vazirlikning samaradorligini oshirishga hamda aholining sog'lom turmush tarzini yuksaltirishga xizmat qilgan;

xotin-qizlar reproduktiv salomatligining jismoniy madaniyat, sport kundalik sog'lomlashtirish mashqlari, tibbiy-fiziologik va morfofunktsional xususiyatlari aniqlanib, salomatlik fenomenining tibbiy va etnotibbiy hamda filogenetik (sog'lom turmush tarzi, tetiklik, chaqqonlik va ijtimoiy faollik) jihatlari falsafaning deterministik qonuniyati orqali ochib berilganligiga doir taklif va tavsiyalardan O'zbekiston Xalq demokratik partiyasi hamda Oliy Majlis Qonunchilik palatasidagi fraksiyasining "Sog'lom inson – sog'lom millat" mavzusidagi loyihasi ijrosini ta'minlashda foydalanilgan (O'zbekiston Xalq demokratik partiyasining 2022 yil 11 avgustdagi 5-309-son ma'lumotnomasi). Natijada, O'zbekiston Xalq demokratik partiyasining faoliyat samaradorligini oshirishga hamda ayollarning sog'lom turmush tarzini yuksaltirishga xizmat qilgan;

Yangi O'zbekistonda xotin-qizlar salomatligini mustahkamlashga, ijtimoiy faolligini oshirishga qaratilgan islohotlarning insonparvar xarakterda ekanligi, "jismoniy-madaniy sog'lom ayol" tamoyili va sog'lom turmush tarzi qadriyatlarga sodiqlik kayfiyati bilan tavsiflanishiga oid taklif va tavsiyalardan 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 159/1-22-son ma'lumotnomasi). Natijada, Yangi O'zbekistonda xotin-qizlarning jismoniy va reproduktiv salomatligini ta'minlash tajribalari, jismoniy madaniyatda innovatsion (gender tenglik va feministik tahlil), jismoniy-madaniy sog'lom ayolning ijtimoiy morfofunktsional modeli kabi masalalardagi muhim ilmiy xulosalar nazariy hamda amaliy jihatdan muhim manba bo'lishi va mazkur loyihalarning ijtimoiy-falsafiy jihatlarni yoritishga xizmat qilgan;

xotin-qizlar salomatligining ijtimoiy, shaxsiy, madaniy va jismoniy faollik singari morfofunktsional jihatlarining muvofiqlashuvi kommunikativ vazifalarni bajaruvchi faoliyat ekanligiga ko'ra xotin-qizlar organizm holati, xatti-harakatlari va faoliyatiga barqaror ta'sir etishiga oid taklif-tavsiyalardan O'zbekiston milliy teleradiokompaniyasining "O'zbekiston" teleradiokanalida 2021-2022 yillarda efirga uzatilgan "Millat va ma'naviyat", "O'zbekiston yoshlari", "Ta'lim va taraqqiyot", "Dugonalar" dasturlarining ssenariylarini tayyorlashda foydalanilgan (O'zbekiston Milliy teleradiokompaniyasi O'zbekiston teleradiokanali davlat muassasasining 2022 yil 14 iyundagi 04-36-916-son ma'lumotnomasi). Natijada, xotin-qizlarning sog'lom turmush tarzi va madaniyati rivojlanishi bilan bog'liq dasturlar va innovatsion g'oyalarlarni ishlab chiqish ishlarni yanada takomillashtirishga hamda yoshlarda sog'lom madaniy hayot tarzini shakllantirishga xizmat qilgan.

Tadqiqot natijalarining aprobatsiyasi. Mazkur tadqiqot natijalari 4 ta xalqaro va 10 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 20 ta ilmiy ish, jumladan, O'zbekiston Respublikasi Oliy attestatsiya komissiyasining dissertatsiyalar asosiy ilmiy natijalarini chop etishga tavsiya etilgan ilmiy nashrlarda 6 ta maqola (4 ta respublika va 2 ta xorijiy jurnallarda) chop etilgan.

Dissertatsiyaning tuzilishi va hajmi. Dissertatsiya tarkibi kirish, uch bob, to'qqiz paragraf, xulosa, foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati va ilovalardan 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 ijtimoiy-falsafiy va ilmiy muammo sifatida**" deb nomlanadi. Mazkur bobda salomatlikning inson hayoti, turmush tarzi, ijtimoiy aloqalari, reproduktiv faolligi kabi voqeliklar bilan uzviy bog'liqligi ochib beriladi. Insonning mavjudligi, tirikligi, avvalo, salomatlik fenomeni orqali namoyon bo'ladi, shuning uchun salomatlik hech nima bilan almashtirilmaydigan, "o'zi-o'zi uchun" mavjud, mutlaq voqelik sifatida talqin qilinadi. Salomatlik mavjudlik, tiriklik ifodasidir. Xotin-qizlar salomatligi umumiy tarzdagi xotin-qizlar muammosining tarkibiy qismidir. Shuning uchun u xotin-qizlar salomatligini tibbiy-biologik, psixofiziologik, filogenetik, sog'lom turmush tarzi, reproduktiv faolligi, ijtimoiy hayotda qatnashishi, oila qurishi, bolalar tarbiyasi, aksiologiya, gender tenglikka oid muammolar kompleksida qarashni toqazo etadi. Bobda, salomatlikning inson hayotidagi o'rnini uning "sof voqelik", o'zi-o'zi uchun mutlaq

qadriyat ekani bilan belgilanishi haqida ham soʻz boradi. Bunda, salomatlikni hech nima bilan almashtirib yoki uning oʻrnini hech nima bilan toʻldirib boʻlmasligi, shuning uchun unga “sof voqelik” yoki “oʻzi-oʻzi uchun mavjud” voqelik sifatida qaralishi, salomatlik va hayot (tiriklik, mavjudlik maʼnosida) betakror voqelik ekanligi haqida ham soʻz yuritiladi. Ularni yoʻqotish tiriklik, mavjudlikni yoʻqotish bilan barovar. Xotin-qizlar salomatligi esa ijtimoiy, etnologik xususiyatlarga ham ega. Reproduktiv salomat ayolgina xalq, millat uchun zarur farzandlarni tugʻadi va oyoqqa qoʻyadi. Xotin-qizlarning jismoniy va reproduktiv salomatligini taʼminlash mudom jamiyat oldidagi vazifalardan biri, eng muhimi boʻlib kelgan. Bu oʻrinda islom dini, falsafasi va tafakkuridagi yondashuvlarni oʻrganish muammoning mudom dolzarb boʻlib kelganini koʻrsatadi.

Dissertatsiyada, islom anʼanalariga muvofiq, xotin-qizlar alohida sharoitda, psixofiziologik imkoniyatlariga muvofiq keladigan vazifalar, mashqlarni bajarishga yoʻnaltirilganligi haqida soʻz boradi. Bunda, islom teologiyasi va dogmasi xotin-qizlarga erkaklarga xos ishlar, amallar va vazifalarni bajarishga ijozat bermaganligi, bu bilan ular ayollarning salomatligini asrashni nazarda tutishi hamda islom xotin-qizlarga maʼlum bir jismoniy mashqlar (yugurish, otda chopish, suzish va boshqalar)ni bajarishni, sport tomoshalarini koʻrishni taqiqlamaganligi tatqiq etiladi. Ishda, Islom tarixiga oid tadqiqotlar ham tahlil etiladi unda Muhammad paygʻambarning kelishgan, baquvvat, xushsurat inson boʻlgani keltiriladi. Shvesariyalik faylasuf T.Karleyl uni nihoyatda pokdomon, goʻzal tabiatli, yuqori axloqli, mard inson ekanini aytadi¹. Muhammad paygʻambarning turmush tarzi, munosabatlari, ayollariga mehri ibratli, namuna timsoli. U inson ummatlari taqlid qilishini bilgan, shuning uchun, avvalo, oʻz ahloqini, amallari va munosabatlarini sogʻlom talablarga qurgan. Uning oʻzi degan: “Ikkita ulugʻ neʼmat bor bu tinchlik va salomatlikdir” “Allohdan avfni, ofiyatni va salomatlikni soʻrab duo qiling. Hech kimga iymondan soʻng salomatlikdan afzal neʼmat berilmagan”². Islom tafakkurida xotin-qizlarning salomatligi masalalari ham atroflicha yoritilib oʻtilgan. Islom xotin-qizlarni sport tomoshalariga borishini, sportning maʼlum bir turlari bilan shugʻullanishinigina qoʻllab-quvvatlaydi³, degan fikrlar ham tadqiqotda ochib beriladi. Ammo u xotin-qizlarning yarim yalongʻoch tarzda, erkaklar auditoriyasida mashqlar bajarishini qoʻllab-quvvatlamagan. Bugun xalqaro talablarga muvofiq demokratik-huquqiy davlatlarda xotin-qizlar bilan erkaklar bir musobaqada, sport oʻyinlarida qatnashishi mumkin. Hatto ayrim ayollar erkaklarga xos sport turlari bilan shugʻullanib gʻoliblik pogʻonalarini egallab kelishadi.

Ishda, xotin-qizlar salomatligini taʼminlashning ilmiy-tibbiy va ilmiy-valeologik asoslari ham mavjudligi, salomatlik fenomeni, avvalo, ilmiy-tibbiy nuqtai-nazardan oʻrganilishi, baholanishi zarurligi, chunki inson salomatligini oʻrganish va taʼminlash qadimdan tibbiyotning vazifasi boʻlib kelgan, aynan tibbiyot bu borada boshqa fanlardan koʻra koʻp tajriba toʻplaganligi borasida ham

¹ Карлейль Т. Герои, героическое и героические личности в истории. - Москва: Эксмо, 2001. С. 124-143

² Шайх Назруллоҳ эшон (Ғарибий) ўғли Ўроқхон (Рафиъиддинхон). Саломатлик сирлари. - Тошкент: “Qamar media” нашриёти, 2020, 58 б.

³ Хаттаб Х. Справочник мусульманской женщины. - Алмати: Классик М, 2005. С. 35-38

fikr yuritilgan bo'lib bunda, zamonaviy tibbiyot salomatlik fenomenini nafaqat o'rganishi, tekshiriladi, shu bilan birga, u salomatlikni qayta tiklash, mustahkamlash va diagnostika qilish, zarur amaliy tavsiyalar berishi bilan qimmatli ekanligi tahlil etiladi.

Xotin-qizlar valeologiyasining ilm-fan, nazariya sifatida shakllanishini taqozo etadigan ijtimoiy-amaliy va ilmiy-nazariy omillarga quyidagilarni kiritish maqsadga muvofiqdir:

1) xotin-qizlar valeologiyaning tadqiqot obyekti bo'lishi mumkinligini asoslab o'tirishga hojat yo'q;

2) xotin-qizlar aholi (salomatligining va turmush tarzining differensial xususiyatlari)ning yarmidan ko'p qatlami, bu faktning o'zi ularni har qanday ilmiy izlanishlar obyekti bo'lishi mumkinligini tasdiqlaydi;

3) xotin-qizlar o'zining psixologik, etnomadaniy, aksiologik va fikrlash tarziga oid o'z xususiyatlariga ega, bu xususiyatlarni o'rganish valeologik izlanishlar doirasini kengaytiradi va uning pastulatlarini asosli qiladi;

4) valeologiyani etnologiya bilan bog'laydi, aholishunoslik (xalqshunoslik) esa xalq, millat ravnaqini salomatlik va sog'lom turmush tarzi orqali tadqiq etish imkoniga ega bo'ladi. Etnologiyaning xotin-qizlar salomatligi va sog'lom turmush tarziga oid valeologik qarashlarga tayanishi tabiiy holdir.

