

# ЁШЛАРНИ ЖИСМОНИЙ ТАРБИЯ ВА ОММАВИЙ СПОРТГА ЖАЛБ ҚИЛИШ ХАМДА ЖИСМОНИЙ КЎНИКМА ВА МАЛАКАЛАРИНИ САМАРАЛИ РИВОЖЛАНТИРИШ

**Рахимов Махмуд Шодмонович**

Бухоро муҳандислик-технология институти

“Жисмоний маданият” кафедраси катта ўқитувчиси

## **АННОТАЦИЯ**

*Ушбу мақолада ёшларни жисмоний тарбия ва оммавий спортга жалб қилиш ҳамда жисмоний кўникма ва малакаларини самарали ривожлантириш ҳамда бошқа ташкилотлар билан ўзаро ҳамкорликлари ёритиб берилган.*

***Калит сўзлар:** Ёшлар, жисмоний маданият, жисмоний тарбия, спорт, компетенция, мотивациялаш, маҳалла, соғлом турмуш тарзи.*

## **ABSTRACT**

*This article describes the involvement of young people in physical culture and mass sports, as well as the effective development of physical skills and abilities, as well as their interaction with other organizations.*

***Keywords:** Youth, physical culture, physical education, sports, competence, motivation, neighborhood, healthy lifestyle.*

Ҳар қандай мамлакатнинг тараққий этиши ва янада ривожланиши, қисқа қилиб айтганда эртанги куни бевосита улғайиб келаётган ёшларга боғлиқ. Айни патда ёшлар дунё аҳолисининг тез кўпайиб бораётган қисмини ташкил этади.

Ёшлар мамлакат миқёсида ривожланиш жараёнини жадаллаштириш учун инновацион ғояларни яратишга қодир кудратли ресурс, жамиятнинг ғайратшижоатга тўлиб-тошган фаол қатлами, ижтимоий ўзгаришларга сабаб

бўладиган, бунёдкорлик ғояларини ҳаётга татбиқ этадиган катта кучдир Ўзбекистон Республикаси президенти Ш.Мирзиёев ташаббусига кўра қабул қилинган “Ўзбекистон Республикасини янада ривожлантириш бўйича 2017-2021–йилларга мўлжалланган Ҳаракатлар стратегияси тўғрисида” ги фармоннинг бешта устувор йўналишидан тўртинчиси ижтимоий соҳанинг ривожлантирилишига қаратилган.

Унга кўра аҳоли ва айниқса республикамиздаги ёшлар қатлами бандлигини таъминлаш, ёшларнинг соғлом вояга етишишлари ҳамда спорт ва жисмоний тарбия масалалари билан боғлиқ чора-тадбирлар ҳам қамраб олинган ва уларни жисмоний тарбия ва спортга жалб қилиш ҳақидаги долзарб масалалар алоҳида таъкидлаб ўтилган.

Ўзбек халқининг қаҳрамонлик эпоси “Алпомиш” достонида эса кураш, мерганлик ва чавондозлик мусобақаларига катта эътибор берилган. Достонда ёзилишича, қизлар Алпомишдек олдиларига қўйилган шартларни бажарган йигитларнигина куёвликка лойиқ кўришган. Жисмоний тарбия ва спорт орқали соғлом ёшларни тарбиялаш бутун бир жамиятнинг вазифаси бўлмоғи керак.

Ҳар бир инсон, оила, маҳалла, ота-она жисмоний тарбия ва спорт билан шуғулланишни одат даражасига чиқариши билан бирга, қадрият сифатида эъозлаши жамиятнинг узлуксиз равишда жисмоний тарбия ва спорт билан шуғулланишига олиб келади.

Шундай экан жисмоний тарбия ва спорт билан шуғулланиш инсонга жисмоний жиҳатдан янги имкониятларни яратиб беради. Шу нуқтаи назардан н ёшлардаги маълум бир хусусиятлар ҳамда жисмоний тарбия ва спорт ўртасидаги алоқадорликни ўрганиш зарур ҳисобланади.

