

**Махматқулов Фарход Абдирайимович**  
**Қарши муҳандислик-иктисодиёт институти**  
**“Жисмоний тарбия” кафедраси катта ўқитувчиси**  
**Email: [farxod1962@mail.ru](mailto:farxod1962@mail.ru)**

---

## **АҲОЛИ САЛОМАТЛИГИ ВА ЖИСМОНИЙ ТАРБИЯ - ИЖТИМОЙ ҚАДРИЯТ СИФАТИДА**

**АННОТАЦИЯ:** Мақолада жамиятда аҳоли саломатлигини муҳофаза қилиш, инсон манфаатлари, оилавий муносабатларни жамиятда тутган ўрни ва соғлом авлод тарбиясига оид долзарб муаммолар баён этилган. Шунингдек, ижтимоий муносабатлар тизимида соғлом авлод тарбияси, соғлом турмуш тарзи, ижтимоий қадрият сифатида инсон саломатлигини таъминлашга оид мулоҳаза ва тавсиялар келтирилган.

**Калит сўзлар:** Аҳоли саломатлиги, оила тарбияси, соғлом турмуш тарзи, соғлом авлод, ижтимоий муносабатлар, ижтимоий ҳаёт, жисмоний тарбия, спорт, жисмоний маданият, ижтимоий қадрият, инсон омили, оилавий муҳит, саломатлик.

---

## **ЗДОРОВЬЕ НАСЕЛЕНИЯ И ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ КАК СОЦИАЛЬНАЯ ЦЕННОСТЬ**

**АННОТАЦИЯ:** В статье рассмотрены актуальные вопросы, связанные с охраной здоровья населения, интересов человека, ролью семейных отношений в обществе, воспитанием здорового поколения. Также в системе общественных отношений даются соображения и рекомендации по воспитанию здорового поколения, здоровому образу жизни, обеспечению здоровья человека как социальной ценности.

**Ключевые слова:** Здоровье населения, семейное воспитание, здоровый образ жизни, здоровое поколение, социальные отношения, общественная жизнь, физическое воспитание, спорт, физическая культура, социальная ценность, человеческий фактор, семейная среда, здоровье.

Мустақил мамлакатимизда энг муҳим ва долзарб муаммолардан бири аҳоли саломатлигини муҳофаза қилиш, инсон манфаатлари ва шу асосда жамиятни ижтимоий-маънавий юксалтириш, оилавий муносабатларни жамиятда тутган ўрни ва мавқеини мустаҳкамлаш, соғлом авлод тарбиясига аҳамият бериш асосий вазифалардан бўлиб қолмоқда. Ижтимоий муносабатлар ижтимоий ҳаётнинг, айниқса, оилавий ҳаётни моҳиятини англаган ҳолда одамларнинг иқтисодий, ҳуқуқий, маънавий муносабатларига асосланган ижтимоий бирлиги бўлмиш оила барпо этилади. Оилавий муносабатлар тизимида шахслар ўртасида ахлоқий, психологик, жисмоний ва ҳўжалик-маиший алоқалар содир бўлиб, улар ҳаётда ва мақсадларда умумийликни вужудга келтиради. Мана шу ижтимоий муносабатлар маҳсули-оилада баркамол авлодни тарбиялашда инсон тарбиясига оид тизимнинг асосий мақсади ҳам ахлоқий пок, ақлий етук ва жисмонан соғлом бўлган болалар тарбиясини йўлга қўйиш ҳисобланади.

Баркамол авлодни тарбиялаш-буюк давлат пойдеворини, фаровон ҳаёт асосини куриш демакдир. Шу боисдан, баркамол авлодни тарбиялаш икки жиҳат – ёш авлодни жисмонан соғлом этиб тарбиялаш ва уларни маънавий баркамол этиб вояга етказишни ўзида мужассамлаштиради. Соғлом болани тарбиясида спорт ва маънавият катта аҳамиятга эга бўлиб, бу икки восита орқали ёш авлодни ҳам жисмоний, ҳам маънавий ва ахлоқий жиҳатдан баркамол қилиб тарбиялаш

мумкинлиги буюк қомусий олимларимиз, замонамизнинг илғор педагоглари томонидан ҳам эътироф этилади [2].

Барчамизга маълумки бола оилада шакилланиб дастлабки тарбиясини оилада олади. Инсон маънавий баркамол бўлиши учун, энг аввало, жисмонан соғлом бўлиши лозим. Бу оддий ҳол, аммо у жамиятимиз ривожини – келажакнинг таъминловчи муҳим омилдир. Ана шу омил шахс камолотида, унинг ҳаётини ва шахс сифатидаги фаоллигида ўзига хос хусусият касб этади. Демак, инсондаги жисмоний маданият, унинг саломатлиги ижтимоий қадриятлар орасида энг муҳимдир. Саломатлик муаммоси мамлакатнинг ижтимоий-иқтисодий тараққиёти кўрсаткичларини бири бўлиб, бу экологик-иқтисодий ва ижтимоий-гигиеник фаровонликнинг ўзига хослиги, фан-техника тараққиёти ҳамда аҳоли маданиятидаги даражаси билан ўзаро узвий боғлиқ ҳодисадир.