Jismoniy madaniyat xotin-qizlar organizmiga morfofunktsional ta'sir etishi orqali valeologik tadqiqotlarga yo'nalish, mavzu beradi. Masalan, yugurish yoki gimnastika bilan shug'ullanish xotin-qizlar organizmining qaysi qismlariga ko'proq, qaysi qismlariga kamroq ta'sir qilishini va qaysi qismlariga umuman ta'sir qilmasligini (yoki aks ta'sir etishini) aniqlashga qaratiladi. Jismoniy mashqlar inson organizmiga va uning barcha qismlariga bab-barovar ta'sir etavermaydi, ushbu differensial jihatlarni bilish xotin-qizlarning jismoniy va reproduktiv salomatligini ta'minlashning samarali, ratsional yo'llarini topishga yordam beradi. Jismoniy madaniyatning o'zi inson organizmiga va psixofiziologik rivojlanishiga ijobiy ta'sir etishini rad qilish mumkin emas, biroq ushbu umumiy pastulat, aksioma aniqlashtirishni ham toqazo etadi. Ya'ni uyushtiriladigan jismoniy mashqlar va yuk (nagruzka) xotin-qizlar organizmi qaysi qismlarining rivojlanishiga muvofiq keladiyu, qaysi qismlarning rivojlanishiga muvofiq kelmaydi yoki ular afiziologik defektlarni keltirib chiqaradi? Jismoniy madaniyatning ijtimoiy morfofunktsional jihatlari esa ushbu o'zgarishlarning xotin-qizlarning faol yashashida, o'zining biologik va ijtimoiy funksiyalarini bajarishida namoyon bo'ladi.

Tadqiqotning ikkinchi bobi **“Xotin-qizlar salomatligini mustahkamlashning umumijtimoiy (global), etnoaksiologik va dietalogik jihatlari”** deb nomlanadi. Mazkur bobda xotin-qizlar jismoniy va reproduktiv salomatligini ta'minlashning ijtimoiy-falsafiy, jumladan, umumijtimoiy(global), etnoaksiologik va dietalogik masalalari tadqiq etiladi. Bugun xotin-qizlar muammosi bilan BMT tortib, to milliy davlatlar, transmilliy uyushmalar, xalqaro filantropik tashkilotlar ham shug'ullanayotganidan kelib chiqsak, mavzu global ahamiyatga ega ekanini anglaymiz. Bobda ushbu global ahamiyatga ega bo'lgan

xalqaro harakatlar va normalar tadqiq etiladi, ularning xotin-qizlar salomatligini ta'minlashdagi o'rni ochib beriladi.

Bobda, Yevropa Ittifoqi davlatlari xotin-qizlarning jismoniy va reproduktiv salomatligini mustahkamlashga jiddiy qarashishlari, bu borada turli ixtiyoriy uyushmalar tuzishganligi, klublar va assotsiatsiyalar, salomatlik institutlari, jismoniy mashqlar bo'yicha turnirlar, musobaqalar tashkil etishi borasida fikr yuritiladi. Ya'ni, 1952 yili Jenevada bo'lib o'tgan Xalqaro mehnat tashkilotining bosh konferensiyasida onalikni muhofaza qilish haqida konvensiya qabul qilishgan. Bu konvensiyaning tashkilotchilari va faol targ'ibotchilari Buyuk Britaniya, Daniya, Irlandiya, Ispaniya, Italiya, Norvegiya, Portugaliya, Finlandiya va Shvesiyadagi xotin-qizlarni qamrab olgan. Qolgan davlatlarda esa bunday qulayliklar faqat sug'urta qilingan xotin-qizlarga nisbatan qo'llaniladi. Germaniya, Fransiya, Shvesiya, Lyuksemburg va Niderlandlar qirolligida ishlovchi ayollarga homiladorlik va tug'ish ta'tili berilishi o'rnatilgan, bu davrda ayolning ish haqi saqlanadi. Bolgariya oylik ish haqining 90 foizi 32 hafta saqlanib qoladi, Xorvatiya ta'til vaqti 58 haftadan iborat bo'lib, 6 haftasida maosh haqi to'la saqlanib turadi. Yevropa Ittifoqi davlatlarida homiladorlik va tug'ruq ta'tili 14-20 hafta etib belgilangan, Germaniyada bu muddat 36 oyni tashkil etadi. Barcha davlatlarda homilador ayolni majburiy tibbiy ko'rikdan o'tkazish, uning va homilasining salomat rivojlanishi, ratsional ovqatlanishi va farzand ko'rishi uchun maxsus klinikalar faoliyat yuritadi. Harbiy xizmatdagi oilali otalar, yigitlar uchun turli imtiyozlar, ta'tillar joriy etilgan. Masalan, Vengriya, Ruminiya, Portugaliya ularga 5 kunlik, Finlandiyada 8 kunlik, Belgiya, Latviya, Sloveniya, Shvesiyada 19 kunlik, Fransiya 11 kunlik, Niderlandlar Qirolligi, Norvegiya, Buyuk Britaniya va Estoniyada 14 kunlik, Islandiyada 3 haftalik haq to'lanadigan ta'tillar beriladi. Belgiya, Germaniya, Gresiya va Italiya bolali oilalarga daromad solig'i to'lashda imtiyozlar beriladi, Ispaniya va Portugaliya bolali oilalar har bir farzandi uchun soliq to'lovlarini qisqartirilgan shaklda to'lash huquqiga ega¹.

Jahon sog'liqni saqlash tashkiloti (JSST) xotin-qizlarning jismoniy va reproduktiv salomatligini mustahkamlash borasida juda katta ishlarni amalga oshirib keladi. Masalan, uning Yevropa byurosi "Sog'liq ta'sirini iqtisodiy baholash yo'riqnomasi"ni ishlab chiqqan. Mazkur yo'riqnoma salomatlikning ijtimoiy-iqtisodiy faoliyatga, mehnat samaradorligi va innovatsion ixtirolarga ta'sirini aniqlash, o'lchash imkonini beradi. U xotin-qizlarning jismoniy madaniyati darajasining mehnat faoliyatiga, ish tartibiga rioya etgan tarzda ish samaradorligiga ta'sirini o'lchash borasida ilmiy sinovlar va tajribalar o'tkazadi. Masalan, Litvada shahar merlari, mamlakat kasalxonalar va klinikalar uyushmasi, "Mintaqalar - salomatlik uchun" tarmog'i, Litva sport universiteti aholi orasida yurak xastaliklari, semirish va sog'lom hayot tarzini targ'ib etish maqsadida velosipedni ommalashtirishga bosh-qosh bo'lmoqda. Bugun ushbu salomatlik yo'lagi 300 kilometrdan ziyoddir. Buyuk Britaniya ham velosipedni ommalashtirish harakati avj olgan. Veloharakatlar uchun sarflanadigan har bir funt Milliy sog'liqni saqlash tizimiga to'rt funt keltirar ekan. So'nggi o'n yilda

¹ Раҳматов Л. Оналик ва болалик: ўзгараётган дунё. - Тошкент: "TAMADDUN", 2017. 45 б.

velosipedda ishga qatnaydiganlar soni ikki barobarga oshgan. Bu mamlakat aholisining deyarli 40 foizi velosipeddan foylanmoqda deganidir. London shahri velosiped harakatini rivojlantirish uchun 2020 yilda 900 million funt sterling sarflagan¹. Xotin-qizlarning jismoniy va reproduktiv salomatligini mustahkamlash bir qator omillarga bog‘liq bo‘lib ularga:

1. Reproktiv salomatlikning jismoniy-tarkibiy qismini, ya’ni fertil yoshdagi ayollarning jismoniy salomatlik holatiga ta’sir ko‘rsatuvchi omillarni (ekstragental kasalliklar, abort, ovqatlanish, ekologiya, radiatsiya, ximikatlar);

2. Ma’naviy ruhiy salomatlik holatini (umumiy madaniylik, demografik, xulq, ma’lumotlilik, sog‘lom turmush tarzida yashashi, oiladagi ma’naviy-ruhiy vaziyat, erkakning munosabati va shu kabilar);

3. Ijtimoiy-iqtisodiy omillar, ish bilan bandlik, oilaning iqtisodiy ta’minoti, uy-joy sharoitlarining mavjudligi, ijtimoiy ta’minot tizimining darajasi va shu kabilar. Onalar va bolalarga ko‘rsatiladigan tibbiy xizmatlarning ahvoli, uning yuqori malakaligi va hammabopligi;

4. Reproktiv salomatlikni muhofaza qilish borasida davlat tomonidan yuritilayotgan siyosat va uning samaradorligi hamda huquqiy asoslarining yaratilganligini kiritish mumkin.

Ishda, xotin-qizlarning oiladagi o‘rni va oilaviy funksiyalariga borib taqalishi borasida ham so‘z yuritiladi. Bu borada, falsafa fanlari doktori, professor O.Nishonova ta’kidlashicha, “O‘zbek ayollari ijtimoiy-tarixiy va ma’naviy-diniy omillar ta’sirida oila, farzandlar tarbiyasi, maishiy turmush bilan mudom band bo‘lib kelgan. Farzand tug‘ish bilan bog‘liq psixofiziologik hollar ayollarni dunyoga eng yaqin kishilari - farzandlari, eri, nevaralari, qarindosh-urug‘lari orqali qarashga o‘rgatgan. Ayniqsa, ketma-ket farzand tug‘ish tabiiy ravishda, ayolni oilaga, uy muhitiga bog‘lab qo‘ygan. Bu esa, ayollarda erkaklarnikidan farq qiluvchi axloqiy tushunchalarni, salomatlikka oid qadriyatlarni, hayotdagi barqarorlikni ta’minlovchi urf-odatlar, marosimlar, an’analarini yuzaga keltirgan. Shuning uchun oilaviy-maishiy marosimlarning, sog‘lom turmush tarzining asosiy tashkilotchilari, avlodlardan-avlodlarga eltuvchilari ayollar bo‘lib kelgan². Ularning ijtimoiy funksional jihatlari, O.Nishonova ta’kidlaganidek: 1) oilaviy munosabatlarni mustahkamlashida; 2) yoshlarni oilaviy-maishiy hayotga o‘rgatishida; 3) yangi oila qurishni rejalashtirishida; 4) sog‘lom farzandlar tug‘ishi va tarbiyalashida; 5) oila a’zolarining maroqli dam olishi va hordiq chiqarishini uyushtirishida; 6) qarindosh-urug‘chilik an’analarini davom ettirishida namoyon bo‘ladi³. Ko‘rinib turibdiki, etnoaksiologik omillar oilaviy hayotning barcha tomonlari va ijtimoiy funksiyalari bilan chambarchas bog‘liq tarzda keladi.

