



OSIYO XALQARO
UNIVERSITETI



OSIYO XALQARO UNIVERSITETI AXBOROTNOMASI

Ilmiy-nazariy va metodik jurnal
Научно-теоретический и методический журнал
Scientific theoretical and methodical journal

EDITION 11

2025, №11

ISSN

ISSN 3030-3796 e
ISSN 3060-4915 p

<https://scientificjournal.uz/>



**Osiyo Xalqaro
Universiteti**

“OSIYO XALQARO UNIVERSITETI AXBOROTNOMASI”

Ilmiy-nazariy va metodik jurnal

2025-yil, 11-son

Jurnal 2024-yildan chiqa boshlangan

“KAMOLOT” nashriyoti

BUXORO – 2025



Muassis: OSIYO XALQARO UNIVERSITETI

Jurnal O'zbekiston Respublikasi Prezidenti Administratsiyasi
huzuridagi axborot va ommaviy kommunikatsiyalar agentligi tomonidan
2024-yil 04-aprel №25-0649-sonli guvohnoma bilan ro'yxatga olingan.



Bosh muharrir:

Elov Ziyodullo Sattorovich, Psixologiya fanlari doktori (DSc), dotsent.

Jamoatchilik kengashi raisi:

Dexkanov Suxrob Sobirovich, Osiyo xalqaro universiteti rektori

Mas'ul kotib:

Sattorov Mirshod Erkinovich

Psixologiya fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD)

Jurnal 2024-yilda tashkil etilgan, 1 oyda bir marta o'zbek, rus va ingliz
tillarida nashr etiladi.

Tahririyat manzili: 200100, O'zbekiston Respublikasi,

Buxoro shahri Namozgoh ko'chasi 24-uy,

E-mail: sjkamolot@gmail.com

Jurnal sayti: <https://scientificjournal.uz/>



ISSN 3030-3796 e

ISSN 3060-4915 p

1936



Maqolada keltirilgan faktlarning to'g'riligi uchun muallif mas'uldir.

	MILLIY UYG'ONISHDAN INTELLEKTUAL RENESSANS GACHA: JADIDLAR ORZUSI VA ZAMONAVIY INSON KAPITALI KONSEPSIYASI	83
14	Feruz Sayidov DETERMINING THE MANAGEMENT AND EFFECTIVENESS OF JUDO TRAINING ORGANIZED FOR YOUTH	95
15	Ahmadoy Hondamir Shodmon o'g'li FUTBOLCHILARNING TAYYORGARLIK MASHG'ULOTLARI VA VOSITALARDAN FOYDALANISH ASOSLARI	100
16	Kurbonov Hakim Khaidarkulovich PSYCHOLOGICAL ASPECTS OF VOLLEYBALL PLAYERS: KEY FACTORS INFLUENCING SUCCESS IN SPORTS	107
17	Ahmadoy Hondamir Shodmon o'g'li FUTBOLCHILARNING TAYYORGARLIK MASHG'ULOTLARI VA VOSITALARDAN FOYDALANISH ASOSLARI	100
18	Kurbanov Djurabek Ismatovich JISMONIY TARBIYA VA SPORT ORQALI YOSHLARNING IJTIMOYIY FAOLLIGINI RIVOJLANTIRISH	106
19	Yodgorova Go'zal Olim qizi IMOM AL-BUXORIY MEROSI VA UNING TARBIYAVIY AHAMIYATI	113
19.00.06 – PSIXOLOGIYA FANLARI		
20	Jabborov Xazrat Xusenovich. MILLIY TARBIYA TARG'IBOTI SAMARADOROLIGINING IJTIMOYIY-PSIXOLOGIK OMILLARI	118
	Maxamatov Nurmuxammad Odilovich. HARBIY XIZMATCHILARDA ISH-OILA MUVOZANATINI BOSHQARISH STRATEGIYALARI	126
21	Kurbonov Hakim Khaidarkulovich PSYCHOLOGICAL ASPECTS OF VOLLEYBALL PLAYERS: KEY FACTORS INFLUENCING SUCCESS IN SPORTS	132
22	Saidov Golibjon Komilovich PSYCHOLOGICAL FEATURES OF LEARNING PSYCHOLOGICAL ADAPTATION PROCESSES OF ATHLETES IN TEAM SPORTS	137
23	Samatova Sevara G'ayratovna. AFFILIATSIYA MOTIVI IJTIMOYIY-PSIXOLOGIK QONUNIYAT SIFATIDA	143
24	Nazarova Manzura Mustafo qizi. O'ZBEKISTON TA'LIM TIZIMIGA XORIJIY TALABALAR KIRIB BORISHI JARAYONIDAGI MADANIYATLARARO MOSLASHUVNING IJTIMOYIY-PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI	150
25	Baratov Xumoyin Sharipovich JISMONIY TARBIYA O'QITUVCHILARINING KASBIY KOMPETENTLIGINI RIVOJLANTIRISHDA INNOVATSION TA'LIM TEXNOLOGIYALARI VA PSIXOLOGIK YONDASHUVLARNING O'RNI	157
26	Allakov Ilhom Oqmurodovich O'SMIR XULQ-ATVORINING SHAKLLANISHIGA TA'SIR ETUVCHI ZAMONAVIY MEDIA TA'SIRNING IJTIMOYIY-PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI	163

