

RAQAMLI TEXNOLOGIYALARDAN TO'G'RI FOYDALANISHNING AHAMIYATI

*Tosheva Zumrat Negboyevna**Romitan tuman 1-son politexnikumining**“Informatikav a axborot texnologiyalari” maxsus**fanlari o'qituvchisi fani o'qituvchisi*

Annotatsiya: Raqamli texnologiyalar bugungi kunda inson hayotining ajralmas qismiga aylangan. Ular ta'lim, tibbiyot, biznes va kundalik hayotda keng qo'llanilmoqda. Ushbu maqolada raqamli texnologiyalarning to'g'ri foydalanishining ahamiyati, ularning inson hayotiga ijobiy va salbiy ta'siri hamda samarali foydalanish yo'llari haqida so'z boradi. Maqolada raqamli texnologiyalarning foydalari, xavflari va ulardan oqilona foydalanish bo'yicha tavsiyalar beriladi.

Аннотация: Цифровые технологии сегодня стали неотъемлемой частью жизни человека. Они широко используются в образовании, медицине, бизнесе и повседневной жизни. В данной статье говорится о важности правильного использования цифровых технологий, их положительном и отрицательном влиянии на жизнь человека, а также способах их эффективного использования. В статье даны рекомендации о пользе, рисках и рациональном использовании цифровых технологий.

Annotatsion: Digital technologies have become an integral part of human life today. They are widely used in education, medicine, business and everyday life. This article talks about the importance of the correct use of digital technologies, their positive and negative effects on human life, and ways to use them effectively. The article provides recommendations on the benefits, risks and rational use of digital technologies.

Kirish

Bugungi globallashuv davrida raqamli texnologiyalar ijtimoiy va iqtisodiy taraqqiyotning asosiy omillaridan biri sifatida e'tirof etilmoqda. Kompyuterlar, internet, sun'iy intellekt va mobil qurilmalar inson faoliyatining deyarli barcha sohalarida ishtirok etmoqda. Raqamli texnologiyalarning rivojlanishi axborot almashinuvi tezligini oshirib, insonlar o'rtasidagi muloqotni yengillashtirmoqda. Biroq, ushbu texnologiyalardan noto'g'ri foydalanish turli muammolarga olib kelishi mumkin.

Asosiy qism**1. Raqamli texnologiyalarning foydalari**

- **Ta'limda:** Masofaviy o'qitish, elektron kutubxonalar, onlayn kurslar orqali ta'lim olish imkoniyati kengaydi.
- **Biznesda:** Elektron tijorat, raqamli marketing va avtomatlashtirilgan tizimlar biznes samaradorligini oshirdi.
- **Tibbiyotda:** Tibbiy ma'lumotlarni tezkor tahlil qilish, telemeditsina va sun'iy intellekt asosida tashxis qo'yish imkoniyati yaratildi.
- **Kundalik hayotda:** Smartfonlar, aqlli uy tizimlari va ijtimoiy tarmoqlar insonlarning muloqotini osonlashtirdi.

2. Raqamli texnologiyalarning salbiy ta'siri

- **Axborot xavfsizligi:** Shaxsiy ma'lumotlarning o'g'irlanishi va kiberxavfsizlik muammolari.
- **Sog'liq muammolari:** Ko'p vaqt ekranga tikilish natijasida ko'z zo'riqishi va ortopedik muammolar.
- **Ijtimoiy ta'sir:** Yuzma-yuz muloqot kamayishi va ijtimoiy ajralish kuchayishi.

- **Psixologik muammolar:** Internetga qaramlik va diqqatni jamlash qobiliyatining pasayishi.

3. Raqamli texnologiyalardan to'g'ri foydalanish yo'llari

- **Axborot xavfsizligini ta'minlash:** Kuchli parollar ishlatish, shaxsiy ma'lumotlarni himoya qilish va kiberxavfsizlik qoidalariga rioya qilish.
- **Sog'liqni saqlash:** Ish va dam olish vaqtini muvozanatlash, ko'zga zarar yetkazmaslik uchun maxsus ko'zoynaklardan foydalanish.
- **Ijtimoiy muloqotni rivojlantirish:** Raqamli texnologiyalar bilan birga an'anaviy muloqot shakllarini ham rivojlantirish.
- **Ta'lim va rivojlanish uchun foydalanish:** Texnologiyalardan faqat o'yin yoki ijtimoiy tarmoqlar uchun emas, balki ta'lim va kasbiy rivojlanish uchun foydalanish.