Bobda, xotin-qizlarni jismoniy va reproduktiv salomatligini “birgina sog‘liqni saqlash tizimi doirasida amalga oshirib bo‘lmasligi, inson organizmi jismoniy, emotsional va intellektual yuk (nagruzka)ka moslashganligi, bu yuklarning erkaklar va ayollar, bolalar va kattalar organizmiga ta’siri ularning ijtimoiy mehnat turlariga, etnomadaniy an’analar va ovqatlanish tartiblariga, kundalik rejimlariga

¹ Раҳматов Л. Оналик ва болалик: ўзгараётган дунё. - Тошкент: “ТАМАДДУН”, 2017. 47-49 б.

² Нишоновна О. Этник маданият ва маросимлар. Маърузалар тўплами. - Тошкент: ЎзДСИ, 2009. 30-31 б.

bevosita bog'liqligi borasida so'z yuritiladi. Masalan, yosh kishilarda, yigitlarda organizmning jismoniy madaniyat va mashqlarga moslashishi, tashqi ta'sirlar va yuk (nagruzka)larga chidashi bir oy ichida 5-16 kunlar davom etishi, og'ir mehnat bilan shug'ullanadigan kishilar organizmi 5-8 kun, intellektual mehnat bilan shug'ullanadigan kishilarniki 8-16 kun davom etadi. Yosh bosqichlariga ko'ra intellektual yuk (nagruzka)ga chidash, eng faollik 18-20 yoshga to'g'ri keladi. Keyingi yosh bosqichlarida 30 yoshga kelib intellektual faollik 4 foizga, 40 yoshlarga kelib 13 foizga, 50 yoshga kelib 20 foizga, 60 yoshga kelib esa 25 foizga qisqaradi. Jismoniy madaniyat va mashqlardagi faollik cho'qqisi 20-30 yoshga to'g'ri keladi, keyin u 50-60 yoshlarga yetib 30 foizga qisqaradi.

Xotin-qizlardagi jismoniy madaniyat va mashqlarga faollik turlicha kechadi. Bizning hisob kitoblarimizga ko'ra, gimnastika bilan shug'ullanuvchi qizlardagi faollik 12-20 yoshlarga, o'rtacha faollik (ammo faollik) 21-27 yoshlarga, yengil atletika bilan shug'ullanuvchilardagi faollikning cho'qqisi 15-20 yoshlarga, o'rtacha faollik 21-28 yoshlarga, voleybol bilan shug'ullanuvchilar ichida faollik cho'qqisi 19-23 yoshlarga, o'rtacha faollik 24-27 yoshlarga to'g'ri keladi. Ushbu yoshlardan keyin sport sohasida sezilarli yutuqlarga erishgan xotin-qizlar juda kam uchraydi. Ammo bu ko'rsatkichlar jismoniy madaniyat va mashqlar bilan shug'ullanuvchi xotin-qizlar juda kam ekan, degan tor fikrga olib kelmasligi lozim. Ommaviy sport va jismoniy mashqlar erkaklar kabi ayollarning ham sevimli mashg'uloti hisoblanadi. Bugun sport zallariga qatnayotganlarning yarmidan ko'pini xotin-qizlar tashkil etadi. Shunday bo'lsa-da, xotin-qizlar ichida turmushga chiqqandan, farzand tuqqandan keyin sport zallariga qatnovchi ayollar nihoyatda kam uchraydi. Musulmon oilalari va erkaklar xotin-qizlarni, ayniqsa, oilali bo'lgach, sport zallariga, stadionlarga yuborishga ko'p ham rozi bo'lishavermaydi, islomiy qadriyatlarga ko'ra esa, ayol erkakning ruxsatisiz ko'chaga chiqishi mumkin emas.

Dissertatsiyaning uchinchi bobi, **“Yangi O'zbekistonda xotin-qizlar salomatligini mustahkamlash: konseptual yondashuvlar, innovatsion tibbiy izlanishlar, jismoniy-madaniy (morfofunksional) jihatlar”** deb nomlangan bo'lib, mazkur bobda Yangi O'zbekistondagi amalga oshirilayotgan tub o'zgarishlarning mohiyati, ularda aholi, ayniqsa, xotin-qizlar salomatligini mustahkamlashga qaratilgan islohotlar haqida so'z yuritiladi. Muammoga oid konseptual yondashuvlar va ularning ijtimoiy- falsafiy ahamiyati ochib beriladi. Bobda islohotlardagi xotin-qizlar salomatligini mustahkamlashga qaratilgan chora-tadbirlar, ularning zamonaviy taraqqiyot bilan bog'liq jihatlari, ayollar reproduktiv faolligini ta'minlash masalalari muhokama qilinadi. Bobda jismoniy madaniyatning xotin-qizlar organizmiga morfofunksional ta'sirini o'lchash, aniqlashga oid ilmiy izlanishlar tahlil qilinadi, ularni amaliyotga joriy etishda “Barchinoy” dasturiga muvofiq jihatlari ochib beriladi. Tadqiqotda, salomatlik ko'p omillarga bog'liqligi masalan, to'g'ri ovqatlanish masalasi, xotin-qizlarga semirish xos xususiyat ekanligi ham tahlil etiladi. Jismoniy madaniyatning xotin-qizlar salomatligini mustahkamlashga morfofunksional ta'siri qator jihatlarni o'z ichiga olishi, ularga 1) biogenekologik jihatlar, 2) organizmning morfofunksional jihatlari; 3) ijtimoiy-tibbiy jihatlar; 4) jismoniy-madaniy jihatlar; 5) shaxsiy

madaniy-jismoniy faollik jihatlari kiradi. Ushbu ijtimoiy morfofunksional jihatlarni tahlil qilish va immanent xususiyatlari o'rganish ko'rsatadiki, xotin-qizlarning jismoniy va reproduktiv salomatligini mustahkamlash qator ijtimoiy omillarga bog'liq ekanligi ochib beriladi. Xotin-qizlarning jismoniy va reproduktiv salomatligini mustahkamlash, avvalo, ular organizmining immanent belgilari va filogenez, fiziologik rivojlanish xususiyatlariga bog'liq, biroq ular maxsus jismoniy-madaniy mashqlar, uzluksiz badantariya, shaxsiy gigiena va sog'lom turmush tarziga ham bog'liqligini rad etmaydi. Xotin-qizlarning jismoniy tarbiyaga munosabatlarida etnoaksiologiyalarning ta'siri mavjud, shunday bo'lsa-da, zamonaviy xalqaro normalar ularni qayta baholashni taqozo etadi. Inson organizmi uchun etnoaksiologik omillarning ta'siri emas, balki inson huquq va erkinliklari yaratib beradigan imkoniyatlar muhimdir.

XULOSA

O'tkazgan tadqiqotimiz bizni quyidagi xulosalarga olib keladi:

Birinchidan, salomatlik inson mavjudligi va evolyusion rivojlanishini ta'minlovchi omildir. Insonning madaniyat olamiga kirib kelishi ikki omilga borib taqaladi: birinchisi - yashash uchun biologik ehtiyojini (qorin to'yg'azish, o'zini boqish) qondirish; ikkinchisi - tur sifatida o'zini va salomatligini asrash. Aslida esa birinchisi ikkinchisiga xizmat qilgan. Ijtimoiy-madaniy rivojlanish tarixi odam turining o'zini va salomatligini asrash uchun kurash tarixidir. Biroq salomatlikni asrash odam vujudidan joy olgan tabiiy instinkt bo'lsa-da, u maxsus vositalar, institutlar va metodika bilan qo'llab-quvvatlanishi zarur. Ilm-fan, shunday vositalar, institutlar va metodika sifatida, tabiiy instinktga jiddiy ta'sir etish va salomatlikni uzaytirish imkoniga ega.

Ikkinchidan, xotin-qizlar salomatligini mustahkamlash yuqoridagi tabiiy instinktning tarkibiy qismi edi. Buning alohida voqelik ekanini e'tirof etish, o'rganish va sotsial imkoniyatlarni yo'naltirish to XIX asrgacha anglangan voqelik bo'lmagan. Feodal-patriarxal munosabatlar xotin qizlar muammosi borligini ilg'amagan, ba'zan esa uni oshkora rad etgan. Hatto Fales, Platon, Aristotel va Seneka kabi faylasuflar ham ayollarga past nazar bilan qarash tarafdorlari bo'lishgan. XIX asrda yuzagakelgan feministik harakatlar xotin-qizlar masalasi mavjudligini, ularning hayoti, tabiiy tuzilishi, madaniyati, huquqlarini o'rganish zarurligini ko'rsatdi. Ilmiy qarashlarning teologik tasavvurlardan ajratilishi va gender tenglik masalalarining kun tartibiga qo'yilishi xotin-qizlar salomatligini ham o'rganishga undadi.

Uchinchidan, xotin-qizlar salomatligini mustahkamlash bilan shu paytgacha asosan tibbiyot, ginekalogiya shug'ullanib keldi. XXI asrda yuzaga kelgan valeologiya xotin-qizlar salomatligini o'rganishga da'vogar bo'lib chiqdi. Natijada sog'lom turmush tarzini yangi bir yo'nalishi, ya'ni xotin-qizlar valeologiyasi tomon qadam tashlandi. Valeologiyani ijtimoiy falsafaga yaqinligi ko'p, ammo valeologiyaning ijtimoiy-amaliy xarakteri, aholi va aholi qatlamlarining sog'lom turmush tarzini o'rganishi uni ko'proq empirik tadqiqot, ilm-fan yo'nalishi ekanini

ko'rsatadi, ijtimoiy falsafa esa jamiyat taraqqiyoti haqida keng, apriori xususiyatiga ega metafizik mushohadalar yuritishga moyil.

To'rtinchidan, xotin-qizlar masalasi global miqyosda kun tartibiga qo'yilayotgan bo'lsa-da, uni hal etish etnomuhit, milliy davlatlar va institutlarga borib taqaladi. Oila muhiti va undagi etnoaksiologik tartiblar, ayniqsa, musulmon tartiblari qaror topgan davlatlarda, xotin-qizlarni jismoniy madaniyat, sog'lomlashtirish mashqlari, sport turlari bilan shug'ullanishlariga, stadionlarga, sport tomoshalariga borishiga ta'sir etadi. O'zbekistondagi xotin-qizlarning, ayniqsa, oila qurganidan va farzand ko'rganidan keyingi munosabatlari, oiladagi etnoaksiolik tasavvurlarga bog'liq bo'lib qolmoqda.

