

### BO‘STONLIQ TUMANI REKREATSIYA RESURSLARI

**Turg‘unova Robiya Fazliddin qizi**  
*Chirchiq davlat pedagogika universiteti talabasi*

**Annontatsiya:** *Ushbu maqolada Bo‘stonliq tumanidagi rekreatsiylar va ularning rivojlanishiga ta'sir ko'rsatuvchi omillar; bugungi kunga kelib aholi orasida rekreatsion hududlarga bo'lgan ehtiyojning ortishi sabablari haqida ma'lumotga ega bo'lishimiz mumkin. Aynan Bo‘stonliq tumani o‘zining toza va musaffo havoli tog‘ bag‘ridagi dam olish maskanlari bilan yurtimizdagi boshqa maskanlarga nisbatan oldingi o‘rinlarda turishini ta'kidlab o‘tishimiz lozim.*

**Kalit so‘zlar;** *rekreatsiya, kurort, relyef, ekoturistik, astma, plyaj, migratsiya, antropogen, Yuqori Urung‘och, ekstremal, kontinental, ozon, plyajlar.*

**Kirish.** Bo‘stonliq tumani - Toshkent viloyatining shimoli -sharqiy qismida joylashgan. Relyefi jihatidan respublikamizdagi eng baland tog‘ tumanlaridan biri hisoblanadi. Tuman hududida G‘arbiy Tyanshan, Qorjantov, Piskom, Ugom, Chatqol tog‘ tizmalari joylashgan. Tumanining janubi va g‘arbi 1000 m tog‘li hududlar esa 4000 m balandlikkacha davom etadi. Bo‘stonliq tumani tog‘larini "O'zbekiston Shvertsariyasi " deb atashlari bejiz emas. Chunki, go‘zal tabiatli toza va musaffo havosi Shveysariya tog‘ tabiatini eslatadi. Iqlimi mo‘tadil kontinental yozi issiq, qishi sovuq. Yog‘in miqdori 500-600 mm. G‘arbiy Tyanshanning ayrim qismlarida 800-900 mm. Shuningdek, barcha tog‘ tizmalarida soylar mavjud. Masalan; Beldersoy, Piskom, Ugom, Ko‘ksuv, Chimyonsoy kabilar Chorvoq suv omboriga quyiladi. Tuman hududida Yulg‘un, Astragul, Shuvoq va tog‘larda olma, archa, yong‘oq, pista, bodom, na'matak, zirk va boshqa dorivor o‘simliklar o‘sadi. Davolashda qo‘llaniladigan bir qancha shifobaxsh mineral suv va dorivor o'simliklar o'sadi. Tog‘ bag‘ridagi toza va musaffo havosi, sof tabiati har qanday dam oluvchilarni o‘ziga chorlaydi. O'zbekiston tog‘ tabiatida dam oluvchi va davolanuvchilar uchun respublikamiz hududidagi asosiy rekreatsion markaz - Bo'stonliq tumani sanaladi.

Bizga ma'lumki hozirgi kundagi global ekologik muammolardan biri iqlimning isishi, havo tarkibida chiqindi va chang miqdorining ortishi turli tuman kasalliklarni keltirib chiqarmoqda. O'z navbatida tog‘li hududlar dam olish sog‘liqni tiklash uchun asosiy omil bo‘lib xizmat qilmoqda. Xususan, allergik kasalliklar, astma, nerv tizimi, yurak -qon tomir tizimi kasalliklari va boshqa bir qator kasalliklarni davolashda muhim ahamiyat kasb etmoqda.

**Asosiy qism;** Rekreatsiya- mehnat natijasida sarflangan kuchni qayta tiklash, dam olish jarayoni, hordiq. Rekreatsiyaning bir necha turlari mavjud. Ular; kurort, sog‘lomlashtirish, sport, ekologik rekreatsiyalardir. Rekreatsion



# "GEOGRAFIYA – KELESHEKKE KÓZ-QARAS"

atamasındađı Respublikalıq kólemdegi ilimiy-teoriyalıq konferenciya

hududlarda ko'plab sanatoriyalar va dam olish maskanlari shuningdek, madaniy hordiq chiqarishi mumkin bo'lgan rekreatsion maskanlar tashkil qilinadi.