Xulosa

Raqamli texnologiyalar zamonaviy jamiyatning ajralmas qismiga aylangan bo'lib, ularning imkoniyatlaridan to'g'ri foydalanish har bir inson uchun muhimdir. Texnologiyalarni noto'g'ri ishlatish turli salbiy oqibatlariga olib kelishi mumkin, shu sababli ularni oqilona va me'yorida ishlatish zarur. Kelajakda raqamli texnologiyalar yanada rivojlanishi kutilmoqda, va bu jarayonda ularning foydalaridan unumli foydalanish hamda zararli jihatlaridan ehtiyot bo'lish muhim ahamiyat kasb etadi.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. O'zbekiston Respublikasi Axborot texnologiyalari va kommunikatsiyalarini rivojlantirish vazirligi hujjatlari.
2. "Raqamli iqtisodiyot va innovatsiyalar" – Toshkent davlat iqtisodiyot universiteti nashriyoti, 2022.
3. Carr, Nicholas. *The Shallows: What the Internet Is Doing to Our Brains*. W.W. Norton & Company, 2011.
4. Shirky, Clay. *Cognitive Surplus: Creativity and Generosity in a Connected Age*. Penguin Press, 2010.
5. www.who.int – Jahon sog'liqni saqlash tashkiloti tomonidan raqamli texnologiyalar va sog'liq haqidagi tavsiyalar.
6. www.cybersecurity.org – Kiberxavfsizlik bo'yicha xalqaro tadqiqotlar.
7. MURODOV, O. (2024). MODEL OF THE TEACHING PROCESS OF INFORMATICS AND INFORMATION TECHNOLOGIES ON THE BASIS OF AN INNOVATIVE APPROACH, IMPLEMENTATION MECHANISMS. *Medicine, pedagogy and technology: theory and practice*, 2(9), 309-317.
8. Murodov, O. T. R. (2024). INFORMATIKA FANIDAN AMALIY MASHG'ULOTLARNI TASHKIL ETISH: TAJRIBALAR VA NATIJALAR. *The latest pedagogical and psychological innovations in education*, 1(2), 115-121.
9. Murodov, O. T. R. (2024). STEAM YONDASHUVI DOIRASIDA INFORMATIKA FANINI O'QITISHNING ISTIQBOLLARI. *The latest pedagogical and psychological innovations in education*, 1(2), 59-65.
10. Murodov, O. T. R. (2024). INFORMATIKA DARSLARINI INTERAKTIV METODLAR YORDAMIDA TASHKIL ETISH. *The latest pedagogical and psychological innovations in education*, 1(2), 101-107.
11. Murodov, O. T. R. (2024). INTERNET XAVFSIZLIGI BO'YICHA BILIMLARNI O'QUVCHILARGA YETKAZISH. *The latest pedagogical and psychological innovations in education*, 1(2), 66-72.

Index: [google scholar](#), [research gate](#), [research bib](#), [zenodo](#), [open aire](#).