Beshinchidan, dietalogiya, huddi valeologiya sifatida, yaqinda XXI asrda vujudga keldi. Uning genezisi qadimgi davrlarga borib taqaladi, biroq u ratsional tashkil etiladigan va ilmiy izohlanadigan faoliyat, turmush tarzi sifatida endi e'tirof etilmoqda. Xotin-qizlar dietologiyasi o'zining immanent xususiyatlariga, fiziologik va filogenetik ta'sirlariga ega soha ekani bugun hech kimda e'tiroz uyg'otmaydi. Xotin-qizlarning homiladorlik paytidagi ovqatlanish talablari goho oddiy tasavvurlarga ham ziddir. Buni nafaqat fiziologik, shuningdek, ijtimoiy-tibbiy tartiblar bilan ham izohlash qiyin. Xullas, dietalogik madaniyat xotin-qizlar jismoniy va reproduktiv salomatligining muhim omili ekanini anglash zarur.

Oltinchidan, Yangi O'zbekistonda xotin-qizlar salomatligini mustahkamlashning konseptual masalalari va ularning jismoniy madaniyat bilan bog'liq jihatlari jamiyatda amalga oshirilayotgan tub islohotlar bilan uzviy bog'liqdir. Mamlakatni innovatsion rivojlantirish va ijtimoiy-tibbiy sohani modernizatsiyalash o'z navbatida xotin-qizlarning jismoniy va reproduktiv salomatligiga ham taalluqli vazifalardir. Globallashuvning ziddiyatli jarayonlari xalq, millat genofondini asrashga alohida talab qo'ymoqda, xalq, millat genofondini asrash esa xotin-qizlarning jismoniy va reproduktiv salomatligini mustahkamlash orqaligina hal etilishi mumkin. Respublikamizda amalga oshirilayotgan ijtimoiy-tibbiy va jismoniy madaniyatni rivojlantirish sohasidagi islohotlar bir tomondan, jahondagi ilg'or davlatlar erishgan yutuqlarga yetib olishni nazarda tutayotgan bo'lsa, ikkinchi tomondan, milliy taraqqiyotning dolzarb, xalq, millat duch kelayotgan ichki, shu jumladan, ijtimoiy-tibbiy, gender va reproduktiv salomatlikka oid muammolarni yechishga qaratilgan.

Yettinchidan, xotin-qizlar organizmining morfofunktsional xususiyatlari faqat hayz ko'rish, menustratsiya va homiladorlik bilan izohlanmaydi, tabiat ular tanasi, tashqi ko'rinishi, gavda va ko'krak tuzilishi, son va dumba rivojlanishi, bel, qo'l va oyoqlarining jismoniy yuk(nagruzka)ka chidashi, tashqi ta'sirlarni erkaklarga nisbatan boshqacha, emotsional qabul qilishi, o'zini va farzandini asrashida faollik, fidoiylilik va itoatgo'ylik ko'rsatishi, yoshi o'tgan sayin kamharakatchan, uy-xo'jalik, oila va bola tashvishlari bilan band bo'lishi kabi ko'plab omillar bilan ham bog'liqdir.

Tadqiqotimiz natijalaridan kelib chiqib amaliyotga quyidagilarni tavsiya etishimiz mumkin:

1. "Xotin-qizlar va sport" ilmiy, ommabop va ma'rifiy jurnalini chop etish zarur.

2. “Valeologiya” jurnalini nashr etish maqsadga muvofiqdir.
3. Xotin-qizlar oʻrtasida ommaviy sportni targʻib etishni uzluksiz va tizimli amalga oshirish zarur.
4. Xotin-qizlarni sportga jalb etishning etnopsixologik va etnomadaniy jihatlarini oʻrganishga qaratilgan ilmiy tadqiqotlar oʻtkazishni yoʻlga qoʻyish darkor.
5. Xotin-qizlardan jismoniy madaniyat va tarbiya boʻyicha trenerlar, instruktorlar va tarbiyachilar tayyorlashga alohida kvotalar ajratish kerak.
6. Trener xotin-qizlar mehnatini ragʻbatlantirishning yangi mexanizmlarini yaratish kerak.
7. Toshkent tibbiyot akademiyasi va Pediatriya institutida xotin-qizlardan jismoniy madaniyat muassasalari, tizimi uchun maxsus kadrlar tayyorlashni yoʻlga qoʻyish mumkin.
8. Hududlarda sportchi xotin-qizlar va trenerlarning galereyasini yoki jamoatchilik asosida ishlovchi muzeylarini tashkil etish lozim.
9. Mashhur sportchi xotin-qizlar nomini maktablar, koʻchalarga qoʻyish mumkin.

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

УРГЕНЧСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ

ЖУМАНИЯЗОВА МАХИРА РАХИМБЕРГАН ҚИЗИ

**СОЦИАЛЬНО-МОРФОФУНКЦИОНАЛЬНЫЕ АСПЕКТЫ
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В УКРЕПЛЕНИИ ЖЕНСКОГО
ЗДОРОВЬЯ**

09.00.04 – Социальная философия

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

Самарканд – 2023

Тема диссертации на соискание ученой степени доктора философии (PhD) зарегистрирована Высшей аттестационной комиссией под номером B2022.2.PhD/Fal742.

Диссертация выполнена в Ургенчском государственном университете.

Автореферат диссертации размещен на трех языках (узбекский, русский, английский (резюме)) на веб-странице www.samdu.uz, по адресу (www.ziynet.uz) информационно-образовательного портала «ZiyoNet».

Научный руководитель:

Хажиева Максуда Султановна
доктор философских наук, профессор

Официальные оппоненты:

Яздонов Улугбек Тошмуротович
доктор философских наук, профессор

Турсункулова Шахноза Туйчиевна
доктор философии (PhD) по философским наукам, доцент

Ведущая организация:

Навоийский государственный педагогический институт

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 «7» апреля часов 14⁰⁰ (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 Шароф Рашидова, исторический факультет, 1 этаж, 105 аудитория).

С диссертацией можно ознакомиться в Информационно-ресурсном центре Самаркандского государственного университета имени Шароф Рашидова (зарегистрирован под № 32). (Адрес: 140104, г. Самарканд, Университетский проспект, 15. Тел.: (0366) 239-13-87, 239-11-40; факс: (0366) 239-11-40.)

Автореферат диссертации распространен "23" марта 2023 г.
(Регистрационный протокол № 32 от "23" марта 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 в мире события, с одной стороны, побуждают человечество к большей сплоченности и жизни в более широкой интеграции, а, с другой стороны, ставят на первый план повестки дня вопросы сохранения национальной идентичности, суверенитета и самобытности этнокультур. COVID-19, который называют «чумой века», угрожает жизни людей, именно поэтому защита и укрепление здоровья стали глобальной реальностью, и в конце концов все созданное человеком, методы, инструменты и новаторские подходы, служащие благородной цели формирования здорового и активного поколения, могут оказаться бесполезными. Здоровье стало залогом человеческого существования и долголетия.

С каждым годом увеличивается количество научных центров, университетов и клиник, занимающихся проблемами укрепления здоровья человека, служащих формированию людей как социально активных, деятельных субъектов как физически, так и умственно, и духовно. Создание Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ) в середине прошлого века показало необходимость подходить к здоровью человека как к глобальной проблеме, проводить в этой связи серьезные медицинские, психофизиологические, валеологические, просветительские и воспитательные исследования. Сегодня не только развитые и передовые страны мира, но и развивающиеся страны, только что обретшие независимость, проводят масштабные исследования по созданию современных механизмов и институтов укрепления здоровья человека. Пандемия подтвердила, что укрепление здоровья остается наиболее актуальной проблемой.

В нашей стране укрепление здоровья населения, особенно детей и женщин, стало одним из главных приоритетов государственной политики. «В этой системе особое внимание уделяется здоровью матери и ребенка. В связи с этим важно определиться со здоровым образом жизни в обществе, популяризировать физкультуру и спорт»¹. Для эффективного решения этой задачи научному сообществу важно рассмотреть ее политические, правовые, социально-организационные, учебно-воспитательные основы в соответствии с запросами времени, непосредственно исследовать социально-морфофункциональные аспекты физической культуры. в укреплении физического и репродуктивного здоровья женщин.

Данное диссертационное исследование в определённой степени способствует реализации Указа Президента Республики Узбекистан № ПФ-60 от 28 января 2022 года «О Стратегии развития Нового Узбекистана на 2022-2026 годы», Закона Здравоохранения Республики Узбекистан «О комплексных мерах по коренному совершенствованию системы здравоохранения» № ПФ-5590 от 7 декабря 2018 года, постановления № ПФ-

¹ Мирзиёев Ш.М Янги Ўзбекистон стратегияси [Матн] // Ш.М. Мирзиёев - Тошкент: "O'zbekiston" нашриёти, 2021. -Б. 217.

5924 от 24 января 2020 года «О мерах по дальнейшему совершенствованию и популяризации физической культуры и спорта в Республике Узбекистан», а также Декрет-закон №394 Республики Узбекистан от 4 сентября 2015 года «О физической культуре и спорте» и Декрет-закон № 528 от 11 марта 2019 года «Об охране репродуктивного здоровья граждан» и других нормативно-правовых документов по теме диссертации.

Соответствие исследования приоритетным направлениям развития науки и технологий республики. Данное исследование проводилось в соответствии с приоритетным направлением развития науки и технологий республики I. «Формирование системы социальных, правовых, экономических инновационных идей информированного общества и демократического государства и путей их реализации».

Степень изученности проблемы. Исследования, связанные со здоровьем человека, находятся в центре внимания исследователей. В частности, некоторые аспекты проблемы в западных странах обсуждались Г.Плоссом, Дж.Каннолли, В.Гризенгером, З.Фрейдом, О.Вейнингером, А.Шопенгауэром, Ф.Нише, Т.Мейнертом, К.Ломброзо, А.Пиз и Б.Пиз, Дж.Льюис, С.Бронсмиллер, Л.К.Аксители, Т.С.Антонисси, Д.М.Бусс, П.Дж.Коплан, Е.Г.Кох, Р.Хилтон, К.Т.Килмартин, Д.Дж.Левинсон исследовали социально-политические, психофизиологические и гендерные аспекты проблемы¹.