JISMONIY TARBIYA VA SPORT ORQALI YOSHLARNING IJTIMOIIY FAOLLIGINI RIVOJLANTIRISH

Kurbanov Djurabek Ismatovich

Sport nazariyasi va metodikasi kafedrasida katta o'qituvchisi

ANNOTATSIYA

Mazkur maqolada sport va jismoniy tarbiyaning yoshlarning ijtimoiy faolligini rivojlantirishdagi o'rnini tahlil qilinadi. Unda qadimiy davrlardan to hozirgi kungacha sportning tarbiyaviy, sog'lomlashtiruvchi hamda ijtimoiy qadriyatlarini shakllantirishdagi ahamiyati ilmiy asosda yoritilgan. Shuningdek, zamonaviy ta'lim jarayonida sport mashg'ulotlarini tashkil etishning pedagogik asoslari, raqamli texnologiyalardan foydalanish imkoniyatlari hamda O'zbekiston tajribasi misolida yoshlarni sportga keng jalb etish yo'llari ko'rib chiqilgan. Tadqiqot natijalari sport va jismoniy tarbiya yoshlarning nafaqat sog'lom turmush tarzini shakllantirish, balki ularni ijtimoiy faol, tashabbuskor va vatanparvar shaxs sifatida tarbiyalashda muhim vosita ekanini ko'rsatadi.

MAQSAD:

Ushbu tadqiqotning maqsadi jismoniy tarbiya va sport mashg'ulotlarining yoshlarning ijtimoiy faolligi, kommunikativ ko'nikmalari, liderlik sifatleri va jamiyatdagi faol ishtirokini oshirishdagi o'rnini aniqlashdan iborat.

MATERIALLAR VA METODLAR:

Tadqiqot davomida ilmiy adabiyotlar tahlili, kuzatuv, so'rovnoma, suhbat va taqqoslash metodlaridan foydalanildi. Sport to'garaklarida qatnashuvchi yoshlar va oddiy o'quvchilar o'rtasida ijtimoiy faollik darajasini solishtirish orqali amaliy natijalar olindi.

MUHOKAMA VA NATIJALAR:

Olingan natijalar sport bilan muntazam shug'ullanuvchi yoshlar o'zaro muloqotga kirishish, jamoada ishlash, tashabbus ko'rsatish va mas'uliyatni his qilish bo'yicha yuqori ko'nikmalarga ega ekanini ko'rsatdi. Sport mashg'ulotlari ularda intizom, o'ziga ishonch va muammolarni hal etish qobiliyatlarini rivojlantirishi aniqlandi. Jismoniy tarbiya jarayoniga faol jalb qilingan yoshlarning ijtimoiy loyihalarda ishtiroki ham yuqori bo'lgani kuzatildi.