Tuman hududida joylashgan eng yirik rekreatsion hududlar toifasiga G'azalkent Humson, Birchumillo, Amirsoy, Sijjak, Chorvoq, Oqtosh, Takayong'oq singari bir qancha hududlar kiradi. G'azalkent O'zbekiston hududidagi eng yirik kurort shahar sifatida rivojlanmoqda.

Ana shunday tabiiy tog' sharoitida Bo'stonliq tumani ekoturistik salohiyatini oshirish maqsadida Chorvoq suv ombori sohilida qishki va yozgi dam olish maskanlari, chang'i, sport markazlari, va plyajlar tashkil qilingan.

Tuman hududidagi bir qancha rekreatsion maskanlarnii misol qilib keltirish mumkin. Ulardan eng mashhurlari "OQTOSH", " CHIMYON-BELDERSOY", "AMIRSOY" "HUMSON -BULOQ" va hozirgi kunda mashhur Takayong'oq qishlog'dagi "NEFRIT" ko'li kabilar kiradi.

"CHIMYON"- iqlimiy tog' kurorti. Toshkentdan 80 km uzoqlikda joylashgan. U poytaxt aholisi va mehmonlar uchun ajoyib dam olish maskani hisoblanadi. Ekologik jihatdan katta ahamiyatga ega bo'lgan, ushbu tuman hududi asosiy qismi Ugom-Chotqol milliy bog'i tarkibga kiritiladi. Yana bir ahamiyatli jihati bu yerda G'arbiy Tyanshanning turli xil landshaftlarini uchratish mumkin. Chimyon tog' daryolarida baliqlarning ko'pligi baliq ovlashga ishqibozlarni o'ziga tortibgina qolmay, asab tizimga dam berishda ham keng qo'llaniladi. Chimyon landshafti uni ma'nosi bilan be'vosita bog'liq. Ya'ni Chimyon -" yashil vodiy" ma'nosini anglatadi. Qishda oppoq qorning ajoyib ko'rinishi yozda esa yashil vodiy tabiaini ko'rish mumkin. "Beldersoy" dam olish maskani ham sog'liqni tiklashdagi ahamiyati katta.

"OQTOSH" - Bo'stonliq tumanidagi yana bir keng bargli daraxtzorlarga boy ommabop tog' kurorti bo'lib, bu yerdan Oqtosh va Ayubsoy tog' daryolari oqib o'tadi. Aynan shu daryolar sohilida bir qancha dam olish maskanlari barpo etilgan. Tog' daryolari suvi ionlashishi natijasida nafas a'zolari hastaliklariga shifobaxsh ta'sir etadi. Giyohlar orqali davolash ham keng qo'llaniladi. Daraxtzorlarning ko'pligi, kislorodli ya'ni toza havoda davolanish imkonini beradi. Bu yerda nafas organlari, asosan bronxal astma hamda nerv sistemasi hastaliklari bilan og'rigan bemorlar davolanadi.

Chimyondan 30 km uzoqlikda - " CHORVOQ" suv ombori mavjud. Bu yerda yozda ham qishda ham dam olish mumkin. Ayniqsa, yoz faslida dam oluvchilar va turistlar ko'plab tashrif buyuradi. Ko'l xushmanzara tog' tizmalari bilan o'ralgan qariyib 100 kilometrlik qirg'oq bo'yi linyasida ko'p sonli dam olish maskanlari bor. Ular orasida" Chorvoq oromgohi " - sog'lomlashtirish



# "GEOGRAFIYA – KELESHEKKE KÓZ-QARAS"

atamasındađı Respublikalıq kólemdegi ilimiy-teoriyalıq konferenciya

markazi qulayligi va shinamligi bilan alohida ajralib turadi. Ko'plab dam olish maskanlari, mehmonxonalar; " Yusufxona", " Piramida", "Layner", " Green Sanyon Uzbekistan", " Nebesa" va boshqalar.