Г.И.Акинщикова, Ю.Е.Алешина, Б.Г.Ананьев, Т.В.Андреева, Э.Барш, ученые из стран СНГ Т.А.Баршеева, М.Е.Баскакакова, Т.В.Бедас, Г.А.Билич, В.А.Бажедомов, В.А.Гесдакян, Ю.А.Гуркин, Ф.А.Исрданская, И.С.Кон, Е.П.Ильин, Л.И.Лубышева, Н.М.Ледавекая, Е.Мещеркина, В.А.Панков, Е.Серева, В.В.Сологуб, С.Соха, Н.А.Усачева, Г.Л.Ходырова проводила исследования по вопросам обеспечения репродуктивного здоровья женщин и вовлечения их в общественную жизнь.²

¹ Плосс Г. Женщина: Монография. - Сыктывкар-Киров, «Вятка». 1995. С. 640; Pinel Ph. Traité médico-philosophique sur l'aliénation mentale, ou la Manie. Paris: Richard, Caille et Ravier, an IX/1800 («Медико-философский трактат о мании»); Вейнингер О. Пол и характер. // Латард. 1997. С. 358; Фрейд З. Психоанализ. // Научная литература. Москва: 2010. С. 523; Ломброзо Ч. Гениальность и помешательство; Женщина преступница и проститутка; Любовь у помешанных. Сборник. - Минск: ООО «Попурри», 1998. С. 40-41.; Карл Юнг: Психологические типы. — Академический проект, 2019. С. 538; Льюис. Неудовольствие женщины.-Москва; Acciteli L.K., Antonucci T.C. Gender differences in the link between marital support and satisfaction in older couples// Journal of Personality and Social Psychology. 1994. V67.p688-698; Buss D. M. The evolution of desire: Strategies of human mating.-N. Y.: Basic Books; 1994; Caplon P.J, Thinking critically about research on sex and gender.- Boston, 2009;

² Акинщикова Г.И. Телосложение и реактивность организма.- Ленинград: Наука, 1999; Алешина Ю.Е., Волович А.С. Проблемы усвоения ролей мужчин и женщины// вопросы психологии. 1991. №4.С.74-82; Ананьев Б.Г. Человек как предмет познания.- СПб.: «Питер», 2001; Барш Э.Семь возрастов женщины. Возрастные особенности физиологии и психологии женщины. - Москва: наука, 1994; Барышева Т.А. Креативность. Диагностика и развитие - СПб.: «Питер», 2002; Баскакова М.Е. Равные возможности и гендерные стереотипы на рынке труда.- Москва. Наука: 1998; Ильин Е.П. Полигендизм.- СПб.: «Питер», 2010; Лубышева Л.И. Женщина и спорт: социальный аспект// Теория и практика физической культуры, 2000.№6.С.13-16; Панков В.А. Физическая культура и спорт в здоровом образе жизни женщин// Теория и практика физической культуры, 2000 №6. С.20-22; Усачева Н.А. Женщина: ее статус, судьба и образ в мировой культуре.-Алматы, 1994; Ходырева Г.Л. Гендер и здоровье // Психология здоровья.- СПб.: «Питер», 2003.

Некоторые социально-экономические и историко-правовые аспекты обеспечения здоровья женщин в Узбекистане рассматриваются Я.Абдуллаева, Ф.Абдурахмонова, С.Ахророва, Р.Арзикулов, Х.Бобомуратова, Г.Г.Инагомова, Р.С.Самаров, Г.Маткаримова, Р.Мухаммедов, М.Холматова, А.Гусейнова, Н.Нишонова, О.Нишонова, Ф.Сайфназарова. Тем не менее, существует необходимость изучения улучшения женского здоровья с точки зрения инновационных изменений, которые реализуются в нашей стране в ближайшие пять лет.

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 на основании параграфа 2.4 «Программы развития Ургенчского государственного университета на 2017-2030 годы» в рамках «Программы комплексных мероприятий, направленных на развитие научно-исследовательская деятельность и наращивание научного потенциала».

Цель исследования выявить динамические процессы укрепления физического и репродуктивного здоровья женщин Нового Узбекистана и выявить конструктивные аспекты влияющих на них факторов.

Задачи исследования:

выявить социально-философские и медико-физиологические основы феномена здоровья;

уточнение и определение морфологических особенностей женского здоровья;

показать физиологическое влияние физической культуры на морфофункциональную и социальную активность организма человека, особенно женщин;

выявить, что реформы, проводимые в новом Узбекистане, направлены на укрепление физического и репродуктивного здоровья женщин.

Объектом исследования является роль и значение физической культуры в укреплении здоровья узбекских женщин.

Предметом исследования является влияние занятий физической культурой и упражнениями на укрепление женского здоровья.

К методам исследования относятся: В диссертации используются такие методы научного познания, как анализ и синтез, индукция и дедукция, объективность, историчность, диалектика, сравнительный анализ, синергетический, систематический и сравнительный анализ.

Научная новизна исследования заключается в следующем:

обосновано, что объективные возможности феномена здоровья для жизнедеятельности человека, выполнения социальных функций, реализации своей идентичности и проявления творческой личности (здоровый образ жизни в семье, благополучное социальное окружение) состоят во взаимном развитии симбиоза;

определяются медико-физиологические и морфофункциональные характеристики репродуктивного здоровья женщин, медико-этномедицинские и филогенетические (здоровый образ жизни, жизнестойкость, резвость и социальная активность) аспекты феномена здоровья через детерминированный закон дана философия;

философски обосновывается, что реформы, направленные на укрепление здоровья женщин и повышение их социальной активности в новом Узбекистане, носят гуманистический характер, характеризуются принципом «физически и культурно здоровой женщины» и отношением лояльности к ценности здорового образа жизни;

согласно тому, что координация морфофункциональных аспектов женского здоровья, таких как социальная, личностная, культурная и двигательная активность, является деятельностью, выполняющей коммуникативные задачи, логически доказано, что женщины имеют устойчивое влияние на состояние организма, поведение и деятельность женщин.

Практические результаты исследования. Выделена диалектическая связь физической культуры, поведения и деятельности с феноменом здоровья и обязанности людей воспринимать и оценивать свой образ жизни через эту гармонию;

физическая культура оказывает морфофункциональное воздействие на женский организм, способствует его росту плоской, красивой, здоровой, выступает как фактор обеспечения репродуктивного здоровья женщин, определены принципы организации физического воспитания у них;

На основе научных результатов диссертации разработаны предложения и рекомендации по совершенствованию программ практических действий государственных органов и общественных организаций, связанных с данной сферой.

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

Научная и практическая значимость результатов исследования. Результаты исследования формируются в виде определенных социально-философских идей, мнений и рекомендаций, имеющих практическое значение, которые могут быть использованы в будущих научных исследованиях, научных концепций и инновационных научных разработок, направленных на создание «дорожной карты». Представленные в исследовании обобщения научно-экспериментального и эмпирического опыта могут быть применены к изучению проблем обеспечения физиологического и репродуктивного здоровья женщин.

В то же время результаты исследования могут быть использованы институтами здоровья, спортивными объединениями, оказывающими услуги

физической культуры населению, сообществами, занимающимися женскими проблемами, центрами репродуктивной медицины, клиниками и диагностическими учреждениями в своей повседневной практической деятельности. Медицинские центры, центры личной гигиены и физиологического здоровья, проводимые среди женщин, также могут использовать их в своей просветительской и пропагандистской деятельности.

Внедрение результатов исследования. На основе практических рекомендаций и предложений относительно роли и значения физической культуры в укреплении физического и репродуктивного здоровья женщин в модернизирующемся Узбекистане:

Рекомендации относительно того, что объективные возможности феномена здоровья для жизнедеятельности человека, социальных функций, самосознания и творческой личности (здоровый образ жизни в семье, благополучное социальное окружение) состоят в развитии взаимного симбиоза были использованы Министерством Республики Узбекистан по разработке мер по проведению на высоком уровне «Недели поддержки талантов и способностей девушек» и «Оценки бытовой гигиены по пятизвездочному критерию» и для создания электронной площадки «Помощь соседям и просвещенным» разрабатываются меры по (Справка № 04-02/143 от 10 июня 2022 года Министерства соседства и поддержки Нурани Республики Узбекистан). В результате, это послужило повышению эффективности служения и улучшению здорового образа жизни населения;

предложения и рекомендации по определению медико-физиологических и морфофункциональных характеристик репродуктивного здоровья женщин, медико-этномедицинские и филогенетические (здоровый образ жизни, жизнестойкость, резвость и социальная активность) аспекты феномена здоровья через детерминированный закон с точки зрения философии были использованы для обеспечения реализации проекта Народно-демократической партии Узбекистана и ее фракции в Законодательной палате Олий Мажлиса на тему «Здоровый человек - здоровая нация» (Справка № 5-309 Народно-демократической партии Узбекистана от 11 августа 2022 года). В результате, это послужило повышению эффективности Народно-демократической партии Узбекистана и улучшению здорового образа жизни женщин;

предложения и рекомендации относительно гуманитарного характера реформ, направленных на укрепление здоровья женщин и повышение их социальной активности в новом Узбекистане, принцип «физически и культурно здоровая женщина» и отношение лояльности к ценностям здорового образа жизни были использованы в цифровом варианте проекта И-ФА-2019-25 Хорезмской Академии Маъмуна Академии Наук Республики Узбекистан на тему «Создание SMART-технологий на основе исследования истории, культурного наследия, памятников и произведений искусства городов Хорезма» и современного виртуального музея «Дарул Хикмат Вал Маариф» ПЗ-2020103078 на тему «созидание» (Справка № 159/1-22 Академии наук Республики Узбекистан, Хорезмская академия Маъмуна, от

26 июля 2022 года). В результате, важные научные выводы по таким вопросам, как опыт обеспечения физического и репродуктивного здоровья женщин в Новом Узбекистане, инновационная физическая культура (гендерное равенство и феминистский анализ), социально-морфофункциональная модель физически и культурно здоровой женщины стали важным теоретическим и практический источник, послужившим для освещения социально-философских аспектов этих проектов;

предположения и рекомендации по устойчивому влиянию на состояние организма, поведение и деятельность женщин в связи с тем, что согласование морфофункциональных аспектов женского здоровья, таких как социальная, личностная, культурная и двигательная активность, является деятельностью, выполняющей коммуникативные задачи были использованы при подготовке сценариев передач «Нация и духовность», «Молодежь Узбекистана», «Образование и развитие», «Друзья», вышедших в эфир в 2021-2022 годах на телерадиоканале «Узбекистан» Национальной Телерадиокомпания Узбекистана (Справка № 04-36-916 от 14 июня 2022 года государственной телерадиокомпания Узбекистана). В результате, это послужило разработке программ и инновационных идей, связанных с развитием женского здорового образа жизни и культуры, послужило дальнейшему совершенствованию работы и формированию здорового культурного образа жизни у молодежи.

Апробация результатов исследования. Результаты исследования были представлены в виде доклада на 4-х международных и 10-ти республиканских научно-практических конференциях.

Опубликованность результатов исследования. Всего по теме исследования опубликовано 20 научных работ, в том числе 6 статей (4 - в республиканских и 2 – в зарубежном журнале) 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, списка литературы и приложений. Общий объем диссертации составляет 129 страниц.

