

=====

ERGONOMIK MEDEL TUSHUNCHASI VA ASOSIY TAMOIYILLARI

Axmedjanova Umida Baxodirovna

*O'zbekiston Respublikasi, Toshkent shahri,
Islom Karimov nomidagi Toshkent davlat texnika universiteti
Sanoat dizayni kafedrasida dotsenti*

Rustamova Dildora Bahtiyorovna

*O'zbekiston Respublikasi, Toshkent shahri,
Islom Karimov nomidagi Toshkent davlat texnika universiteti
Sanoat dizayni kafedrasida talabasi.*

MAQOLA MALUMOTI

MAQOLA TARIXI:

Received: 29.12.2025

Revised: 30.12.2025

Accepted: 31.12.2025

KALIT SO'ZLAR:

*dizayner, mebel, inson
tanasi, ergonomika, xavf,
joylashuv, elementlar, dizayn,
xavfsizlik, antropometrik,
moslik*

ANNOTATSIYA:

*Ushbu mavzuda ergonomik mebel
tushunchasi va uning asosiy tamoyillari
yoritib beriladi. Ergonomik mebel inson
tanasining anatomik, fiziologik va
antropometrik xususiyatlarini hisobga olgan
holda loyihalanishi bilan ajralib turadi.
Mavzuda ergonomik mebelning asosiy
tamoyillari — antropometrik moslik,
sozlanish imkoniyati, xavfsizlik, qulaylik va
komfort, funktsionallik hamda estetik
ko'rinish tushuntirib beriladi. Ushbu
tamoyillarga amal qilish mebelning qulay,
xavfsiz va samarali bo'lishini ta'minlab,
foydalanuvchining salomatligini saqlash va
kundalik faoliyatini yengillashtirishga xizmat
qiladi. Ayniqsa, bolalar va imkoniyati
cheklangan shaxslar uchun ergonomik mebel
yaratishning ahamiyati alohida ta'kidlanadi.*

Kirish

Ergonomik mebel — bu inson tanasining anatomik, fiziologik va antropometrik xususiyatlarini hisobga olgan holda loyihalangan mebel bo'lib, u foydalanuvchining sog'ligini saqlash, qulaylik yaratish va mehnat yoki o'qish jarayonida samaradorlikni oshirishga xizmat qiladi. Bunday mebel insonning tabiiy holatini qo'llab-quvvatlaydi, mushak va suyaklarga tushadigan ortiqcha yuklamani kamaytiradi hamda uzoq vaqt davomida foydalanishda charchoq va noqulaylikni oldini oladi.

Ergonomik mebel turli yoshdagi foydalanuvchilar, jumladan bolalar, keksalar va imkoniyati cheklangan shaxslar uchun muhim ahamiyatga ega. Ayniqsa, ta'lim muassasalari, ofislar, tibbiyot va reabilitatsiya muhitlarida ergonomik mebel sog'lom muhitni shakllantirishning muhim omili hisoblanadi.

Antropometrik moslik — ergonomik mebelning eng muhim tamoyillaridan biri bo'lib, mebel inson tanasining o'lchamlari, tuzilishi va harakat imkoniyatlariga mos holda loyihalanishini anglatadi. Bu tamoyil mebelni loyihalash jarayonida foydalanuvchining bo'yi, vazni, o'tirish balandligi, oyoq uzunligi, qo'l yetish masofasi va tana proporsiyalarini hisobga olishni talab etadi.

Antropometrik moslik ta'minlangan mebel inson tanasining tabiiy holatini saqlashga yordam beradi, mushak va bo'g'imlarga tushadigan ortiqcha yuklamani kamaytiradi hamda uzoq vaqt davomida foydalanishda charchoq va noqulaylikning oldini oladi. Masalan, o'rindiqlik balandligi foydalanuvchining oyoqlari polga to'liq tekkiziladigan darajada bo'lishi, stol balandligi esa qo'llarning erkin va zo'rliqsiz harakatlanishiga imkon yaratishi lozim.

