



## ИЧКИ ИШЛАР ОРГАНЛАРИ ПРОФИЛАКТИКА ХИЗМАТИ ХОДИМЛАРИНИНГ ЖИСМОНИЙ ТАЙЁРГАРЛИГИНИ ТАКОМИЛЛАШТИРИШ

Ҳимматов Исмоил Ибрагимович

Ўзбекистон Республикаси ИИБ Академияси  
Ҳуқуқбузарликлар профилактикаси фаолияти  
кафедраси доценти, полковник  
<https://doi.org/10.5281/zenodo.20628812>

### ARTICLE INFO

Qabul qilindi: 06-iyun 2026 yil  
Ma'qullandi: 08-iyun 2026 yil  
Nashr qilindi: 10-iyun 2026 yil

### KEYWORDS

Соғлом турмуш тарзи, спортни тарғиб қилиш, ислохотлар, Семизлик-касалликлар ўчоғи, жисмоний тайёргарлик.

### ABSTRACT

*Муаллифлар мазкур мақолада Ички ишлар органлари ходимларининг жисмоний фаоллигини янада ошириш, мусобақалар ташкил этиш ҳамда улар ўртасида соғлом турмуш-тарзи кенг тарғиб қилиш, семизликни олдини олишни ёритиб берган.*

Бугунги кунда ички ишлар органларида Ўзбекистон Республикаси Президентининг 2020 йил 30 октябрдаги ПФ-6099-сон “Соғлом турмуш тарзини кенг татбиқ этиш ва оммавий спортни янада ривожлантириш чора-тадбирлари тўғрисида” ги фармони талаблари асосида ходимларнинг жисмоний фаоллигини янада ошириш, мусобақалар ташкил этиш ҳамда улар ўртасида соғлом турмуш-тарзи кенг тарғиб этиш мақсадида самарали ишлар амалга ошириб келинмоқда. Президентимиз Шавкат Мирзиёев раҳбарлигида Ички ишлар вазирлиги тизимида туб ислохотлар амалга оширилиб, Ички ишлар вазирлиги, том маънода, халқчил тузилмага айланди. Ўз навбатида, тизим фаолиятини янада жонлантириш, ислохотларга ҳамоҳанг руҳда шакллантириш борасида олдимизда муайян вазифалар турибди.

Ички ишлар органлари ходимларининг жисмоний тайёргарлиги уларнинг самарали ишлаши ва хизмат мақсадларига эришиши учун жуда муҳимдир. Жисмоний тайёргарликнинг юқори даражаси, айниқса, профилактика хизмати ходимлари учун бугунги кунда долзарбдир.

Етарли даражада жисмоний тайёргарлик кўрмаган ходимлар эса хизмат фаолиятида ҳуқуқбузарлар томонидан турли даражада тан жароҳатлари олишлари ҳам мумкин. Жумладан, Қорақалпоғистоннинг Қўнғирот туманида ижро ҳаракатлари жараёнида МИБ ходими билан бирга профилактика инспекторига ҳам тан жароҳат етказилган<sup>1</sup> бўлса, бошқа бир ҳолатда яъни, 2021 йил 19 август куни Нарпай туманида воқеа жойига туман ИИБ профилактика инспектори етиб келиб, фуқаронинг безорилик ҳаракатларини тўхтатиб, ҳолатни расмийлаштирмоқчи бўлган вақтида, ҳуқуқбузар профилактика инспекторининг қонуний талабларини бажармасдан, уни ҳақорат қилиб,

<sup>1</sup> <https://daryo.uz/k/Қорақалпоғистонда МИБ ходимларига жароҳат етказган фуқарога жазо тайинланди. 27.11.2018 й.>

юз қисмига уриб, хизмат вазифасини бажаришига фаол қаршилиқ кўрсатган.<sup>2</sup> Афсуски бундай мисолларни кўплаб келтириш мумкин. Ушбу аянчли ҳолатлар бугунги кунда профилактика инспекторларининг жисмоний ва жанговор тайёргарлигини янада такомиллаштириш заруратини тақазо қилмоқда.