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 выполнена диссертация, выделяется степень 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 **«Здоровье как социально-философская и научная проблема»**. В этой главе раскрывается неразрывная связь здоровья с такими реалиями, как жизнь человека, образ

жизни, социальные отношения, репродуктивная деятельность. Существование и жизнедеятельность человека проявляется, прежде всего, через феномен здоровья, поэтому здоровье трактуется как абсолютная реальность, которая ничем не может быть заменена, существует «для себя». Здоровье есть выражение существования, живости. Женское здоровье является составной частью общей женской проблемы. Поэтому необходимо рассматривать женское здоровье в комплексе проблем, связанных с медико-биологическими, психофизиологическими, филогенетическими, здоровым образом жизни, репродуктивной активностью, участием в общественной жизни, созданием семьи, воспитанием детей, аксиологией, гендерным равенством. В главе также упоминается, что место здоровья в жизни человека определяется его «чистой реальностью», абсолютной ценностью для самого себя. При этом также говорится, что здоровье ничем нельзя заменить или заменить, поэтому оно рассматривается как «чистая реальность» или «самостоятельная» реальность, и что здоровье и жизнь (в смысле живости, существования) уникальные реалии. Потерять их — значит потерять жизнь и существование. Женское здоровье также имеет социальные и этнологические характеристики. Только женщина с репродуктивным здоровьем может родить нужных нации детей. Обеспечение физического и репродуктивного здоровья женщин всегда было одной из важнейших задач общества. Изучение подходов в исламской религии, философии и мысли на данный момент показывает, что проблема становится все более актуальной.

В диссертации, согласно исламским традициям, женщины ориентируются на выполнение заданий и упражнений в соответствии со своими психофизиологическими возможностями в особых условиях. В связи с этим исламская теология и догматы не допускают женщин к выполнению мужских задач, действий и задач и под этим имеют в виду защиту женского здоровья, а исламским женщинам разрешено выполнение некоторых физических упражнений (бег, верховая езда, плавание и т. д.) запрещено смотреть спорт. В работе также анализируются исследования по истории ислама, в которых упоминается, что пророк Мухаммед был красивым и сильным человеком. Швейцарский философ Т. Карлейль говорил¹, что он был чрезвычайно скромным, имеет красивую натуру, высокие нравы, был храбрым человеком. Образ жизни, отношения и любовь Пророка Мухаммеда к своим женщинам являются образцовыми. Он знал, что человеческие сообщества подражают, поэтому прежде всего строил свои нравы, поступки и отношения на здоровых требованиях. Сам он говорил: «Есть два великих блага: мир и здоровье». Никто не получил лучшего благословения после веры, чем здоровье». Вопросы женского здоровья подробно освещены в исламской мысли. Исследование также выявило мнение о том, что Ислам поддерживает женщин в посещении спортивных мероприятий и занятиях некоторыми видами спорта². Но он не поддерживал практику

¹ Карлейль Т. Герои, героическое и героические личности в истории. - Москва: Эксмо, 2001. С. 124-143

² Шайх Назруллоҳ эшон (Ғарибий) ўғли Ўроқхон (Рафиъиддинхон). Саломатлик сирлари. - Тошкент: "Qamar media" нашриёти, 2020, 58 б.

полуобнаженных женщин в мужской аудитории. Сегодня, в соответствии с международными требованиями, женщины и мужчины могут участвовать в одних и тех же соревнованиях и видах спорта в демократических государствах¹. Некоторые женщины даже выиграли чемпионаты в мужском спорте. Поэтому возникает необходимость пересмотреть некоторые консервативные взгляды и требования в исламе, привести их в соответствие с международными нормами.

При этом имеются научно-медицинские и научно-валеологические основы обеспечения здоровья женщины, изучать и оценивать феномен здоровья необходимо в первую очередь с научно-медицинской точки зрения, поскольку изучение и обеспечение здоровья человека является задачей медицины с древних времен, и медицина в этом отношении отличается от других наук. При этом анализируется, что современная медицина не только изучает и исследует феномен здоровья, но в то же время представляет ценность для восстановления, укрепления и диагностика здоровья, дача необходимых практических рекомендаций.

К социально-практическим и научно-теоретическим факторам целесообразно отнести следующие факторы, обуславливающие становление женской валеологии как науки и теории:

1) нет необходимости доказывать, что женщина может быть объектом исследования валеологии;

2) женщины составляют более половины населения (дифференцирующие характеристики здоровья и образа жизни), уже один этот факт подтверждает, что они могут быть объектом любого научного исследования;

3) женщины имеют свои особенности, связанные с их психологическими, этнокультурными, аксиологическими и образами мышления, изучение которых расширяет рамки валеологического исследования и делает обоснованными его постулаты;

4) связывает валеологию с этнологией, а популяционные исследования (этнология) получают возможность изучать развитие народа и нации через здоровье и здоровый образ жизни. Естественно, что этнология опирается на валеологические взгляды на женское здоровье и здоровый образ жизни.

Благодаря своему морфо-функциональному влиянию на организм женщины, физическая культура дает направление и предмет для валеологических исследований. Например, бег или гимнастика фокусируются на определении того, какие части женского тела затронуты больше, какие меньше затронуты, а какие не затронуты (или имеют противоположный эффект). Физические упражнения не одинаково воздействуют на организм человека и все его части, знание этих дифференциальных аспектов помогает найти эффективные, рациональные пути обеспечения физического и репродуктивного здоровья женщины. Нельзя отрицать, что сама физическая культура оказывает положительное влияние на организм человека и его психофизиологическое развитие, но этот

¹ Хаттаб Х. Справочник мусульманской женщины. - Алматы: Классик М, 2005. С. 35-38

общий постулат, аксиома также требует уточнения. Иными словами, какие части женского организма совместимы с развитием организованных физических упражнений и нагрузок, а какие несовместимы с их развитием или вызывают афизиологические дефекты? Социально-морфофункциональные аспекты физической культуры проявляются в активной жизнедеятельности женщин и выполнении ими своих биологических и социальных функций.

Вторая глава исследования называется **«Глобальные, этно-аксиологические и диетологические аспекты укрепления женского здоровья»**. В данной главе исследуются социально-философские, в том числе общечеловеческие (глобальные), этноаксиологические и диетологические вопросы обеспечения физического и репродуктивного здоровья женщин. Судя по тому, что сегодня от ООН до национальных государств, транснациональных объединений и международных благотворительных организаций, мы понимаем, что тема имеет глобальное значение. В главе рассматриваются эти глобально важные международные действия и нормы, а также их роль в обеспечении здоровья женщин.

В главе рассмотрено, что страны Евросоюза серьезно относятся к укреплению физического и репродуктивного здоровья женщин, что ими созданы различные добровольные объединения, клубы и ассоциации, институты здоровья, проводятся турниры и соревнования по физическим упражнениям. То есть на генеральной конференции Международной организации труда в Женеве в 1952 году приняли конвенцию об охране материнства. Организаторами и активными сторонниками этой конвенции были женщины из Великобритании, Дании, Ирландии, Испании, Италии, Норвегии, Португалии, Финляндии и Швеции. В остальных странах такие льготы применяются только к застрахованным женщинам. В Германии, Франции, Швеции, Люксембурге и Королевстве Нидерландов работающим женщинам предоставляется отпуск по беременности и родам, в течение которого сохраняется заработная плата женщины. В Болгарии сохраняется 90% месячной зарплаты в течение 32 недель, в Хорватии время отпуска составляет 58 недель, из которых 6 недель зарплата сохраняется полностью. В Евросоюзе отпуск по беременности и родам устанавливается в 14-20 недель, в Германии этот срок составляет 36 месяцев. Во всех странах имеются специальные клиники для обязательного медицинского обследования беременных, развития здоровья ее и плода, рационального питания и родовспоможения. Введены различные льготы и отпуска для женатых отцов и юношей, проходящих военную службу. Например, в Венгрии, Румынии, Португалии дают 5 дней оплачиваемого отпуска, в Финляндии - 8 дней, в Бельгии, Латвии, Словении, Швеции - 19 дней, во Франции - 11 дней, в Королевстве Нидерландов, Норвегии, Великобритании и в Эстонии - 14 дней, в Исландии - 3 недели. В Бельгии, Германии, Греции и Италии семьям с детьми предоставляются льготы по подоходному налогу, в

Испании и Португалии семьи с детьми имеют право платить сниженный налог на каждого ребенка¹.

Всемирная организация здравоохранения (ВОЗ) проводит большую работу по улучшению физического и репродуктивного здоровья женщин. Например, его Европейское бюро разработало Руководство по экономической оценке воздействия на здоровье. Данное руководство позволяет определить и измерить влияние здоровья на социально-экономическую активность, производительность труда и инновационные изобретения. Проводит научные испытания и эксперименты по измерению влияния уровня физической культуры женщин на трудовую активность и работоспособность в соответствии с нарядом на работу. Например, в Литве мэры, ассоциация больниц и клиник страны, сеть «Регионы для здоровья» и Литовский университет спорта совместно работают над популяризацией велосипедного спорта, чтобы пропагандировать здоровый образ жизни и сердечные заболевания среди населения. Сегодня этот коридор здоровья имеет протяженность более 300 километров. В Великобритании также полным ходом идет популяризация велосипеда. Каждый фунт, потраченный на езду на велосипеде, приносит четыре фунта стерлингов Национальной службе здравоохранения. За последнее десятилетие число людей, которые ездят на работу на велосипеде, удвоилось. Это означает, что велосипедами пользуется почти 40 процентов населения страны. В 2020 году лондонский Сити потратит 900 миллионов фунтов стерлингов на развитие велосипедного движения². Укрепление физического и репродуктивного здоровья женщин зависит от ряда факторов:

1. Физико-структурная часть репродуктивного здоровья, то есть факторы, влияющие на физическое здоровье женщин детородного возраста (экстрагенитальные заболевания, аборты, питание, экология, радиация, химические вещества);

2. Состояние духовного и психического здоровья (общая культура, демография, поведение, воспитание, здоровый образ жизни, духовно-духовная обстановка в семье, мироощущение человека и др.);

3. Социально-экономические факторы, занятость, экономическое обеспечение семьи, обеспеченность жилищными условиями, уровень системы социального обеспечения и др. Состояние медицинских услуг, оказываемых матерям и детям, их высокая квалификация и универсальность;

4. Можно включить государственную политику в области охраны репродуктивного здоровья и ее эффективности, а также создание правовых основ.

В диссертации также говорится о роли женщины в семье и семейных отношениях. В связи с этим доктор философских наук, профессор О.Нишонова заявила, что «узбекские женщины постоянно заняты семьей, воспитанием детей, бытовой жизнью под влиянием социально-исторических

¹ Рахматов Л. Оналик ва болалик: ўзгараётган дунё. - Тошкент: "TAMADDUN", 2017. 45 б.

² См.: Рахматов Л. Оналик ва болалик: ўзгараётган дунё. - Тошкент: "TAMADDUN", 2017. 47-49 б.

и духовно-религиозных факторов. Психофизиологические состояния, связанные с родами, приучали женщин смотреть на мир через самых близких людей – детей, мужа, внуков, родственников. Тем более, рождение детей подряд естественным образом привязывает женщину к семье и домашней обстановке. Это создало нравственные представления, ценности, связанные со здоровьем, обычаи, обряды и традиции, обеспечивающие стабильность в жизни у женщин, отличные от мужских. Именно поэтому женщины были главными организаторами семейно-бытовых обрядов, здорового образа жизни и теми, кто передавали их из поколения в поколение.¹ По мнению О. Нишеновой, их социально-функциональные стороны заключаются: 1) в укреплении семейных отношений; 2) обучение молодежи семейной жизни; 3) при планировании создания новой семьи; 4) в рождении и воспитании здоровых детей; 5) в организации приятного отдыха и расслабления членов семьи; 6) проявляется в продолжении родственных традиций. Видно, что этнофизиологические факторы тесно связаны со всеми сторонами семейной жизни и социальных функций.