Shuningdek, antropometrik moslik yoshi, jinsi va jismoniy rivojlanish darajasi turlicha bo'lgan foydalanuvchilar uchun ayniqsa muhimdir. Bolalar mebelida ularning o'sish sur'ati tez o'zgarib turishi inobatga olinadi, shuning uchun mebel o'lchamlari mos va qulay bo'lishi zarur. Imkoniyati cheklangan shaxslar uchun esa individual antropometrik ko'rsatkichlarga moslashtirilgan mebel mustaqil harakatlanish va kundalik faoliyatni yengillashtiradi.

Sozlanish imkoniyati ergonomik mebelning muhim tamoyillaridan biri bo'lib, mebel elementlarini foydalanuvchining individual ehtiyojlari va jismoniy xususiyatlariga mos ravishda o'zgartirish imkonini anglatadi. Bu tamoyil insonlar o'rtasidagi bo'y, vazn, tana proporsiyalari va harakat imkoniyatlaridagi farqlarni hisobga olish zaruratidan kelib chiqadi.

Sozlanadigan ergonomik mebel o'rindiqlik balandligini, suyanchiqning qiyalik burchagini, chuqurligini, qo'ltiq tayoqchalar balandligi va joylashuvini, shuningdek stol balandligini o'zgartirish imkonini beradi. Bunday moslashuvchanlik foydalanuvchining to'g'ri o'tirish holatini ta'minlaydi, umurtqa pog'onasiga tushadigan bosimni kamaytiradi va mushaklarning tez charchashining oldini oladi.

Ayniqsa bolalar uchun mo'ljallangan mebelda sozlanish imkoniyati katta ahamiyatga ega, chunki ularning jismoniy o'sishi tez va notekis bo'ladi. Sozlanadigan mebel bolaning o'sishiga mos ravishda foydalanishni davom ettirishga imkon beradi hamda noto'g'ri tana holati shakllanishining oldini oladi. Imkoniyati cheklangan shaxslar uchun esa sozlanish imkoniyati mustaqil harakatlanish, qulay foydalanish va kundalik faoliyatni yengillashtirishda muhim rol o'ynaydi.

Shu sababli sozlanish imkoniyatiga ega ergonomik mebel qulaylikni oshiradi, salomatlikni saqlaydi va uzoq muddatli foydalanishda foydalanuvchi ehtiyojlariga moslashuvchan yechim bo'lib xizmat qiladi.

Xavfsizlik ergonomik mebelning eng muhim tamoyillaridan biri bo'lib, u foydalanuvchini jarohatlanishdan himoya qilish va xavfsiz foydalanishni ta'minlashga qaratiladi. Ergonomik mebelda o'tkir burchaklar, chiqib turgan elementlar va xavf tug'diruvchi detallar bo'lmasligi lozim. Mebel konstruksiyasi mustahkam, barqaror va ag'darilib ketmaydigan bo'lishi, foydalaniladigan materiallar esa sog'liq uchun zararsiz va ekologik toza bo'lishi kerak. Sirpanmaydigan tayanchlar, yumaloqlangan shakllar hamda ishonchli biriktiruvchi qismlar ayniqsa bolalar va imkoniyati cheklangan shaxslar uchun muhim ahamiyatga ega.

Qulaylik va komfort ergonomik mebelning inson ruhiyati va jismoniy holatiga ijobiy ta'sir ko'rsatishini ifodalaydi. Bunday mebel foydalanuvchining tabiiy tana holatini saqlashga yordam beradi, mushaklar va bo'g'imlarga tushadigan bosimni kamaytiradi hamda uzoq vaqt davomida foydalanilganda ham charchoqni keltirib chiqarmaydi. Yumshoq, ammo yetarlicha tayanch beruvchi materiallardan foydalanish, to'g'ri tanlangan o'lchamlar va shakllar qulaylikni oshiradi. Shuningdek, ranglar va fakturalarning to'g'ri tanlanishi ham insonning psixologik holatiga ijobiy ta'sir ko'rsatib, umumiy komfort muhitini yaratadi.