https://scholar.google.com/scholar?hl=ru&as_sdt=0%2C5&q=wosjournals.com&btnG

<https://www.researchgate.net/search/publication?q=worldly%20knowledge>

<https://journalseeker.researchbib.com/view/issn/3060-4923>

12. Murodov, O. T. R. (2024). ALGORITMLARNI MAKTAB O 'QUVCHILARIGA O 'RGATISH: SAMARALI METODIKALAR. *The latest pedagogical and psychological innovations in education*, 1(2), 87-93.
13. Murodov, O. T. R. (2024). ALGORITMLARNI MAKTAB O 'QUVCHILARIGA O 'RGATISH: SAMARALI METODIKALAR. *The latest pedagogical and psychological innovations in education*, 1(2), 87-93.
14. Murodov, O. T. R. (2024). INFORMATIKA DARSLARIDA ZAMONAVIY O 'QUV TEXNOLOGIYALARI VA VOSITALARIDAN FOYDALANISH. *The latest pedagogical and psychological innovations in education*, 1(2), 80-86.
15. Murodov, O. T. R. (2024). RAQAMLI TEXNOLOGIYALARNI O 'QUV JARAYONIGA INTEGRATSIYA QILISH USULLARI. *The latest pedagogical and psychological innovations in education*, 1(2), 108-114.
16. TO'RAQULOVICH, M. O. (2025). ZAMONAVIY TEXNOLOGIYALARNI TA'LIMDA QO'LLASH IMKONIYATLARI VA UNING ISTIQBOLLARI. *PEDAGOGIK TADQIQOTLAR JURNALI*, 2(2), 102-106.
17. To'raqulovich, M. O. (2024). OLIY TA'LIM MUASSASALARIDA AXBOROT KOMMUNIKASIYA TEXNOLOGIYALARI DARSLARINI TASHKIL ETISHDA ZAMONAVIY USULLARDAN FOYDALANISH. *PEDAGOG*, 7(6), 63-74.
18. Muradov, O. (2024, January). IN TEACHING INFORMATICS AND INFORMATION TECHNOLOGIES REQUIREMENTS. In *Международная конференция академических наук* (Vol. 3, No. 1, pp. 97-102).
19. To'raqulovich, M. O. (2024). OLIY TA'LIM MUASSASALARIDA TA'LIMNING INNOVASION TEXNOLOGIYALARDAN FOYDALANISH. *PEDAGOG*, 7(5), 627-635.
20. Murodov, O. (2024). DEVELOPMENT OF AN AUTOMATED SYSTEM FOR CONTROLLING TEMPERATURE AND HUMIDITY IN PRODUCTION ROOMS. *Development and innovations in science*, 3(1), 84-93.
21. Murodov, O. (2024). TA'LIM TEXNOLOGIYALARINING ILMIY-NAZARIY ASOSLARI. *Science and innovation in the education system*, 3(3), 155-160.
22. Murodov, O. (2023). INNOVATSION YONDASHUV ASOSIDA INFORMATIKA VA AXBOROT TEXNOLOGIYALARI FANINI O'QITISH JARAYONINI TAKOMILLASHTIRISH. *Theoretical aspects in the formation of pedagogical sciences*, 3(4), 77-81.
23. To'raqulovich, M. O. (2024). IMPROVING THE TEACHING PROCESS OF IT AND INFORMATION TECHNOLOGIES BASED ON AN INNOVATIVE APPROACH. *Multidisciplinary Journal of Science and Technology*, 4(3), 851-859.
24. Murodov, O. (2024). DEVELOPMENT AND INSTALLATION OF AN AUTOMATIC TEMPERATURE CONTROL SYSTEM IN ROOMS. *Solution of social problems in management and economy*, 3(2), 91-94.
25. Muradov, O. (2024). APPLIED TO THE CURRENT TRAINING PROCESS REQUIREMENTS. *Инновационные исследования в науке*, 3(1), 54-63.
26. Murodov, O. (2024). DEVELOPMENT OF AN AUTOMATED PARAMETER CONTROL SYSTEM ROOMS AND WORKSHOPS BASED ON CLOUD TECHNOLOGIES. *Академические исследования в современной науке*, 3(2), 16-27.
27. Muradov, O. (2024, January). Application of basic principles and rules of innovative pedagogical technologies to educational processes. In *Международная конференция академических наук* (Vol. 3, No. 1, pp. 46-55).

Index: [google scholar](#), [research gate](#), [research bib](#), [zenodo](#), [open aire](#).

https://scholar.google.com/scholar?hl=ru&as_sdt=0%2C5&q=wosjournals.com&btnG

<https://www.researchgate.net/search/publication?q=worldly%20knowledge>

<https://journalseeker.researchbib.com/view/issn/3060-4923>

28. Turakulovich, M. O. (2024). DEVELOPMENT AND INSTALLATION OF AN AUTOMATIC TEMPERATURE CONTROL SYSTEM IN ROOMS. *Methods of applying innovative and digital technologies in the educational system*, 1(2), 72-77.
 29. Muradov, O. (2024). Basic principles and rules of innovative pedagogical technologies in the educational process. *Models and methods in modern science*, 3(1), 84-93.
 30. Torakulovich, M. O. (2024). Innovative information technologies and new methods and tools for their application in today's education. *Central Asian Journal Of Education and Innovation*, 3(2-2), 83-92.
 31. Murodov, O. T. R. (2023). INFORMATIKA FANINI O 'QITISHDA YANGI INNOVATSION USULLARDAN FOYDALANISH METODIKASI. *GOLDEN BRAIN*, 1(34), 130-139.
 32. Murodov, O. T. R. (2023). Zamonaviy ta'limda axborot texnologiyalari va ularni qo'llash usul va vositalari. *Educational Research in Universal Sciences*, 2(11), 481-486.
 33. Murodov, O. T. R. (2023). INFORMATIKA DARSLARINI TASHKIL ETISHDA INNOVATSION USULLARDAN FOYDALANISH. *GOLDEN BRAIN*, 1(32), 194-201.
- Муродов, О. Т. (2023). РАЗРАБОТКА АВТОМАТИЗИРОВАННОЙ СИСТЕМЫ УПРАВЛЕНИЯ ТЕМПЕРАТУРЫ И ВЛАЖНОСТИ В ПРОИЗВОДСТВЕННЫХ КОМНАТ. *GOLDEN BRAIN*, 1(26), 91-95