XULOSA:

Jismoniy tarbiya va sport yoshlarning ijtimoiy faolligini rivojlantirishning samarali vositasi hisoblanadi. Ularning shaxsiy fazilatleri, ijtimoiy moslashuvi va jamiyatda faol pozitsiya egallashiga kuchli ta'sir ko'rsatadi. Sport to'garaklari, musobaqalar va ommaviy sport tadbirlarini kengaytirish yoshlarning ijtimoiy faolligini yanada oshirishga xizmat qiladi.

KALIT SO'ZLAR

Sport, jismoniy tarbiya, yoshlar, ijtimoiy faollik, ta'lim, sog'lom turmush tarzi, raqamli texnologiyalar, pedagogik asoslar, vatanparvarlik.

DEVELOPING YOUTH SOCIAL ACTIVITY THROUGH PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS

Kurbanov Djurabek Ismatovich

Senior Lecturer, Department of Theory and Methodology of Sports

ANNOTATION

This article analyzes the role of sports and physical education in developing the social activity of young people. It scientifically explores the educational, health-enhancing, and social value-forming significance of sports from ancient times to the present day. Additionally, the pedagogical foundations of organizing sports activities in modern educational processes,

opportunities for using digital technologies, and methods of engaging young people in sports based on the experience of Uzbekistan are examined. The research results show that physical education and sports contribute not only to promoting a healthy lifestyle but also to nurturing socially active, initiative-driven, and patriotic individuals.

PURPOSE:

The purpose of this study is to determine the role of physical education and sports activities in enhancing the social activity, communication skills, leadership qualities, and public participation of young people.

MATERIALS AND METHODS:

During the study, literature analysis, observation, surveys, interviews, and comparative methods were used. Practical results were obtained by comparing the level of social activity between students involved in sports clubs and those who do not participate in sports activities.

DISCUSSION AND RESULTS:

The findings indicate that young people who regularly engage in sports possess stronger communication skills, teamwork abilities, initiative, and a sense of responsibility. Sports activities were shown to develop discipline, self-confidence, and problem-solving abilities. It was also observed that students actively involved in physical education participate more frequently in social projects.

CONCLUSION:

Physical education and sports are effective tools for developing social activity among young people. They significantly influence the formation of personal qualities, social adaptation, and active participation in society. Expanding sports clubs, competitions, and mass sports events will further contribute to increasing social activity among youth.

KEYWORDS:

Sport, physical education, youth, social activity, education, healthy lifestyle, digital technologies, pedagogical foundations, patriotism.

**РАЗВИТИЕ СОЦИАЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ МОЛОДЁЖИ ЧЕРЕЗ
ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ И СПОРТ**

Курбанов Джурабек Исматович

Старший преподаватель кафедры теории и методики спорта

АННОТАЦИЯ

В данной статье анализируется роль спорта и физического воспитания в развитии социальной активности молодёжи. С научной точки зрения раскрывается воспитательная, оздоровительная и ценностно-формирующая значимость спорта от древних времён до наших дней. Рассматриваются педагогические основы организации спортивных занятий в современном образовательном процессе, возможности применения цифровых технологий, а также пути привлечения молодёжи к спорту на примере опыта Узбекистана. Результаты исследования показали, что физическое воспитание и спорт способствуют не только формированию здорового образа жизни, но и воспитанию социально активной, инициативной и патриотичной личности.

ЦЕЛЬ:

Цель исследования — определить роль физического воспитания и спортивных занятий в повышении социальной активности, коммуникативных навыков, лидерских качеств и общественного участия молодёжи.



МАТЕРИАЛЫ И МЕТОДЫ:

В ходе исследования использовались анализ научной литературы, наблюдение, анкетирование, беседа и сравнительный метод. Путём сравнения уровня социальной активности учащейся молодёжи, занимающейся спортом и не участвующей в спортивных секциях, были получены практические результаты.