"HUMSON- BULOQ " - Ugom tog'lari bag'rida joylashgan humson - buloq dam olish maskani. Baland qoyalar orasidan zilol suv oqib o'tadi. Bu yerda shifobaxsh mineral tarkibga ega buloq suvi mavjud. Buloq suvi toshlar orasidan sizib chiqib keladi. Ushbu buloq suvi bir qancha kasalliklarga shifo bo'lib, xususan, oshqozon ichak kasalliklarida qo'llaniladi. ushbu dam olish maskani nafaqat hordiq chiqarish balki, davolanish maqsadida ham mashhur. Kislorodga to'yingan toza va musaffo havo yurak, qon- tomir, nafas olish organlari, asab tizimi kasalliklarini davolashda muhim ahamiyatga ega.

"NEFRIT " ko'li - Bo'stonliq tumani hududida Toshkentdan 160 km uzoqlikda 1227 m balandlikda joylashgan. Chuqurligi 8-10 m atrofida. Ugom - Chatqol milliy bog' hududiga kiradi. "Urung'och" deb ataladigan ushbu ko'l uyg'urchadan "Yorqin Nefrit "deya tarjima qilinadi. Ushbu zilol suvli ko'l atrofidgi tog'lar bilan o'ralgan tabiatni o'zida aks ettiradi . Yuqori Urung'och ko'li ham mavjud bo'lib, bir -biridan kattaligi o'lchami jihatidan farq qiladi. Yuqori Urung'och ko'li bir xususiyati suvi qurib qolmaydi hamda feruza rangli zilol suvi tovlanib turadi. Unga nisbatan kichik bo'lgan Nefrit ko'li suvi bahorning aprel - may oylarida tog'dagi qorlarning erishi orqali to'ladi. Yilning boshqa faslida esa qurib qoladi. Nefrit ko'li sohilida go'zal tog' tabiati landshaftini, billur ko'llar, alp o'tloqlari, qorli cho'qqilar, kanyon va sharsharalarni uchratish mumkin. Bu yerda piknik, sayr qilish, dam olish, ko'lni tetiklantiruvchi dam oldiruvchi suvlarida suzish mumkin.

Bugugi kunga kelib, dam oluvchilarni jalb qiluvchi asosiy omil bu uning xushmanzara tabiati va uning xilma-xilligidir. Sababi, O'zbekiston iqlimi ob-havosi yil davomida dam olish va ekoturizmni rivojlantirish uchun qulayligi bilan ajralib turadi. Jumladan, geografik o'rni qulay, tabiiy sharoiti va ekoturistik imkoniyatlari xilma-xil bo'lgan, sanoat rivojlangan va aholi zich yashaydigan Toshkent viloyatida ekoturlarga talab yuqori. Ayniqsa Bo'stonliq tumani ekoturistik salohiyati bilan viloyatning boshqa tumanlaridan ajralib turadi.

Shu o'rinda qayd etish kerakki, ekologik muammolar ko'lami kundan kunga ortib borayotgani sir emas. Ayniqsa, Atmosfera havosi isishi ya'ni issiqlik samarasi muammosi global ekologik muammo hisoblanadi. Ozon qatlamini yemirilishi asosiy sababi sanoat korxonalarini va transportdan chiqayotgan freon gazlari turli xil chiqindilar havo tarkibiga salbiy ta'sir ko'rsatmoqda. Ozon



qatlamini yemirilishi har bir organizmga o‘z ta‘sirini o‘tkazmay qolmaydi. Havoning ifloslanishi ya‘ni havo tarkibida chiqindi va chang miqdorining ortishi aholi salomatligiga jiddiy ta‘sir ko‘rsatmoqda.

