

SPORTCHILARNI SHAKLLANTIRISHDA JISMONIY TARBIYANING AHAMIYATI

Sarbarova Zulayxo Asqarjon qizi

Namangan davlat universiteti

Jismoniy madaniyat fakulteti magistri

Annotatsiya: Mazkur tezisdagi sportchilarni shakllantirishda jismoniy tarbiyaning ahamiyati haqida nazariy ma'lumot va amaliy tavsiyalar bayon etilgan.

Kalit soʻzlar: Jismoniy madaniyat mazmuni, sportchi, sportchi tayyorgarligi.

ЗНАЧЕНИЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ В СТАНОВЛЕНИИ СПОРТСМЕНОВ

Аннотация: В диссертации представлены теоретические сведения и практические рекомендации о значении физического воспитания в становлении спортсменов

Ключевые слова: Содержание физической культуры, спортсмен, подготовка спортсмена.

THE IMPORTANCE OF PHYSICAL TRAINING IN THE FORMATION OF ATHLETES

Annotation: This thesis provides theoretical information and practical recommendations on the importance of physical education in the formation of athletes.

Key words: The content of physical culture, athlete, athlete training.

Mavzuning dolzarbligi. Istiqlol tufayli Respublikamizda bozor iqtisodiyotiga asoslangan, huquqiy demokratik davlat va fuqarolik jamiyati barpo etilmoqda. Bu islohotlarning bosh maqsadi ozod va obod Vatan, erkin va farovon hayot qurishdir. Yurtimizda tub o‘zgarishlar ijtimoiy taraqqiyot qonunlarining talablarini hisobga olgan holda bosqichma-bosqich amalga oshirilmoqda.

Respublikamiz axolisini salomatligini yanada mustaxkamlash maqsadida Prezidentimiz Sh.M.Mirziyoyev tomonidan “Ommoviy sportni yanada rivojlantirish chora-tadbirlari to‘g‘risida”gi qarori chiqdi. Mazkur qarorda Respublikamiz aholisini barcha qatlamlari uchun jismoniy tarbiya va sport orqali salomatliklarini saqlashda va sport bilan shug‘ullanishlariga imkoniyatlar qanday darajada yaratilganligi batafsil yoritib berilgan. Shundan kelib chiqqan holda sportni ommoviy lashtirish uchun avvalo jismoniy madaniyatni aholi o‘rtasida ayniqsa, maktab o‘quvchilari orasida keng shakllanishi kelajakda sport bilan shug‘ullanish uchun mustahkam poydevor va sportchini shakllantirishda muhim vosita bo‘lib xizmat qiladi.[1]

Ishning maqsadi: Sportchini shakllantirishda jismoniy tarbiyaning ahamiyati nazariy va amaliy jihatdan o‘rganish.

Ishning vazifalari : 1) Sportchi va sport mashg‘ulotini o‘ziga xosligini aniqlash.
2) Jismoniy tarbiya darsining sport bilan aloqador tomonlarini tahlil qilish.

Jismoniy tarbiyani ahamiyati haqida so‘z yuritishdan avval shu atamaning mazmuniga alohida to‘xtalishimiz lozim. **Jismoniy tarbiya** – mazmuniga ko‘ra keng ma‘nodagi “**tarbiya**” deb nomlanadigan umumiy pedagogik tushuncha tarkibiga kiradi va tarbiya jarayonidagi tarbiyaviy, bilim (ta‘lim) berish, vazifalarini mutaxassis pedagogning yo‘naltiruvchi xizmati asosida ta‘lim taomillariga muvofiq yoki o‘zini-o‘zi tarbiyalash tartibida amalga oshiriladi.[2]

Jismoniy tarbiya – inson organizmini morfologiyasi va xizmati jihatidan takomillashtirish, uning hayoti uchun muhim bo‘lgan asosiy hayotiy – zaruriy harakat malakalari, ko‘nikmalari, ular bilan bog‘liq bo‘lgan nazariy bilim va amaliy malakalarni shakllantirish hamda harakat sifatlarini rivojlantirishga yo‘naltirilgan ko‘p yillik pedagogik jarayon hisoblanadi.[3]

Jismoniy tarbiyani yana bir ahamiyatli tomoni shundaki u orqali sportga bolani moslaymiz shakillantiramiz. Sportchini shakillantirishda avvalo yoshlik chog‘idan jismoniy tarbiya bilan shug‘ullanishiga keng imkon yaratishimiz, bolalarimizni mustaqil jismoniy tarbiya bilan shug‘illana olishlari uchun yo‘l ochib berishimiz lozim bo‘ladi. Shundagina biz sportchini tayyorlashda jismoniy tarbiyani ahamiyatini anglab yetamiz.

Xulosa

Odamni inson sifatida shakllana borishi jarayonida uning kamoloti darajasi, odob, axloq, madaniyat, ma’naviyat bilan mujassamlashadi. Hozirgi kunda kelajagimizni qanday bo‘lishi biz tarbiyalayotgan farzandlarga bog‘lik. Bunda kelajak avlodni kamolotida jismoniy tarbiya va sport faoliyati juda katta ta’sir ko‘rsatadi. Oilada shaxs kamol topadi, shaxsni ongli ma’suliyatni shakllantirish uni jamiyatga daxldor ekanligini anglatish barchasidan muhimdir.

Yuqoridagi fikrlardan ko‘rinib turibdiki, inson ma’naviyatli bo‘lishi uchun juda kup bilim va tafakkurga va ayni vaqtda jismoniy tarbiyalangan bo‘lishi lozim.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO‘YXATI

6. Sh. M. Mirziyoyev. Buyuk kelajagimizni mard va oliyjanob xalqimiz bilan birga quramiz. TOSHKENT “O‘zbekiston” 2017-yil 484. 5-b
7. A.Abdullayev, R.Rasulov, A.Xasanov UMUMIY O‘RTA VA KASB-HUNAR TA’LIMI TIZIMLARIDA JISMONIY TARBIYADAN SINFDAN TASHQARI ISHLAR Toshkent 2009. -200. b.
8. A.Abdullayev, Sh.X.Xonkeldiyev Jismoniy madaniyat nazaryasi va metodikasi. Bakalavr talabalar uchun darslik.- T. 2016. -410.b.
9. A.Abdullayev. Jismoniy madaniyat nazaryasi va metodikasi. Bakalavr talabalar uchun darslik.- T. 2018. -410.b.
10. Bondarevsky E .YA. Xankeldiyev SH. X. O‘quvchi yoshlarning jismoniy tayyorgarligi. Meditsina –T.: 1986.-204. b.