Ички ишлар органлари профилактика хизмати ходимларининг жисмоний тайёргарлиги уларни жисмоний тарбиялаш, жисмоний ривожланиш ва жисмоний тайёргарлик орқали жисмоний ҳамда интеллектуал жиҳатдан камол топтириш, уларнинг қобилиятини ва ҳаракат фаоллигини такомиллаштириш, соғлом турмуш тарзи кўникмаларини шакллантириш, жамият томонидан яратиладиган ҳамда фойдаланиладиган кадриятлар, нормалар ва билимлар йиғиндисидан иборат.

Ички ишлар органлари профилактика инспекторларининг жисмоний ва жанговар тайёргарлиги хизмат фаолиятини амалга оширишдаги тайёргарлик даражасини назарда тутди. Жисмоний тайёргарлик даражаси жисмоний ва ахлоқий-психологик тайёргарлик каби жиҳатлар билан тавсифланади. Бу соҳалар бўйича нафақат назарий билим ва кўникмаларни эгаллаш, соғлиқни мустаҳкамлаш, руҳан камолотга этказиш, шахс хусусиятлари, қобилиятлари ва сифатларини ривожлантириш ва такомиллаштириш, жисмоний маданият ва спорт тизимида ўз ўрнини белгилаш бўйича амалий малака ва кўникмаларни эгаллаш<sup>3</sup>, балки уларни амалий хизмат фаолияти ва экстремал вазиятларда самарали ва мақсадга мувофиқ қўллаш қобилияти ҳам муҳимдир.

Сўнгги йилларда ички ишлар органлари ходимларининг жисмоний ва жанговар тайёргарлигига вазирлик ва ҳудудий ички ишлар органлари раҳбарлари томонидан катта эътибор берилмоқда, уни ташкил этиш ва мувофиқлаштиришни такомиллаштириш долзарб масалалардан бири бўлиб турибди. Чунки ҳар бир ички ишлар органлари ходими ўз касби бўйича профессионал бўлмоғи лозим.

Ички ишлар органлари ходимининг профессионалиги деганда зарур билим, кўникма, ҳаракатланиш ва амалий қобилият, жисмоний ва ахлоқий психологик тайёргарликнинг юқори даражаси тушунилади.

Профилактика инспекторларининг хизмат пайтида турли, яъни ҳуқуқбузарликни тўхтатиш ҳақида қонуний талабини ҳуқуқбузарлар томонидан бажарилмаганда жисмоний куч ишлатиш зарурати, ҳуқуқбузар қочганида унга етиб олиш зарурати ва ҳоказо вазиятлар юзага келиши мумкин. Шунингдек ўзини ҳимоя қилиш, жиноятчини ёки гумон қилинувчиларни ушлаб туриш ва ҳоказо. Умуман олганда, айтиш мумкинки ички ишлар органлари ҳар қандай бўлим ходимлари муносиб жисмоний тайёргарлик даражасини мунтазам такомиллаштириб боришлари зарур.

**Ички ишлар органлари ходимларининг жисмоний тайёргарлиги** ўзига хос хусусиятга эга, бу уларни профессионал спортчиларнинг жисмоний тайёргарлигидан ажратиб туради, ушбу фарқлар уларнинг турли мақсадларда эканликлари билан изоҳланади. **Спорт** (инг. sport — ўйин) — жисмоний маданиятнинг таркибий қисми, жисмоний тарбия воситаси ва усули, жисмоний машқларни турли мажмуалари бўйича

<sup>2</sup> <http://m.xabar.uz/hodisa/> Самарқандда ИИБ ходимини урган шахсга жиноят иши қўзғатилди. 21.08.2021 й.

<sup>3</sup> Салиев Х.Х. Жисмоний тарбия ва спорт. -Т.: «Фан ва технология», 2019, 241 бет. 10-б.