ОБСУЖДЕНИЕ И РЕЗУЛЬТАТЫ:

Полученные данные показали, что молодые люди, регулярно занимающиеся спортом, обладают более развитыми навыками общения, умением работать в коллективе, инициативностью и ответственностью. Спортивные занятия способствуют развитию дисциплины, уверенности в себе и навыков решения проблем. Также установлено, что молодёжь, активно участвующая в физическом воспитании, чаще вовлекается в социальные проекты.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ:

Физическое воспитание и спорт являются эффективными средствами развития социальной активности молодёжи. Они оказывают значительное влияние на формирование личностных качеств, социальную адаптацию и активную гражданскую позицию. Расширение спортивных секций, соревнований и массовых спортивных мероприятий будет содействовать дальнейшему повышению социальной активности молодёжи.

КЛЮЧЕВЫЕ СЛОВА:

Спорт, физическое воспитание, молодёжь, социальная активность, образование, здоровый образ жизни, цифровые технологии, педагогические основы, патриотизм.

Bugungi globallashuv jarayonida jamiyat taraqqiyoti nafaqat iqtisodiy va siyosiy omillarga, balki aholining, ayniqsa, yoshlarning jismoniy va ma'naviy rivojlanishiga ham bevosita bog'liqdir. Zero, sog'lom va barkamol avlod – har qanday jamiyat taraqqiyotining poydevori hisoblanadi. Shu nuqtai nazardan qaralganda, jismoniy tarbiya va sport faoliyati yoshlarni sog'lomlashtirish, ularning ijtimoiy faolligini oshirish, vatanparvarlik ruhini kuchaytirish hamda irodaviy sifatlarni shakllantirishda muhim vosita sifatida e'tirof etiladi.

Sportning nafaqat sog'liqni mustahkamlash, balki shaxsning ijtimoiy hayotga faol integratsiyalashuviga ta'siri ham alohida ahamiyat kasb etadi. Mashg'ulotlar jarayonida yoshlar jamoada ishlash, o'zaro yordam, tartib-intizom, sabr-toqat, halollik, adolat va do'stlik kabi ijtimoiy qadriyatlarni o'zlashtiradilar. Natijada ular jamiyatda faol fuqarolik pozitsiyasiga ega bo'lib, tashabbuskor va mas'uliyatli shaxslar sifatida shakllanadi.

Shu sababli O'zbekiston Respublikasida so'nggi yillarda jismoniy tarbiya va ommaviy sportni keng joriy etish, yoshlarni sportga jalb etish davlat siyosatining ustuvor yo'nalishlaridan biri sifatida belgilangan. Xususan, "Har bir oila – sport bilan" dasturi doirasida sport infratuzilmasini rivojlantirish, mahallalarda sport maydonchalari barpo etish, umumta'lim maktablari va oliy ta'lim muassasalarida jismoniy tarbiya darslari va sport to'garaklari faoliyatini takomillashtirish bo'yicha qator chora-tadbirlar amalga oshirilmoqda. Bundan tashqari, yoshlar o'rtasida "Universiada" va turli sport musobaqalarining muntazam o'tkazilishi ularning sog'lom turmush tarziga amal qilishlari bilan birga, ijtimoiy faolligini ham oshirmoqda. Sport va jismoniy tarbiya faoliyati globallashuv davrida yoshlarning sog'lom turmush tarzini shakllantirish, ularni jismoniy va ma'naviy jihatdan barkamol etib tarbiyalash, ijtimoiy faolligini oshirish va kelajakda jamiyat taraqqiyotiga munosib hissa qo'shuvchi shaxs sifatida voyaga yetkazishda muhim omil bo'lib xizmat qilmoqda.