В главе физическое и репродуктивное здоровье женщин невозможно реализовать в рамках единой системы здравоохранения, организм человека приспособлен к физическим, эмоциональным и интеллектуальным нагрузкам (нагрузкам), влияние этих нагрузок на организм мужчины и женщин, детей и взрослых влияет на их виды социальной работы, этнокультурная же она напрямую связана с традициями и привычками питания, режимами дня. Например, у молодых людей требуется 5-16 дней для адаптации организма к занятиям физической культурой и физическими упражнениями, для противостояния внешним воздействиям и нагрузкам (нагрузкам), 5-8 дней - для организма людей, занятых тяжелым трудом, 8-16 дней - для занимающихся умственным трудом. По переносимости интеллектуальной нагрузки по возрастным этапам наиболее активный возраст соответствует 18-20 годам. На более поздних возрастных этапах интеллектуальная активность снижается на 4% к 30 годам, на 13% - к 40 годам, на 20% - к 50 годам и на 25% - к 60 годам. Пик активности в физической культуре и упражнениях приходится на 20-30 лет, а затем к 50-60 годам снижается на 30%.

Активность в физической культуре и физических упражнениях различается у женщин и девушек. По нашим учетным данным, фолликул у девушек, занимающихся гимнастикой, 12-20 лет, средняя активность (но активная) 21-27 лет, пик активности в легкой атлетике 15-20 лет, средняя активность 21-27 лет. 28 лет, а пик активности у волейболистов 19-23 года, средняя активность соответствует 24-27 годам. После этих молодых женщин очень редко встречаются женщины, добившиеся значительных достижений в области спорта. Но эти показатели не должны вести к узкому мнению о том, что женщин, занимающихся физической культурой и упражнениями, очень мало. Массовый спорт и физкультура – хобби как женщин, так и мужчин. Сегодня более половины посетителей тренажерного зала — женщины.

¹ Нишенова О. Этник маданият ва маросимлар. Маърузалар тўплами. - Тошкент: ЎзДСИ, 2009. 30-31 б.

Однако женщины, которые ходят в спортзал после замужества и рождения детей, встречаются крайне редко. Мусульманские семьи и мужчины часто не соглашаются отправлять женщин, особенно замужних, в спортивные залы и на стадионы, а согласно исламским ценностям женщина не может выходить на улицу без разрешения мужчины.

В третьей главе диссертации **«Укрепление здоровья женщин в Новом Узбекистане: концептуальные подходы, инновационные медицинские исследования, физико-культурные (морфо-функциональные) аспекты»** обсуждаются вопросы сути проводимых в Новом Узбекистане коренных преобразований, реформ, направленных на укрепление здоровья населения, особенно женщин, выявляются концептуальные подходы к проблеме и их социально-философское значение. В главе рассматриваются меры, направленные на укрепление здоровья женщин в ходе реформ, их аспекты, связанные с современным развитием, вопросы обеспечения репродуктивной активности женщин. В главе проанализированы научные исследования по измерению и определению морфофункционального воздействия физической культуры на женский организм, раскрыты аспекты их реализации в соответствии с программой «Барчиной». В исследовании также проанализировано, что здоровье зависит от многих факторов, например, вопрос правильного питания, ожирение характерно для женщин. Морфофункциональное влияние физической культуры на укрепление здоровья женщин включает ряд аспектов, в том числе 1) биогенетические аспекты, 2) морфо-функциональные аспекты организма; 3) социально-медицинские аспекты; 4) физические и культурные аспекты; 5) включены аспекты личной культурной и физической активности. Анализ этих социально-морфофункциональных аспектов и изучение имманентных черт показывает, что укрепление физического и репродуктивного здоровья женщин оказывается зависимым от ряда социальных факторов. Укрепление физического и репродуктивного здоровья женщин в первую очередь зависит от имманентных признаков и филогенеза их организма, физиологического развития, но это не отрицает, что они также зависят от специальных физических и культурных упражнений, постоянного физического воспитания, личной гигиены и здорового образа жизни. Отмечается влияние этноаксиологии на отношение женщин к физическому воспитанию, однако современные международные нормы требуют их переоценки. Для человеческого организма важно не влияние этноаксиологических факторов, а возможности, создаваемые правами и свободами человека.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Наше исследование приводит нас к следующим выводам:

Во-первых, здоровье является фактором, обеспечивающим существование и эволюционное развитие человека. Вхождение человека в мир культуры основано на двух факторах: во-первых, на удовлетворении его

биологической потребности в жизни (прокормить себя, прокормить себя); второй – сохранить себя и свое здоровье как вида. По сути, первое служило второму. История социокультурного развития есть история борьбы за сохранение самого человеческого вида и его здоровья. Однако, хотя забота о здоровье является естественным инстинктом человеческого организма, она нуждается в подкреплении специальными средствами, учреждениями и методами. Наука, как инструменты, институты и методы, может существенно влиять на естественные инстинкты и продлевать здоровье.

Во-вторых, укрепление женского здоровья было составной частью упомянутого природного инстинкта. Признавая, что это отдельная реальность, обучение и использование социальных возможностей не было осознанной реальностью до 19 века. Феодально-патриархальные отношения не признавали наличие проблемы жен и дочерей, а иногда и открыто отрицали ее. Даже такие философы, как Фалес, Платон, Аристотель и Сенека, выступали за то, чтобы смотреть на женщин свысока. Феминистские движения, возникшие в 19 веке, показали наличие женского вопроса, необходимость изучения их быта, природного устройства, культуры, прав.. Можно сказать, что, хотя к проблеме женщин подходят в международном, глобальном масштабе, правовых норм, международных действий и даже инициатив феминисток по прекращению дискриминации недостаточно для ее решения. Сейчас человечество признает, что существует очень серьезная глобальная проблема женского здоровья.

В-третьих, медицина и гинекология до сих пор занимались укреплением женского здоровья. Валеология, возникшая в XXI веке, оказалась претендентом на изучение женского здоровья. В результате был сделан шаг к новому направлению здорового образа жизни, то есть к женской валеологии. Валеология имеет много общего с социальной философией, но социально-практический характер валеологии, изучения здорового образа жизни населения и слоев населения, показывает, что она является скорее эмпирическим исследованием, научным направлением, в то время как социальная философия тяготеет к делать обширные априорные метафизические наблюдения о развитии общества.

В-четвертых, несмотря на то, что вопрос о женщинах выносится на повестку дня на глобальном уровне, его решение зависит от этносреды, национальных государств и институтов. Семейная среда и этноаксиологические правила в ней, особенно в странах, где установлены мусульманские правила, влияют на занятия женщин физической культурой, физкультурой, спортом, посещением стадионов, спортивных зрелищ. Отношения женщин в Узбекистане, особенно после создания семьи и рождения детей, остаются зависимыми от этноаксиологических представлений о семье.

В-пятых, диетология, как и валеология, появилась совсем недавно, в XXI веке. Его генезис восходит к глубокой древности, но в настоящее время он признается как рационально организованная и научно объясняемая деятельность и образ жизни. Сегодня уже никто не спорит, что женская

диетология — область со своими имманентными особенностями, физиологическими и филогенетическими эффектами.

В-шестых, концептуальные вопросы укрепления женского здоровья в Новом Узбекистане и их аспекты, связанные с физической культурой, неразрывно связаны с коренными реформами, проводимыми в обществе. Инновационное развитие страны и модернизация социальной и медицинской сферы, в свою очередь, являются задачами, связанными с физическим и репродуктивным здоровьем женщин. Противоречивые процессы глобализации предъявляют особые требования к защите генофонда народа и нации, а защита генофонда народа и нации может быть решена только путем укрепления физического и репродуктивного здоровья женщин. С одной стороны, проводимые в нашей республике реформы в области развития социально-медицинской и физической культуры предусматривают достижение достижений передовых стран мира, а с другой стороны, внутренние, в том числе социально-медицинские, гендерные и репродуктивные проблемы, стоящие перед народом и нацией, являются актуальными национальными разработками, направленными на решение проблем здравоохранения.

В-седьмых, морфо-функциональные особенности женского организма объясняются не только менструацией, беременностью, это характер их тела, внешний вид, строение тела и груди, развитие бедер и ягодиц, выносливость талии, рук и ног к физической нагрузке, внешние воздействия, а также множество факторов, таких как различное эмоциональное восприятие мужчин, активность, целеустремленность и послушание в уходе за собой и детьми, снижение активности с возрастом, занятость хозяйством, семьей и детские заботы.

По результатам нашего исследования рекомендуется для практики следующее:

1. Необходимо издавать научно-популярный и просветительский журнал «Женщины и спорт».
2. Целесообразно издание журнала «Валеология».
3. Необходимо постоянно и планомерно пропагандировать массовый спорт среди женщин.
4. Необходимо проведение научных исследований, направленных на изучение этнопсихологических и этнокультурных аспектов привлечения женщин к занятиям спортом.
5. Предусмотреть отдельные квоты на подготовку тренеров, инструкторов и воспитателей по физической культуре и воспитанию.
6. Необходимо создать новые механизмы поощрения работы тренеров-женщин.
7. В Ташкентской медицинской академии и Институте педиатрии можно начать подготовку специальных кадров для физкультурных учреждений и систем из женщин.
8. Необходимо организовать галереи спортсменок и тренеров или общественные музеи в регионах.
9. Школы и улицы могут быть названы в честь известных спортсменок.

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

URGHANCH STATE UNIVERSITY

JUMANIYAZOVA MAKHIRA RAHIMBERGAN QIZI

**SOCIAL AND MORPHOFUNCTIONAL ASPECTS OF PHYSICAL
CULTURE IN WOMEN'S HEALTH PROMOTION**

09.00.04 – Social Philosophy

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

Samarkand – 2023

The theme of doctor of philosophy (PhD) of philosophical sciences was registered at the Supreme Attestation Commission under number B2022.2.PHD/Fal742.

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 consultant:

Khajieva Maksuda Sultanovna
Doctor of Sciences (Philosophy), professor

Official opponents:

Yazdonov Ulugbek Toshmurotovich
Doctor of Sciences (Philosophy), professor

Tursunkulova Shakhnoza Tuychievna
Doctor of Philosophy (PhD) on docent

Leading organization:

Navoiy state pedagogical institute

The defense of the dissertation is held at 14⁰⁰ on « 7 » april 2023 on the basis at 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 №62). (Address: 140104, Samarkand city, University square, 15. Phone (0366 239-17-87, 239-11-40; fax: (0366) 239-11-40.)

The dissertation abstract distributed on « 23 » march 2023.
(Protocol at the register № 32 dated « 23 » march 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 identify the dynamic processes of strengthening the physical and reproductive health of women in New Uzbekistan and to identify the constructive aspects of the factors influencing them.

