

SPORT VA JISMONIY TARBIYA XALQNING UMUMIY MADANIYATINING AJRALMAS QISMI

Saydalimov Botir Yo'ldoshovich

Surxondaryo viloyati Sherobod tumani 46-umumiy o'rta ta'lim maktabining jismoniy tarbiya fani o'qituvchisi

Annotatsiya: Asosan ushbu maqolada Jismoniy tarbiya va sport sohasining rivojlanish istiqbollar O'zbekiston Respublikasi rivojlangan davlatlar qatoriga qo'shish, sog'lom turmush tarzi asoslarini shakllantirish, aholi faqatgina so'zda emas, balki amalda o'z salomatliklarini qadrlashlari hamda uni milliy qadriyat sifatida asrab-avaylashlari zarurligi ta'kidlanadi.

Kalit so'zlar: Sog'lom turmush tarzi, jismoniy tayyorgarlik, an'anaviy , sport, ma'naviy kamolot.

Аннотация: В основном в данной статье перспективы развития сферы физической культуры и спорта относят Республику Узбекистан к числу развитых стран, формирование основ здорового образа жизни, то, что население ценит свое здоровье не только на словах , а на практике и считается национальной ценностью, подчеркивается, что их нужно сохранять.

Ключевые слова: здоровый образ жизни, физическая культура, традиционные виды спорта, духовная зрелость.

Abstract: Basically, in this article, the prospects for the development of physical culture and sports include the inclusion of the Republic of Uzbekistan in the list of developed countries, the formation of a healthy lifestyle, so that the population values their health not only in words, but also in the world business and preserve it as a national value.

Keywords: Healthy lifestyle, physical training, traditional, sports, spiritual maturity.

Mamlakatimiz rivjlanish ostonasiga qadam qo'yar ekan, mustaqillik yillarida sport bilan ommaviy tarzda shug'ullanishni, aholining, ayniqsa o'quvchi yoshlarning bo'sh vaqtlarini tashkil qilishning faol shakllarining ta'minlovchi amaliy tadbirlar bosqichma-bosqich amalga oshirib kelinmoqda. O'zbekistonning davlat siyosati mamlakatda jismoniy tarbiya va sportning yanada yuksalish, rivojlanishi sog'lom avlod ham jismonan va ma'naviy kamolot ruhida tabiyalash ustuvor yo'nalishga aylandi. Shuningdek, qachonki sport sohasiga bo'lgan qiziqishi yoshlar o'rtasida ilg'or sura olsak, jamiyatda sog'lom turmush tarzini qo'llab-quvvatlagan bo'lamiz. Bugundan tashqari ya'niki milliy g'oya asosida ulg'ayib kelayotgan yosh avlodning ma'naviy-ma'rifiy tarbiyasi, shubhasiz jismoniy va psixik salomatlikni, sog'lom turmush tarzi asoslarini gumanizm g'oyalarini tarbiyalash jarayonida jismoniy tarbiya va sport vositalari uning shakllari hamda usublaridan foydalanish ustuvor maqsadlardan biriga aylanishi, o'ylangan rejalar amalga oshishiga sababchi bo'ladi. Bolalar va o'smirlar sport turini rivojlantirish uchun majburiy jismoniy ta'lim tizimida o'smirlarning yuqori salomatlik darajasida hamda bazaviy jismoniy tayyorgarligi texnologiyalardan foydalanish, ayniqsa sport sohasida iqtidorlilarni aniqlash va ular iqtidorini rivojlantirishning yanada mukammal uslublaridan foydalanish, sport turlarini individual tarzda tanlashda hamda uni albatta milliy qadriyat sifatida asrab-avaylash albatta alohida o'rin kasb etadi. Hozirgi paytda jahonda yirik miqyosda aholini sport - sog'lomlashtirish harakatini yaratishda bo'lgan ehtiyoj shakllanadi. Masalan, Prezidentimizning yoki bo'lmasa turli xil davlat prezidentlarining maxsus dasturlar ishlab chiqish va ularning amaliyotda joriy qilinishi unng isboti bo'lib xizmat qiladi. O'zbekistonda ham vazifalarni amalga oshirishdafaol va albatta maqsadli ishlar olib borilmoqda. Prezidentimizning 2017-2021-yillarda O'zbekistonning rivojlanishi uchun beshta ustivor yo'nalishi bo'yicha harakatlar strategiyasini tasdiqladi. Sport sohasida chiqarilayotgan qarorlar ham shular jumlasidandir. O'zbekiston Respublikasi Jismoniy tarbiya va sport davlat raisi R.Quronov O'zbekiston Milliy Olimpiya qo'mitasi raisi A.Sultonov va boshqalar mamlakatimizda istiqloq yillarida jismoniy tarbiya va sportni