Sport va jismoniy tarbiya qadim zamonlardan boshlab inson hayotining ajralmas qismi bo'lib kelgan. Dastlab, u amaliy ehtiyojlardan – ov qilish, o'zini himoya qilish, jamoada

yashash qobiliyatlarini rivojlantirish maqsadida shakllangan bo'lsa, keyinchalik yosh avlodni chiniqtirish, jasurlikka, chaqqonlikka, chidamlilikka o'rgatishning muhim vositasiga aylangan. Sharq mutafakkirlari yoshlarning tarbiyasida sport va jismoniy mashqlarni muhim o'rinlardan biriga qo'yganlar. Masalan: Abu Ali ibn Sino o'zining "Tib qonunlari" asarida sog'lom turmush tarzi haqida to'xtalar ekan, jismoniy mashqlarni sog'liqni mustahkamlash, aqliy faoliyatni kuchaytirish va yoshlarni chiniqtirishning eng samarali vositasi sifatida ta'riflaydi. Alisher Navoiy "Mahbub ul-qulub" asarida yoshlarni chaqqonlik, mardlik, epcillik, sabr-toqat kabi sifatlarni sport mashqlari orqali tarbiyalash zarurligini uqtiradi. Qadimgi Yunonistonda yoshlar tarbiyasida sport alohida ahamiyat kasb etgan. Miloddan avvalgi 776-yildan boshlab o'tkazilgan Olimpiya o'yinlari nafaqat jismoniy qobiliyatni, balki axloqiy-ruhiy tarbiyani ham rivojlantirishga xizmat qilgan. Yoshlar uchun kurash, disk uloqtirish, yugurish va nayza uloqtirish kabi mashqlar asosiy tayyorgarlik hisoblangan. Qadimgi Rimda esa "sog'lom tana – sog'lom aql" (mens sana in corpore sano) tamoyili yoshlar tarbiyasida asosiy shior sifatida qo'llanilgan. Bu tamoyil yoshlarni harbiy xizmatga tayyorlash bilan birga, ularning ijtimoiy faolligini ham oshirgan.

O'zbek xalqi tarixida ham sportning yosh avlod tarbiyasidagi o'rni beqiyos bo'lgan. Ajdodlarimiz qadimdan kurash, ot chopish, kamondan otish, chavandozlik, poyga, uloq-ko'pkari kabi milliy sport turlari orqali yoshlarni mardlik, jasurlik va jamoaviylik ruhida tarbiyalaganlar. Mahmud Qoshg'ariy "Devonu lug'otit turk" asarida turkiy xalqlar hayotida kurash va ot o'yinlarining yoshlarni chiniqtirishdagi o'rni haqida alohida to'xtaladi. Shuningdek, Amir Temur "Temur tuzuklari"da yoshlarning jismoniy chiniqishi, jangovar tayyorgarligi, ot minish va qurol ishlatishni mukammal o'rganishi davlat mustahkamligining asosiy garovi ekanini ta'kidlaydi.

Tarixiy manbalarga ko'ra, qadimgi Yunonistonda 12 yoshdan 18 yoshgacha bo'lgan barcha o'smirlar majburiy ravishda sport mashg'ulotlari (gimnastika, kurash, yugurish) bilan shug'ullangan. O'zbekiston hududida o'tkazilgan arxeologik tadqiqotlar (Afrosiyob, Termiz, Xorazm yodgorliklari) qadimgi ajdodlarimiz orasida kurash, chavandozlik va jismoniy mashqlar keng tarqalganini tasdiqlaydi. Milliy kurash bo'yicha olib borilgan tadqiqotlarda qayd etilishicha, yoshlar sport maktablariga jalb qilingan taqdirda ularning 70–75 foizi ijtimoiy faol va intizomli shaxslar sifatida shakllanadi.

Zamonaviy ta'lim jarayoni nafaqat bilim berishga, balki shaxsni har tomonlama kamol toptirishga qaratilgan. Shu nuqtayi nazardan jismoniy tarbiya va sport faoliyati ta'limning ajralmas tarkibiy qismi sifatida ko'riladi. Chunki u yoshlarning sog'lig'ini mustahkamlash bilan birga, ularni ijtimoiy hayotda faol ishtirok etishga tayyorlaydi.