мусобақалар ташкил этиш, тайёрлаш ва ўтказиш тизими<sup>4</sup>. Жисмоний тарбия бўйича спортчилар учун муайян спорт турларида юқори даражани намоёниш этиш муҳимдир, энгил атлетика спортчиси учун у маълум вақтга югуриш, оғир атлетикачи учун эса машқларда кўпроқ оғирликни кўтариш ва ҳоказо. Ҳаваскор спортчилар эса соғлиғини сақлаш учун фақат жисмоний тарбия билан шуғулланадиган одамлар бўлиб, уларнинг мақсади ҳаваскорлик даражасида машқ қилиш ва мақсадларга эришиш ёки бошқа мақсадларга эришишдан иборат.

Ички ишлар органлари ходимлари учун жисмоний тайёргарликнинг мақсади тезкор вазифаларни муваффақиятли бажариш учун жисмоний тайёргарликни шакллантириш ва ривожлантириш, жисмоний кучдан, шу жумладан жанговар ҳаракатлардан моҳирона фойдаланиш, шунингдек расмий фаолият давомида юқори самарадорликни таъминлашдир. Кўриниб турибдики, ички ишлар органлари ходимларининг жисмоний тайёргарлиги касбий фаолиятида ёрдам берадиган фазилатларни ривожлантиришга қаратилган расмий мақсад ва вазифаларга эришишдан иборат.

Ички ишлар органлари ходимини жисмоний тарбиялашнинг вазифалари касбий муҳим фазилатларни ривожлантириш ва сақлаш, жисмоний куч ишлатиш, умумий саломатлигини мустаҳкамлаш, иш қобилиятини сақлаш ва бошқалардан иборат.

Ички ишлар органлари ходимларининг жисмоний тайёргарлиги жараёни индивидуал ёндашув, даврийлаштириш ва жисмоний тайёргарликни ҳуқуқий ва психологик тайёргарлик билан бирлаштириш зарурлигини ўз ичига олади.

Профилактика хизмати ходимлари кундалик фаолиятида уларнинг қонуний талабларига қаршиликни енгишда психологик босим фонидида ҳаёт ва соғлиққа таҳдид соладиган вазиятларда профессионал фазилатлар қониқарли психологик ҳолатни сақлаши керак. Статистик маълумотларга кўра, ҳафтасига 3-4 марта жисмоний машқлар билан шуғулланган одамлар бошқаларга қараганда 65 фоиз камроқ чарчоқни ҳис қилади<sup>5</sup>.

Ички ишлар органлари профилактика хизмати ходимларнинг жисмоний тарбия ва оммавий спорт билан мунтазам шуғулланиши ҳамда уларнинг касбий тайёргарлик даражасини янада мустаҳкамлаш мақсадида, спорт (жисмоний тайёргарлик) машғулотида ходимларнинг хизмат вазифаларини бажариш вақтида ўзини-ўзи ҳимоя қилиш бўйича махсус жисмоний тайёргарлик усулларини етарли даражада ўзлаштириши ҳамда даволаш-соғломлаштириш гуруҳига кирувчи (ДСГ-ЛФК) ходимлар сонини камайтиришга алоҳида эътибор қаратиш керак.

Бунда шахсий таркибнинг ҳафтанинг белгиланган кунлари жисмоний тайёргарлик машғулотларига қатнашишлари устидан назоратни кучайтириб, бу борада профилактика катта инспекторлари “шахсий ўрнатма” бўлишлари лозим. Ўтказиладиган машғулотлар давомида мураббий инструкторлар томонидан спортнинг самбо (қўл жанги ҳамда ўз-ўзини ҳимоя қилиш усуллари), якка кураш, энгил атлетика, кросс, сузиш, спорт ўйинлари ҳамда куч ишлатиш бўйича амалий машқлар ташкил этиш, асосий

<sup>4</sup> <https://qomus.info/encyclopedia/cat-s/sport-uz/>

<sup>5</sup> <https://daryo.uz/k/Эрта тонгда спорт билан шуғулланишнинг организмга 7 фойдаси. 06.10.2020 й.>

этибор машғулотларни сифатли ва самарали ўтказилишига ҳамда ходимлар томонидан машқларни мукамал ўзлаштиришга қаратиш муҳим.