Жисмоний тарбия ва спорт инсонни жисмоний, ахлоқий баркамолликка эришишнинг муҳим омилidir. Спорт иродани, одамнинг мақсадга эришишга интилишини мустаҳкамлайди, қийинчиликларга сабр-тоқат билан чидашга ўргатади, одамда ғалабага ишонч, Ватанимиз, халқимиз шон-шуҳратини жаҳон ҳамжамияти олдида улуғлайдиган ютуқлардан фахрланиш ҳиссини тарбиялайди.

Бундан кўришиб турибдики ёшлар онги ва қалбида мустақиллик ғоясига юқори маънавият ва инсонпарварлик анъаналарига садоқат туйғулари янада чуқур илдиз отиши, радикализм ҳамда экстремизмдек ёт ғояларга қарши иммунитетини мустаҳкамлаш, жиноятчилик ва ҳуқуқбузарликларни олдини олишга қаратилган мақсадли ва тизмли равишда жисмоний тарбия ва спорт мусобақаларини ҳамда тадбирларни ўтказиб боришни йўлга қўйишимиз, жисмоний тарбия ва спорт орқали ёшларни жамиятда ўз ўринларини топиб олишларига имкониятлар яратишимизда ҳамкорлик тизимини йўлга қўйишимиз зарур.

Бунинг учун ёшлар орасида жисмоний тарбия ва оммавий спортга оид амалий компетенцияларни ҳамкорликда ривожлантириш бўйича ҳамкор ташкилот ва бошқармалар рўйхатини шакллантириш (оила, маҳалла, ҳар бир тумандаги сектор раҳбарлари, ёшлар иттифоқи, ички ишлар, соғлиқни сақлаш, халқ таълими, жисмоний тарбия ва спорт бошқармалари, муҳофаа бўлимлари, спорт федерация ва клублари, сиёсий партиялар, диний ташкилотлар ва бошқалар) улар ўртасида ҳамкорлик бўйича ўзаро низом ишлаб чиқиш ва тасдиқлаш долзарб масалалардан бўлиб турибди.

Бундан ташқари қуйида келтирилган вазифаларни ҳамкор ташкилот ва бошқармалар билан биргаликда узлуксиз амалга ошириш глобаллашув даврининг устувор вазифаларидан:

- барча туманлардаги тўртта сектор раҳбарлари ушмаган ёшлар бўйича қуйидаги вазифаларни бажарилишини ўз назоратига олишлари,

-маҳалла фуқаролар йиғинлари (МФЙ) аъзолари штат таркибида маҳаллалар ёшларининг қатламини жисмоний тарбия ва спортга жалб қилиш учун олий маълумотга эга жисмоний тарбия ва спорт мутахассисларини ишлашини таъминлаш,(Маҳалла спорти етакчиси)

- маҳаллаларда ёшлар қатлами орасида жисмоний тайёргарлиги ҳамда саломатлиги даражасини белгиловчи «Алпомиш» ва «Барчиной» махсус тестларини қабул қилиб бориш,

- маҳаллалар ҳудудларида маҳаллий хомийларни жалб этган ҳолда бир нечта спорт турларига ихтисослаштирилган универсал спорт майдонларини куриш, ушбу майдонлардан мақсадли фойдаланишни ташкиллаштириш, ёшлар билан ўтказиладиган машғулотларга спорт федерациялар ва клублар билан ҳамкорликда тажрибали мураббийларни жалб этиш,

- тўй ва давлат байрамларида оммалашган спорт турлари бўйича мусобақалар ташкил этишни ва ўтказишни янада оммалаштириш, уюлмаган ёшлар ўртасида оммавий спорт турлари бўйича маҳаллалар, туман секторлари, туманлараро ва вилоят босқичи мусобақаларини узлуксиз ўтказиб бориш;

- Осиё, жаҳон миқёсидаги ҳамда олимпиада ўйинларида фахрли ўринларни эгаллаган таниқли ўзбек спортчилари билан учрашувлар, семинар тренинглар ва маҳорат дарсларини ташкил этиш ва ўтказиш орқали ёшларни жисмоний тарбия ва оммавий спортга мотивациялаш,

- маҳалла фуқаролар йиғинлари бинолари олдида “Маҳалламиз ифтихорлари” номли тасвирий ойна ташкил этиб у ерда маҳалладаги иқтидорли спортчи ёшларни фотосурафтларини ўртак сифатида илиб қўйиш,