1. Jismoniy tarbiya va sport – kompetensiyaviy ta'limning muhim qismi hisoblanadi.

Bugungi ta'lim tizimi kompetensiyaviy yondashuvga asoslangan bo'lib, unda nafaqat bilim, balki ko'nikma va malakalarni shakllantirish ustuvor vazifa hisoblanadi. Jismoniy tarbiya mashg'ulotlari orqali:

- ijtimoiy kompetensiya (jamoada ishlash, hamkorlik qilish, mas'uliyatni bo'lishish);
- shaxsiy kompetensiya (o'zini boshqarish, intizom, irodaviy sifatlar);
- sog'lom turmush tarzi kompetensiyasi (sport bilan muntazam shug'ullanish, sog'liqni asrash) rivojlanadi.

Bu esa yoshlarning nafaqat o'quv jarayonida, balki kelajakdagi kasbiy faoliyatida ham faol bo'lishiga zamin yaratadi.

2. Sport va raqamli ta'lim integratsiyasi

Zamonaviy ta'lim jarayonida raqamli texnologiyalar keng joriy qilinmoqda. Ularni jismoniy tarbiya va sport bilan uyg'unlashtirish yoshlarning ijtimoiy faolligini oshirishga xizmat qiladi. Masalan:

- onlayn sport darslari va mobil ilovalar orqali jismoniy mashqlarni bajarish;
- sportchi va o'quvchilarning natijalarini elektron platformalarda monitoring qilish;
- virtual musobaqalar orqali yoshlarni ommaviy sportga keng jalb qilish.

3. Ta'lim muassasalari va sportning ijtimoiylashtiruvchi vazifasi

Umumta'lim maktablari, oliy ta'lim muassasalari hamda sport maktablari o'quvchilarning ijtimoiy faolligini oshirishda asosiy maydon hisoblanadi.

Bu jarayonda:

- sport musobaqalari yoshlarni jamoaviylik va hamkorlikka o'rgatadi;
- "Universiada", "Talabalar spartakiadasi" kabi ta'lim tizimidagi sport tadbirlari yoshlarning raqobatbardoshligini kuchaytiradi;
- sport orqali yoshlar o'z qiziqishlarini namoyon qilish va ijtimoiy loyihalarda ishtirok etish imkoniyatiga ega bo'ladi.

4. Ijtimoiy faol shaxsni shakllantirishda sportning ta'siri

Zamonaviy ta'lim shaxsni faol fuqarolik pozitsiyasiga ega inson sifatida shakllantirishni maqsad qiladi. Sport va jismoniy tarbiya esa bu maqsadga erishishning eng samarali yo'llaridan biridir.

Sport orqali yoshlar:

- sog'lom turmush tarzini hayotiy qadriyat sifatida qabul qiladilar;
- tashabbuskorlik va yetakchilik sifatlarini rivojlantiradilar;
- ijtimoiy mas'uliyatni chuqur anglaydilar.

5. Sport faoliyati orqali yoshlar

- intizom va mas'uliyatni chuqur anglaydilar, tartib-intizomga amal qilishni hayotiy zarurat sifatida qabul qiladilar;

- jamoada ishlash ko'nikmalarini rivojlantirib, hamkorlik, o'zaro yordam va yetakchilik sifatlarini shakllantiradilar;

- irodaviy sifatlar – sabr-toqat, matonat, qat'iyat va o'zini boshqarish qobiliyatlarini mustahkamlaydilar;

- ijtimoiy qadriyatlar – do'stlik, o'zaro hurmat, hamkorlik, millatlararo totuvlik kabi tushunchalarni o'z hayotida tatbiq etadilar.

Shuningdek, sport musobaqalarida ishtirok etish, turli jamoaviy mashg'ulotlarda qatnashish yoshlarning jamoat ishlariga bo'lgan qiziqishini oshiradi, ularni faol fuqarolik pozitsiyasini shakllantirishga tayyorlaydi. Natijada, sport shaxsning jismoniy rivojlanishi bilan birga, uning ijtimoiy hayotda o'z o'rnini topishiga xizmat qiladi.