Poytaxtimiz Toshkent shahri havo tarkibi ifloslangaligi bo‘yicha dunyo mamlakatlari orasida yetakchilik qilmoqda. Bunga asosiy sabab hozirgi texnika va texnologiyalar va ishlab chiqarish davri hisoblanib ko‘plab sanoat korxonalari tashkil qilingani ayniqsa metallurgiya korxonalari va ulardan chiqayotgan freon gazlari havo tarkibiga jiddiy ta‘sir ko‘rsatdi. Shu bilan birga poytaxtda aholi soni bilan birga transport vositalari soni ham ortib bormoqda. Havoni eng katta ifloslovchi moddalar avtotransport vositalari hissasiga to‘g‘ri keladi. Toshkent shahrida atmosferadagi zararli tashlanmalarning 93% avtotransport vositalari hissasiga to‘g‘ri keladi.

Bu kabi omillar o‘z - o‘zidan aholi salomatligiga jiddiy ta‘sir ko‘rsatadi. Bunday og‘ir ekologik sharoitda inson turli xil kasalliklarga chalinishi, ularda allergiyani paydo qilishi va hatto o‘limga olib kelishi mumkin. Havoning yomon sifati asosan, tananing nafas olish tizimi va yurak-qon tomir tizimiga ta‘sir qiladi. Shu kabi bir qancha omillar aholining tog‘li hududlar tomon oshiqishiga sabab bo‘ladi. Ayniqsa, bu kabi holatni Toshkent shahridan Toshkent viloyati tog‘li tumanlari tomon aholi migratsiyasi keskin ortishiga sabab bo‘ldi. Ya‘ni bunda ekologik jihatdan o‘z hayotlariga havf tug‘iladigan joylardan kishilarning ko‘chib ketishi tabiiy holdir.

Shu o‘rinda aytish kerakki, ekologik muammolar haddan tashqari og‘irlashib ketayotgani zaminida tabiatni o‘zini o‘zi tiklash kuchi pasayotgani, uning resurslari kamayib borishi, atrof -muhit ifloslanib, zaharlanib borayotganligi yotadi. Shuning uchun ta‘lim - tarbiya tabiat va jamiyat o‘rtasidagi uzviylikni ta‘minlashda barqarorlikni saqlashda muhim ahamiyatga ega. Rekreatsion hududlarga bo‘lgan ehtiyoj yiliga 20-30 % ga ortib bormoqda. 2020- yildan beri rekreatsion turizm iqtisodiyotning asosiy strategik yo‘nalishlaridan biriga aylandi.

**Xulosa;** Bo‘stonliq tumani o‘zining maftunkor sof va musaffo toza havoli tabiati bilan, dam oluvchilar uchun ajoyib maskan. Shuningdek, O‘zbekistonda kurortologiya sohasida ham ushbu tog‘ tabiatli maskan alohida e‘tiborga sazovordir. Mineral suvlar, kislorodga boy tog‘ havosi, buloqlar, har xil dorivor o‘simliklar va boshqalar sog‘liqni tiklashda muhim omil bo‘lib xizmat qilmoqda. Xulosa o‘rnida aytish kerakki, eng muhimi tabiiy resurslardan oqilona foydalanish, tabiatga antropogen omillar ta‘sirini kamaytirish, tashrif buyuruvchilarda ekoturistik salohiyatni oshirish zarur. Tabiat va jamiyat



# “GEOGRAFIYA – KELESHEKKE KÓZ-QARAS”

atamasındađı Respublikalıq kólemdegi ilimiy-teoriyalıq konferenciya

o‘rtasidagi uzviylikni ta‘minlashda, ekoturistik ong madaniyatini shakllantirish lozim.

## Foydalanilgan adabiyotlar

1. Usmanov M. R. "Turizm geografiyasi" (o‘quv uslubiy qo‘llanma) – Samarqand, 2015 y 144 bet.
2. Shomurodova Sh,G`, Sharipov Sh.M Chorvoq erkin turistik zonasida turizmni rivojlantirishning tabiiy geografik asoslari. Monografiya. – T.: “Universitet”, 2022.
3. Risbayeva.Z “Bo‘stonliq qutlug‘ qadamjolari”. 2023.
4. Toshkent viloyati statistika boshqarmasi ma‘lumotlari. 2023 y
5. Wikipedia.org