- ёшлар агентлиги раҳнамолигида вилоят босқичи мусобақаларида совриндор бўлган ва саралаб олинган иқтидорли спортчи ёшларни олий таълим муассасаларининг жисмоний тарбия йўналишига имтиёзли равишда таълим олишларини таъминлаш,

- ёшлар билан соғлом турмуш тарзи, диний экстримизм ва терроризм, жинойтчилик ва ҳуқуқбузарликлар, одам савдоси ҳамда ватанпарварлик мавзуларида шу соҳа вакиллари ҳамкорлигида семинар тренинглар, учрашувлар ташкил этиш,

- болалар ва ўсмирлар спорт мактаби мураббийлари, мактаб, коллеж жисмоний тарбия фани ўқитувчилари, спорт клуб ва федерацияларни маҳалла спортига кўмаклашишини ташкил этиш,

- ҳафтанинг бир кунини “Маҳаллада спорт” шиори остида турли тадбирларни узлуксиз ўтказиб бориш,

- олий таълим муассасалари жисмоний тарбия факултетининг битирувчи талабаларини маҳаллада ёшларни жисмоний тарбия ва спортга жалб этиш учун амалиётларга йўналтириш,

-ўрта мактабларнинг 10-11 синф ўқувчиларини мактабдан ташқари маҳалла спорти машғулотларига қамраб олиш ва улар орасидан иқтидорли спортчиларни саралаб олиш Ўзбекистон аҳолисининг 60 % дан ортиғи ёшлар ташкил қилишини инobatга оладиган бўлсак бу масалага умуммиллий масала сифатида қараш соҳа вакиллари билан ишлашни талаб этади.

Хулоса ўрнида шуни таъкидлаш лозимки, маҳаллаларда ёшлар онги ва қалбида мустақиллик ғоясига юқори маънавият ва инсонпарварлик анъаналарига садоқат туйғулари янада чуқур илдиз отиши, радикализм ҳамда экстремизмдек ёт ғояларга қарши иммунитетини мустаҳкамлаш, жиноятчилик ва ҳуқуқбузарликларни олдини олишга қаратилган мақсадли ва тизмли равишда жисмоний тарбия ва спорт мусобақаларини ҳамда тадбирларни ўтказиб боришни йўлга қўйишимиз, жисмоний тарбия ва оммавий спортга оид амалий компетенцияларини узлуксиз ривожлантириш орқали ёшларни жамиятда ўз ўринларини топиб олишларига имкониятлар яратилиши шубҳасиз.

### **Фойдаланилган адабиётлар**

1. *Ўзбекистон Республикаси Шавкат Мирзиёевнинг “Ўзбекистон Республикасини янада ривожлантириш бўйича Ҳаракатлар стратегияси тўғрисида”ги Фармони.7 феврал 2017 йил. Лех.уз.*

2. Ўзбекистон Республикаси Президентининг “ Оммавий спортни ривожлантириш ва соғлом турмуш тарзини ҳар бир фуқаронинг ҳаётига киритишга қаратилган чора-тадбирлар тўғрисида” ги ПҚЛ-1211/20 Қарори
3. <https://olamsport.com/uz/news/10793> 2020.11.01
4. Ahatov. L.K, Rasulov.A.G “Jismoniy tarbiya va sportda faol tadbirkorlik, innovatsion g‘oyalar va texnologiyalardan foydalanish”. Qarshi 2018.
5. Ф.Х. Усарова Ўзбекистон Республикаси Фанлар академияси ҳузуридаги Ўзбекистоннинг энг янги тарихи масалалари бўйича мувофиқлаштирувчиметодик марказ, сиёсий фанлар номзоди.
6. Mirzayev O. S., Ravshanov B. X. SPORTNING VOLEYBOL TURI BO‘YICHA MASHQLARNING KETMA-KETLIGINI TASHKIL ETISH //Scientific Impulse. – 2022. – Т. 1. – №. 4. – С. 163-166.
7. Тухтамурадова Н. А., Равшанов Б. Х. ЗНАЧЕНИЕ ГИМНАСТИКИ ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ //INTERNATIONAL SCIENTIFIC CONFERENCE" INNOVATIVE TRENDS IN SCIENCE, PRACTICE AND EDUCATION". – 2022. – Т. 1. – №. 3. – С. 122-126.