Sport turlari, xususan, kurash, futbol, voleybol, gimnastika, yengil atletika kabi mashg'ulotlar yoshlarning jismoniy qobiliyatlarini rivojlantirish bilan bir qatorda, ularda ijtimoiy faollikni ham oshiradi. Har bir sport turi yoshlarning shaxsiy va ijtimoiy sifatlariga o'ziga xos tarzda ta'sir etadi:

Jamoaviy sport turlari (futbol, basketbol, voleybol) orqali yoshlar o'zaro hamkorlikni chuqurlashtiradilar, jamoada umumiy maqsad sari intilish, mas'uliyatni taqsimlash, yetakchilik va muomala madaniyatini rivojlantiradilar.

Yakkakurash turlari (kurash, dzyudo, boks) irodaviy sifatlarini mustahkamlab, shaxsning o'zini nazorat qilish, qaror qabul qilish va raqibga nisbatan hurmat bilan munosabatda bo'lish ko'nikmalarini shakllantiradi. Sport musobaqalari yoshlar uchun raqobatbardoshlikni oshirish, o'z maqsadiga erishish yo'lida qat'iyatli bo'lish, stressli vaziyatlarda o'zini boshqarish

qobiliyatlarini rivojlantirishning eng samarali vositasidir. Shu bilan birga, sport yoshlarning bo'sh vaqtini mazmunli tashkil etishga yordam beradi, zararli odatlardan uzoqlashtiradi va jamiyatda sog'lom turmush tarzi madaniyatini keng yoyishga xizmat qiladi.

Jismoniy tarbiya darslari va sport mashg'ulotlarini samarali tashkil etish zamonaviy pedagogik texnologiyalarga asoslanishi zarur. Chunki an'anaviy metodlar bilan cheklanib qolish yoshlarning sportga bo'lgan qiziqishini kamaytiradi, ijtimoiy faollikni rivojlantirish imkoniyatlarini cheklaydi.

Shu sababli quyidagi pedagogik yondashuvlar muhim hisoblanadi:

Individual yondashuv – har bir o'quvchi yoki sportchining yosh, jins, sog'lig'i va shaxsiy imkoniyatlaridan kelib chiqib mashg'ulot dasturini shakllantirish;

Motivatsiya – sportchi va o'quvchilarda qiziqish uyg'otish, maqsad sari intilish ruhini shakllantirish, rag'batlantirish usullaridan samarali foydalanish;

Raqamli texnologiyalar – sport jarayonini monitoring qilish, natijalarni aniq o'lchash, mashg'ulot samaradorligini ilmiy asosda tahlil qilish imkonini beruvchi vositalardan foydalanish.

O'zbekiston Respublikasida yoshlar sportini rivojlantirish va ijtimoiy faolligini oshirish davlat siyosatining ustuvor yo'nalishlaridan biridir. Xususan, "Harakatlar strategiyasi", "Yoshlar ittifoqi" faoliyati, "Sog'lom avlod uchun" jamg'armasi, "Universiada" o'yinlari kabi loyihalar yoshlarning sport orqali kamol topishiga keng imkoniyat yaratmoqda. Mahallalarda sport maydonchalari, trenajyor zallari va ommaviy sport inshootlari barpo etilishi yoshlarning muntazam sport bilan shug'ullanishi uchun qulay sharoit yaratmoqda. Prezident tashabbusi bilan joriy etilgan "Har bir oila – sport bilan" dasturi esa jismoniy tarbiya va sportni keng targ'ib etish, aholining barcha qatlamlarini, ayniqsa yoshlarni muntazam shug'ullanishga jalb etishda katta ahamiyat kasb etmoqda. Kelgusida, sport tizimida raqamli texnologiyalarni joriy etish, ilmiy-tadqiqot ishlari asosida yangi metodikalarni ishlab chiqish, xalqaro tajribadan keng foydalanish yoshlarning ijtimoiy faolligini oshirishda yanada samarali bo'ladi. Shu jihatdan qaraganda, sport nafaqat sog'lom avlodni tarbiyalash, balki faol, tashabbuskor va vatanparvar yoshlarni shakllantirishning asosiy vositasi sifatida qaraladi.