Funktsionallik ergonomik mebelning muhim tamoyillaridan biri bo'lib, u mebelning bir yoki bir nechta vazifani qulay va samarali bajarishini anglatadi. Funktsional mebel foydalanuvchining kundalik ehtiyojlariga mos kelishi, ortiqcha harakat va zo'riqishsiz foydalanish imkonini berishi kerak. Masalan, bir mebel buyumi o'qish, ishlash va dam olish uchun mos bo'lishi yoki turli holatlarda oson o'zgartiriladigan konstruksiyaga ega bo'lishi mumkin. Ayniqsa, bolalar va imkoniyati cheklangan shaxslar uchun mo'ljallangan mebelda funktsionallik muhim ahamiyatga ega, chunki u mustaqil harakatlanish va kundalik faoliyatni yengillashtiradi.

Estetik ko‘rinish ergonomik mebelning tashqi ko‘rinishi va badiiy ifodasini anglatadi. Mebel nafaqat qulay va xavfsiz, balki chiroyli va uyg‘un bo‘lishi ham lozim. Ranglar, shakllar va materiallarning to‘g‘ri tanlanishi inson kayfiyatiga ijobiy ta’sir ko‘rsatadi, muhitni yanada jozibador va yoqimli qiladi. Estetik jihatdan puxta ishlab chiqilgan ergonomik mebel ta’lim, ish va yashash muhitida qulay psixologik atmosfera yaratib, foydalanuvchining umumiy qoniqish darajasini oshiradi.

Xulosa

Ergonomik mebel inson salomatligi va hayot sifati uchun muhim ahamiyatga ega. Antropometrik moslik, sozlanish imkoniyati, xavfsizlik va qulaylik kabi tamoyillar asosida yaratilgan mebel uzoq muddatli foydalanishda sog‘liq muammolarini oldini oladi va inson faoliyatining samaradorligini oshiradi. Ayniqsa, bolalar va imkoniyati cheklangan shaxslar uchun ergonomik mebel yaratish jamiyatda sog‘lom va inklyuziv muhitni shakllantirishda muhim rol o‘ynaydi.

Adabiyotlar

1. Azizov S.T. Ta'lim muassasalarida xavfsizlik va qulaylikni ta'minlash yo'llari // Zamonaviy ta'lim. — 2023. — № 1(29). — B. 61–66.
2. Ergonomics for Children: Designing Products and Places for Toddlers to Teens / Edited by Rani Lueder and Valerie J. Berg Rice. — CRC Press, 2007. — 984 p.
3. Ergonomika asoslari. O‘quv qo‘llanma / Tahrir hay’ati: T. Karimov, D. Soliyev. — Toshkent: TDTTU nashriyoti, 2020. — 150 b.
4. GOST 11015-93. Mebel. Bolalar uchun xavfsizlik talab va normalari. Moskva: Standartinform, 2019.
5. Mahmudova Z.M. Maktab va bog‘cha mebellari ergonomikasi // Ilmiy-amaliy konferensiya materiallari. — Toshkent, 2022. — B. 78–83.
6. Nuriddinov A.A., Ergashboyeva D.N. Bolalar muassasalarida ergonomik talablarga rioya qilishning ahamiyati // Pedagogika va psixologiya jurnali. — 2021. — № 4. — B. 45–50.
7. ERGONOMIK MEBEL QONUNIYATLARINING DIZAYNDA QO ‘LLANILISHI. AU Baxodirovna - CONFERENCE OF MODERN SCIENCE & PEDAGOGY, 2025 <https://tijst.org/index.php/USA/article/view/262>
8. BOLALAR UCHUN XAVFSIZ VA QULAY MUHITNING ERGONOMIKASI AU Baxodirovna - ... NAZAR, TAHLILIY TAFAKKUR VA INNOVATSION G ' ..., 2025 <https://phoenixpublication.net/index.php/TANQ/article/view/4261>