Машғулотларда профилактика инспекторларига етарли шарт-шароитлар яратиш, ходимларнинг тўлиқ иштирок этиши таъминлаш, навбатдаги махсус унвонга, эгаллаб турган лавозимидан юқори лавозимларга ҳамда рағбатлантиришларга тавсия этишда ходимларнинг жисмоний тайёргарлик машғулотларига қатнашганликлари ва натижаларини доимий этиборга олиш, бундай машғулотларга қатнашишда профилактика инспекторларига иштиёқни оширишга хизмат қилади. Жисмоний тайёргарлик машғулотларига сабабсиз қатнашмаган ва ўз вақтида келмаган профилактика инспекторларига нисбатан хизмат текширувлари ўтказиш, ҳамда семизлик даражалари бўйича антропометрик кўрсаткичлари ўзгармаган ёки барқарор сақланиб қолган (озиш чораларини кўрмаган) инспекторларни ИИВнинг амалдаги меъёрий буйруғи талабларига асосан эгаллаб турган лавозимида қолиш ёки қолмаслик масаласи аттестация комиссияларида кўриб чиқиш зарур.

Шунингдек шифокор-диетологлар ва озиш бўйича спорт мураббийларини жалб қилган ҳолда "Семизлик-касалликлар ўчоғи" ва "Семиришни олдини олиш" мавзусида ўқув семинарларини ташкиллаштириш ва профилактика инспекторларига шифокор диетологлар томонидан одам организмидаги ортиқча ёғларнинг зарари ҳамда семизликнинг салбий томонлари, ўткир рецептор ва сурункали касалликларнинг асосий келиб чиқиш сабаби ҳам семизлик эканлиги, тана вазнини меъёрлаштириш бўйича мунтазам спорт билан шуғулланиш, овқатланиш рационида кўкатлар мева ва сабзавотларни кўпайтириш, бундан ташқари, малакали мутахассис спорт мураббийлари томонидан уй шароитида енгил машқлар орқали озиш бўйича маҳорат машғулоти ташкил этиш, ходимларга жисмоний ва жанговар тайёргарлик бўлими ходимлари ҳамда диетологлар томонидан оздириш бўйича қўлланма ва соғлом озиш дастури тақдим этиш муҳим аҳамиятга эга.

*Хулоса сифатида айтганда ички ишлар органлари профилактика хизмати ходимларининг жисмоний тайёргарлиги уларнинг самарали ишлаши ва хизмат мақсадларига эришиши учун жуда муҳимдир. Умуман олганда барча ички ишлар органлари ходимлари учун у ёки бу даражада юқори жисмоний тайёргарлик муҳим аҳамиятга эга.*

#### Фойданилган адабиётлар:

1. Ўзбекистон Республикаси Президентининг 2020 йил 30 октябрдаги ПФ-6099-сон "Соғлом турмуш тарзини кенг татбиқ этиш ва оммавий спортни янада ривожлантириш чора-тадбирлари тўғрисида"ги фармони
2. <https://daryo.uz/k/Қорақалпоғистонда> МИБ ходимларига жароҳат етказган фуқарога жазо тайинланди. 27.11.2018 й.
3. <http://m.xabar.uz/hodisa/> Самарқандда ИИБ ходимини урган шахсга жиноят иши қўзғатилди. 21.08.2021 й.
4. Атажанов Ў. М. и др. бозорлар ҳудудида ҳуқуқбузарликлар профилактикаси тизимининг ташкилий-ҳуқуқий асослари таҳлили //Научный Фокус. – 2025. – Т. 3. – №. 30. – С. 152-162.