The object of the research work as the social morphofunctional aspects of physical culture in strengthening the health of women of Uzbekistan.

Scientific novelty of the research work is as follows:

It is substantiated that the objective possibilities of the phenomenon of health for human life, the fulfillment of social functions, the realization of one's identity and the manifestation of a creative personality (a healthy lifestyle in the family, a prosperous social environment) consist in the mutual development of symbiosis;

medical-physiological and morphofunctional characteristics of women's reproductive health are determined, the medical-ethno-medical and phylogenetic (healthy lifestyle, vitality, playfulness and social activity) aspects of the health phenomenon are given through a deterministic law is given from the point of philosophy;

it is philosophically substantiated that the reforms aimed at strengthening the health of women and increasing their social activity in the new Uzbekistan are humanistic in nature, characterized by the principle of a "physically and culturally healthy woman" and an attitude of loyalty to the value of a healthy lifestyle;

according to the fact that the coordination of morphological and functional aspects of women's health, such as social, personal, cultural and physical activity, is an activity that performs communicative tasks, it is logically proven that women have a stable influence on the state of the body. , behavior and activities of women.

Implementation of the research results. Based on practical recommendations and suggestions regarding the role and importance of physical culture in strengthening the physical and reproductive health of women in modernizing Uzbekistan:

Recommendations that the objective possibilities of the phenomenon of health for human life, social functions, self-awareness and a creative personality (a healthy lifestyle in the family, a prosperous social environment) consist in the development of mutual symbiosis were used by the Ministry of the Republic of Uzbekistan to develop measures to conduct at a high level " Weeks of supporting the talents and abilities of girls "and" Evaluation of household hygiene according to a five-star criterion "and to create an electronic platform" Helping neighbors and enlightened "measures are being developed for (Reference No.). As a result, this served to increase the effectiveness of the ministry and improve the healthy lifestyle of the population;

proposals and recommendations for determining the medical-physiological and morphofunctional characteristics of women's reproductive health, medical-ethno-medical and phylogenetic (healthy lifestyle, vitality, playfulness and social activity) aspects of the health phenomenon through a deterministic law from the point of view of philosophy were used to ensure the implementation of the

National of the Democratic Party of Uzbekistan and its faction in the Legislative Chamber of the Oliy Majlis on the topic "A healthy person is a healthy nation" (Reference No. 5-309 of the People's Democratic Party of Uzbekistan dated August 11, 2022). As a result, this served to increase the effectiveness of the People's Democratic Party of Uzbekistan and improve the healthy lifestyle of women;

proposals and recommendations regarding the humanitarian nature of reforms aimed at improving the health of women and increasing their social activity in the new Uzbekistan, the principle of "a physically and culturally healthy woman" and the attitude of loyalty to the values of a healthy lifestyle were used in the digital version of the I-FA-2019- project 25 Khorezm Academy of Mamun of the Academy of Sciences of the Republic of Uzbekistan on the topic "Creation of SMART technologies based on the study of history, cultural heritage, monuments and works of art of the cities of Khorezm" and the modern virtual museum "Darul Hikmat Val Maarif" PZ-2020103078 on the topic "creation" (Reference No. 159/1-22 of the Academy of Sciences of the Republic of Uzbekistan, Khorezm Academy of Mamun, dated July 26, 2022). As a result, important scientific conclusions on issues such as the experience of ensuring the physical and reproductive health of women in New Uzbekistan, innovative physical culture (gender equality and feminist analysis), the social and morphofunctional model of a physically and culturally healthy woman have become an important theoretical and practical source that has served to highlight the socio-philosophical aspects of these projects;

assumptions and recommendations for a sustainable impact on the state of the body, behavior and activities of women due to the fact that the coordination of morphological and functional aspects of women's health, such as social, personal, cultural and physical activity, is an activity that performs communicative tasks were used in the preparation of broadcast scenarios " Nation and Spirituality", "Youth of Uzbekistan", "Education and Development", "Friends", aired in 2021-2022 on the TV and radio channel "Uzbekistan" of the National Television and Radio Company of Uzbekistan (Reference No. 04-36-916 dated June 14, 2022 of the state television and radio companies of Uzbekistan). As a result, this served to develop programs and innovative ideas related to the development of women's healthy lifestyle and culture, served to further improve the work and form a healthy cultural lifestyle among young people.

The structure and scope of the dissertation. The dissertation consists of an introduction, three chapters, nine paragraphs, conclusion, bibliography, and appendices. 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. Jumaniyazova M.R. Scientific and medical bases of women's health // EPRA International Journal of Multidisciplinary Research (IJMR).ISI I.F. 3 March 2022, India. -P.119-123 (№23; SJIF: 8.205).

2. Jumaniyazova M.R. The main organizers of family ceremonies and a healthy lifestyle // EPRA International Journal of Research and Development (IJRD) ISI I.F. 7, Issue: 6, June 2022. India. -P.198-201. (№23; SJIF: 8.197).

3. Jumaniyazova M.R. Xotin - qizlar salomatligini mustahkamlashning ijtimoiy-falsafiy jihatlari // Ilm sarchashmalari.-Urganch, 2022. №4.-B. 49-51. (09.00.00; №17).

4. Jumaniyazova M.R. Xotin - qizlar salomatligini ta'minlash masalalari // NamDU Axborotnomasi. -Namangan, 2022. №4. -B. 216-220. (09.00.00; №24).

5. Jumaniyazova M.R. Islom falsafasi va tafakkurida xotin-qizlar salomatligi masalalari // Imom Buxoriy Saboqlari. Manaviy-marifiy adabiy jurnal.-Samarqand, 2022. №1. -B. 82-83. (09.00.00; № 9).

6. Jumaniyazova M.R. Xotin - qizlar salomatligining ilmiy va valeologik omillari // QarDU xabarlar. Ilmiy-nazariy, uslubiy jurnal. - Qarshi, 2022. №3/2 (52). -B.52-55. (09.00.00; №18).

7. Jumaniyazova M.R. Antrometric indicators of the female organism and physical development // LXXX International correespondence scientific and pratical conference “international scientific review of the problems and prospects of modern science and education” (Boston. USA. July 29-30, 2022). P. 24-26.

8. Jumaniyazova M.R. Social and philosophical-anthropological features of physical culture // Pedagogical sciences and teaching methods konferensiya nauchnaya konferensiya.- Moskva, 2021. №7 (79). - P.35-36.

9. Jumaniyazova M.R. Islom falsafasidaxotin-qizlar salomatligi masalalari // Zamonaviy metodologiya kontekstida islom ilmiymadaniy va falsafiy merosi mavzusidagi Xalqaro ilmiy konferensiya materiallari. -Navoiy, 2022 y. 27-may.-B. 220-222.

10. Jumaniyazova M.R. Xotin – qizlarni reproduktiv salomatligi va soglom turmush tarzi //Yangi O'zbekistonni strategiyasi-taraqqiyoti kafolati mavzusidagi respublika ilmiy-amaliy seminar materiallari.-Toshkent,2021y. 30 oktyabr.-B. 33-34.

11. Jumaniyazova M.R. Xotin-qizlarga tibbiy yordam ko'rsatish va reproduktiv salomatligi tiklash masalalari // Naqshbandiya kamolot yo'li respublika masofaviy ilmiy-amaliy anjumani materiallari.-Buxoro, 2022 y.25 mart.-B.186-190.

II bo‘lim (II часть; II part)

12. Jumaniyazova M.R. Postive effects of physical culture and exercise//Инновационные подходы в современной НАУКЕ №13 (121) -Москва 2022.C.77-80

13. Jumaniyazova M.R. Factors In Strengthening Physical And Reproductive Health Of Women // International Journal of Progressive Sciences and Technologies (IJPSAT) .33 No. 2 July 2022, - P 249-251.

14. Jumaniyazova M.R. Xotin-qizlarning jismoniy va reproduktiv salomatligi va oiladagi etnomuhit faoliyati // Xorazm Ma'mun Akademiyasi -Axborotnomasi 2022-9/3 B.130-133

15. Jumaniyazova M.R. Islom sport musobaqalarida musulmon ayollarning ishtiroki // Mamlakatimizda uchinchi renessans g'oyasini keng targ'ib qilishda ijtimoiy – gumanitar fanlarning ahamiyati va o'rni mavzusida ilmiy-amaliy onlayn konferensiya materiallari 2022-yil 12-may Denov -2022. B.212-216.

16. Jumaniyazova M.R. Jismoniy madaniyat va jismoniy mashqlarni differensiallashtirish // “Zamonaviy sharoitda jismoniy tarbiya va sport soxasi bo'yicha oliy malumotli mutaxassislar tayorlash nazaryasi va amaliyoti” Xalqaro ilmiy -nazariy anjuman materiallari to'plam. 2022-yil 25-26-may -Nukus 2022. - B.465-470.

17. Jumaniyazova M.R. Xotin – qizlarni reproduktiv salomatligi taminlashda Jismoniy madaniyat mashgulotlarini o'rni va ahamiyati // Yangi O'zbekistonni strategiyasi-taraqqiyoti kafolati mavzusidagi respublika ilmiy-amaliy seminar materiallari.-Toshkent, 2021 y, 30 oktyabr.-B. 68-70.

18. Jumaniyazova M.R. Islom falsafasida xotin-qizlar salomatligi masalalari aks yetishi // Yangi O'zbekiston – ma'naviy taraqqiyotni ta'minlash va sohani yangi bosqichga olib chiqish yo'lida mavzusidagi respublika ilmiy-amaliy seminar materiallari. 25 mart. -Toshkent, 2022 y. -B. 47-49.

19. Jumaniyazova M.R. Jismoniy mashqlar xotin-qizlar organizmidagi sinxronlik qonuniyati // Naqshbandiya kamolot yo'li respublika masofaviy ilmiy-amaliy anjumani materiallari. 25 mart. -Buxoro 2022 y -B. 195-198

20. Jumaniyazova M.R. Islom dinida xotin-qizlari mashqlari va ularning salomatligi // Yangi O'zbekiston – ma'naviy taraqqiyotni ta'minlash va sohani yangi bosqichga olib chiqish yo'lida mavzusidagi respublika ilmiy-amaliy seminar materiallari. 25 mart. -Toshkent, 2022 y. -B. 67-68.

Avtoreferat Sharof Rashidov nomidagi Samarqand davlat universitetining
“Ilmiy axborotnoma” jurnali tahririyatida tahrirdan o‘tkazildi (16.03.2023-yil).

Bosmaxona litsenziyasi:



4268

2023-yil 17-martda bosishga ruxsat etildi.
Ofset bosma qog‘ozi. Qog‘oz bichimi 60x84_{1/16}.
“Times” garniturası. Raqamli bosma usulda bosildi.
Hisob-nashriyot t.: 2,6. Shartli b.t. 2,3.
Adadi 100 nusxa. Buyurtma № 17/03.

SamDCHTI tahrir-nashriyot bo‘limida chop etildi.
Manzil: Samarqand sh., Bo‘stonsaroy ko‘chasi, 93.