Инсоннинг ҳаёти умумий тизимга кирувчи биологик ва ижтимоий замин билан боғлиқлиги боис, инсон табиий биологик вужуд бўлиб, у ўзининг келиб чиқиши, организмнинг физиологик хусусиятларига кўра табиатнинг олий маҳсулидир. Инсон ижтимоий вазибаларни бажариши, фарзандларини соғлом бўлиши, соғлом турмуш тарзига эга бўлиши, фарзандларининг моддий-маънавий камолоти учун шароит яратиши керак. Оилавий муносабатлар маданиятини такомиллаштирмасдан туриб бунга эришиб бўлмайди [3]. Умумлаштириб айтганда, соғлом ота-онадангина соғлом фарзанд туғилади. Соғлом авлод дастлаб оилада шаклланади. Оила соғлом авлодни вояга етказувчи муҳим омил ҳисобланади. Демак инсон саломат яшаши учун бошқа омиллар билан бирга соғлом оилавий муҳит ва саломатлик сирларини билиши ҳам лозим. Бундай муҳит оила аъзоларининг бир-бирини тушунишга, оилавий муносабатларнинг тўғри ўрнатилишига боғлиқ бўлади. Шундай экан, баркамол авлод учун тарбиявий муҳитни яратиш ота-онанинг бош вазибасидир.

Мустақил Ўзбекистон ижтимоий ҳаётидаги туб ўзгаришлар ҳам оилада янгиланиш, ўзгаришни амалга оширишни тақазо этади. Шу мақсадда мамлакатимизда янги ҳуқуқий-демократик, инсонпарвар жамиятни қуриш, оилаларни мустаҳкамлаш, аҳоли саломатлигига катта эътибор қаратилган. Чунки мустақил давлатимизнинг эртанги куни, унинг муваффақиятли равишда олға силжиши кўп жиҳатдан ўсиб келадиган авлодни соғлом бўлишига, оналик ва болаликнинг қандай муҳофаза қилинишига боғлиқ ва бу келажак учун муҳим мезон ҳисобланади. Бу каби имкониятлар, кўриладиган чора-тадбирлар юртимизда баркамол авлод тарбиясига бериладиган давлат эътиборидан далолат беради.

Жамиятда инсон саломатлиги ижтимоий қадриятлар орасида устивор аҳамиятга эга. Чунки, у ишлаб чиқариш кучларини эркин, унумли меҳнат қилишни таъминлайди, шу билан бирга умрни узайтиради, эрта ўлимни камайтиради ҳамда келажак авлодни саломатлигини ҳам таъминлайди, насл тозаллигига сабаб бўлади. Бу ҳолат ўз навбатида, жамият тараққиётини тезлаширади. Ҳар бир мамлакат аҳолиси саломат бўлиши учун объектив шароит – моддий таъминланганлик ва табиатнинг тозаллиги зарур бўлса, субъектив омил – соғлом турмуш-тарзи, тиббий онгнинг шаклланиши ва ёшларни ҳаётга тайёрлаб боришнинг такомиллашгани асосий аҳамият касб этади [4]. Шу боисдан юртимизда оила муқаддас эканлиги, оилаларни мустаҳкамлаш, оилада соғлом авлодни вояга етаказиш ҳам, биринчи навбатда жамиятнинг иқтисодий ривожланишига ва унинг барқарорлигини таъминлашда асосий омил эканлиги ижтимоий қадрият сифатида эътироф этилади. Демак, оилада шаклланиб одоб-ахлоқ, хулқ-атвор кейинчалик маҳаллада, меҳнат жамоаларида, ўқув муассасаларида ривожланиб, шахснинг онги ва қалбига сингиб боради. Бу борада биринчи Президентимиз И.А. Каримов таъкидлаганидек, “Оилада, мактабда, меҳнат жамоасида, маҳаллада олиб бориладиган ахлоқий тарбия жамоатчилик фикрининг кучи, оммавий ахборот воиталари, дин пешволарининг обрў-эътибори ҳамма-ҳаммаси одамларимизда қонун бузилиши билан боғлиқ, ҳар қандай хатти-ҳаракатларга нисбатан барқарор қаршиликни шакллантиришга қаратилмоғи лозим”дир [1].

Хулоса сифатида шуни айтиш керакки, бугунги жамиятимизнинг асосий бўғини ҳисобланган оилаларни бутунлигини сақлаш, ахлоқан пок ва ақлан етук фарзандлар тарбиясини, жисмонан соғлом авлод тарбиясининг асосий мезони бўлмиш маънавий тарбияни ташкил этиш фақат ота-оналарни бурчи бўлибгина қолмай, балки кенг жамоатчиликнинг асосий вазифасидир.

**Фойдаланилган адабиётлар:**

1. Каримов И.А. Ўзбекистон XXI аср бўсағасида: хавфсизликка таҳдид, барқарорлик шартлари, тараққиёт кафолатлари. Т., “Ўзбекистон” 1997 й.
2. Абдуллаев А., Хонкелдиев Ш. Жисмоний тарбия назарияси ва услубиёти. Тошкент, Ўз ДЖТИ, 2005, 200 б.
3. Машарипов Ф.Т. Жисмоний тарбия ва спорт машғулотлари жараёнида ахлоқий тарбия. Илм сарчашмалари. Урганч. 2015. 2-сон.
4. Куронов М. Мафкуравий таҳдид ва ёшлар тарбияси. –Т., Маънавият. 2008 й.