5. Бобур, Мустофақулов, Асрор Ўғли, and Умиджон Жамолитдин Ўғли Обиджонов. "профилактика инспекторининг ҳуқуқбузарликларнинг якка тартибдаги профилактикаси бўйича фаолиятини такомиллаштириш." *Central Asian Journal of Multidisciplinary Research and Management Studies* 2.2-2 (2024): 33-39.
6. Bobur, Mustofaqulov, Asror O'g'li va Asadbek Abror O'g'li Abdusalilov. "muhim hodisa bo'lgan holda kasallikning muhimligini tekshirishni profilaktikasi". *Central Asian Journal of Multidisciplinary Research and Management Studies* 2.1-2 (2024): 130-136.
7. Мустофақулов Б. А. Ў., Ибрагимов А. Ш. Ў. профилактика инспекторлари томонидан ҳуқуқбузарликлар содир этилиши сабаблари ва унга имкон берган шарт-шароитлар тўғрисида хабардор қилишни такомиллаштириш // *Central Asian Journal of Multidisciplinary Research and Management Studies*. – 2024. – Т. 2. – №. 2. – С. 22-26.
8. Мустофақулов Б. А. Ў., Алламуратов А. С. У. профилактика инспекторларининг аҳоли олдида ҳисобот беришда давлат органлари билан ўзаро ҳамкорлиги // *Central Asian Journal of Multidisciplinary Research and Management Studies*. – 2025. – Т. 2. – №. 2-2. – С. 67-72.
9. Мустофақулов Б. А. Ў., Сирожиддинов И. Р. Ў. профилактика инспекторининг уюшган жиноятчиликни олдини олиш чора-тадбирларини такомиллаштириш // *Central Asian Journal of Multidisciplinary Research and Management Studies*. – 2025. – Т. 2. – №. 4. – С. 52-56.
10. Мустофақулов Б. А. Ў., Мамарахимов А. М. Ў. одам савдоси билан боғлиқ жиноятларнинг виктимологик профилактикасини такомиллаштириш // *Central Asian Journal of Multidisciplinary Research and Management Studies*. – 2025. – Т. 2. – №. 4-2. – С. 217-221.
11. Мустофақулов, Б. А. Ў., & Жумаев, С. Ж. Ў. (2025). профилактика инспекторининг сурункали ичкиликбозлик ва гиёҳвандликка ружу қўйган шахслар билан ишлаш бўйича профилактикасини такомиллаштириш. *Central Asian Journal of Multidisciplinary Research and Management Studies*, 2(4), 140-146.
12. Мустофақулов Б. А. Ў., Фозилов Х. Х. Ў. профилактика инспекторининг маъмурий ҳудуддаги ғайриижтимоий хулқ-атворга эга бўлган шахслар билан ишлаш фаолиятини такомиллаштириш // *Central Asian Journal of Multidisciplinary Research and Management Studies*. – 2025. – Т. 2. – №. 5. – С. 32-36.
13. Мустофақулов Б. А. Ў., Фозилов Х. Х. Ў. профилактика инспекторининг маъмурий ҳудуддаги ғайриижтимоий хулқ-атворга эга бўлган шахслар билан ишлаш фаолиятини такомиллаштириш // *Central Asian Journal of Multidisciplinary Research and Management Studies*. – 2025. – Т. 2. – №. 5. – С. 32-36.
14. Мустофақулов Б., Улуғбеков В. профилактика инспекторининг вояга етмаган ёки меҳнатга лаёқатсиз шахсларни моддий таъминлашдан бўйин товлаш жиноятларининг профилактикасини такомиллаштириш // *Журнал академических исследований нового Узбекистана*. – 2025. – Т. 2. – №. 2. – С. 81-85.
15. Мустофақулов Б. и др. профилактика инспекторининг маъмурий ҳуқуқбузарликларнинг сабаб ва шарт-шароитларини аниқлаш ҳамда уларни бартараф этиш фаолияти // *Журнал академических исследований нового Узбекистана*. – 2025. – Т. 2. – №. 1, 2-qism. – С. 64-71.

16. Мустофақулов Б. А. Ў., Сатторов Ш. Ш. кибержиноятлар доирасида содир этилган ҳуқуқбузарликларнинг махсус профилактикаси бўйича фаолиятини такомиллаштириш //Central Asian Journal of Academic Research. – 2025. – Т. 3. – №. 4-3. – С. 106-110.



INNOVATIVE  
ACADEMY