rivojlantirish yoshlar salomatligini mustahkamlash, aholi o'rtasida sog'lom turmush tarzini targ'ib qilish, iqtidor va salohiyatini yuzaga chiqarishga qaratilayotgan doimiy e'tibor o'z samaralarini berib kelayotganini ta'kidladi. Birinchi prezidentimiz I.A.Karimov tashabbusi bilan mamlakatimizda O'zbekiston Bolalar sportini rivojlantirish jamg'armasining tashkil etilishi va ta'lim tizimida uch bosqichli uzluksiz sport musobaqalarini - "Umid nihollari", "Barkamol avlod" va "Universiada" musobaqalarining joriy qilinishi yoshlar o'rtasida jismoniy tarbiya va sportni ommalashtirish, shahar va qishloqlarda zamonaviy sport majmualari bolalar va o'smirlar sport maktablarini barpo etish, ularni albatta zarur jihozlar bilan yoshlarning sport bilan shug'ullanishi o'z salohiyatini namoyon etishi uchun zarur barcha sharoit va imkoniyatlarni yaratishda muhim ahamiyat kasb etadi. O'zbekiston Respublikasida jismoniy tarbiya ommaviy sportni yanada rivojlantirish dasturida jismoniy tarbiya va sportga ixtisoslashtirilgan ta'lim muassasalarida va sport klublari faoliyatini yaxshilash olimpiya milliy va boshqa sport turlari kesimida reyting baholash tizimini joriy etilganligi ham ular faoliyatini sifat jihatidan yangi bosqichga ko'tarish uchun alohida asos bo'lib xizmat qiladi. Shu dastur doirasida ham 201-2021-yillarda jami 995,2 milliard so'mdan ziyod mablag' sarflanishi nazarda tutilib amalga oshirilmoqda. Shundan 706,2milliard so'mdan ortiq qismi 167 ta sport inshooti, jumladan 90 ta sport majmuasi, 77 ta suzish havzasini qurish, rekonstruksiya qilish va kapital ta'mirlash jihozlash va qayta jihozlashga yo'naltirish ishlari amalga oshirilmoqda. Mana shunday qarorlar amalda o'z ifodasini topar ekan, yosh avlodning sportga bo'lgan qiziqishini amalda oshirish uchun birinchi qadam desak yangilishmagan bo'lamiz. Davlatimiz rahbari tomonidan sport sohasida olib borilayotgan islohotlar mazmuni shundan iboratki, mamlakatimizda jismoniy tarbiya va ommaviy sportni rivojlantirish, yosh avlodni har tomonlama barkamol qilib tarbiyalash , voyaga yetkazish, xalqaro sport maydonlarida madhiyamiz baralla yangragan holda vatanimiz sharafini munosib himoya qilishga qodir kelajagi buyuk yoshlarni kamol toptirish vazifasi yotadi. Asosan, jismoniy tarbiya va sport sohasi vakillarining jismoniy va ma'naviy

kamolotining muhim omili sifatida mamlakatning ijtimoiy-iqtisodiy rivojlanishining ustuvor yo'nalishiga aylanmoqda. Jismoniy tarbiya jarayonida har bir o'quvchining salomatlik holati jismoniy tayyorgarligi va ehtiyojlarini qat'iy e'tiborga olish zarur. Bu talablarning buzilishi salomatlikka putur yetkazadi, mashg'ulotlar samarasini kamaytiradi. Jismoniy tarbiya o'quvchilar organizmiga o'z tanasiga nisbatan noto'g'ri munosabatda bo'luvchi, irodaviy va axloqiy sifatlarni tarbiyalashda ko'maklashuvchi sog'liqni mustahkamlashga bo'lgan ehtiyoj shakllantiruvchi yagona o'quv jarayondir. Maqsadli jismoniy tarbiya jarayoni o'quv mashg'ulotlari jarayoninig maqsadli rejalashtirishga bog'liq. O'quvchilarga asosan jismoniy tarbiya va sportga ijobiy munosabatni shakllantirish o'quv jarayonini samarali tashkil qilinishida va aniq qo'yilgan pedagogik vazifalarga yondashadi. So'z oxirini birinchi prezidentimiz I.A.Karimovning so'zlari bilan tugatmoqlikni lozim deb topdik. "Hech bir narsa mamlakatni sport kabi mashhur qila olmaydi"-bu so'zlar vaqt o'tsa hamki o'z qudratini yo'qotgan emas.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Ф.С. Фазлиддинов ВИДЫ СОРЕВНОВАТЕЛЬНЫХ НАГРУЗОК В ФУТБОЛЕ- Web of Scientist: International Scientific Research..., 2022
2. FS Fazliddinov PSYCHOLOGICAL TRAINING OF ATHLETES- E-Conference Globe, 2021
3. Ф. Ф. Савриевич ОСНОВА ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ШКОЛЬНИКОВ-ФИЗИЧЕСКИЕ ЗНАНИЯ- Web of Scientist: Международные научные исследования., 2021
4. Ф.С. Фазлиддинов ОСОБЕННОСТИ МОЛОДЕЖНОЙ ПОЛИТИКИ В РЕСПУБЛИКЕ УЗБЕКИСТАН- Научный редактор, 2021
5. Ф.С. Фазлиддинов "Принцип регулярности в физическом воспитании и его значение" ВЕСТНИК МАГИСТРАТУРЫ Научный журнал 2020
6. DZ Safarov, BX Xamroev, MM Mavlonov. Ispolzovanie pedagogicheskix texnologiy v protsesse obucheniya gimnastike - Voprosbi nauki i obrazovaniya № 14 (139), 2021