XULOSA

Xulosa qilib aytganda qadimgi davrlardan boshlab sport yosh avlod tarbiyasida jasurlik, chidamlilik, sog'lom turmush tarzi va ijtimoiy faollikni shakllantirishda muhim vosita bo'lib kelgan. Sharq mutafakkirlari ham o'z asarlarida insonning jismoniy va ma'naviy barkamolligi o'zaro uzviy bog'liqligini ta'kidlaganlar. Masalan, Abu Ali ibn Sino "Tib qonunlari" asarida jismoniy mashqlarni sog'liqni saqlash va insonning faol hayot kechirishi uchun zaruriy omil sifatida ko'rsatadi. Ajdodlarimizning hikmatlari, qadimiy milliy o'yinlari va amaliy tajribasi hozirgi kunda ham yoshlar tarbiyasida dolzarb ahamiyat kasb etmoqda. Zamonaviy ta'lim jarayonida sport va jismoniy tarbiya faqatgina sog'lom turmush tarzini shakllantirish emas, balki yoshlarning ijtimoiy faolligini rivojlantirishda ham hal qiluvchi rol o'ynaydi. Sport faoliyatida qatnashgan o'quvchi yoki talaba nafaqat jismonan chiniqadi, balki jamoadorlik, o'zaro hurmat, tartib-intizom va yetakchilik sifatlarini ham egallaydi. Bunday fazilatlar esa yoshlarning jamiyat hayotida faol bo'lishini ta'minlaydi. Ta'lim tizimida sport mashg'ulotlarini keng joriy etish, innovatsion pedagogik yondashuvlardan foydalanish, raqamli texnologiyalar yordamida jismoniy tarbiya jarayonini samarali tashkil etish yoshlarning qiziqishini oshiradi. Xususan, virtual sport musobaqalari, onlayn mashg'ulotlar va interfaol platformalar bugungi kunda sportga bo'lgan qiziqishni yanada kuchaytirib, yoshlarni faol ishtirokchi sifatida shakllantirishga xizmat qilmoqda. Shuningdek, turli sport tadbirlariga muntazam jalb etilgan yoshlar tashabbuskorlik, ijtimoiy mas'uliyat, vatanparvarlik va hamjihatlik ruhida



tarbiyalanadilar. Sport musobaqalari ularni sog'lom raqobat, adolat, halollik va do'stlik qadriyatlariga o'rgatadi. Bu esa yoshlarning kelgusida ham jamiyatning faol, mas'uliyatli va yetuk a'zolari bo'lib shakllanishida muhim o'rin tutadi. Qadimiy davrlardan meros bo'lib kelayotgan sport va jismoniy tarbiya qadriyatlarini zamonaviy ta'lim jarayoniga uyg'unlashtirish orqali biz nafaqat jismonan baquvvat, balki ijtimoiy faol, ma'naviy yetuk va vatanparvar yoshlarni voyaga yetkazish imkoniyatiga ega bo'lamiz.

ADABIYOTLAR RO'YXATI

1. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining "Har bir oila – sport bilan" dasturi to'g'risidagi qarori. – Toshkent, 2020.
2. Xodjayev R.X., Mamatqulov A. Jismoniy tarbiya nazariyasi va metodikasi. – Toshkent: O'qituvchi, 2015.
3. Matyoqubov B. Sport pedagogikasi. – Toshkent: Tafakkur, 2019.
4. Qodirov A., Usmonxo'jayev M. Jismoniy tarbiya va sport asoslari. – Toshkent: Fan va texnologiya, 2017.
5. Platon. Gosudarstvo (Davlat). – Moskva: Nauka, 1994.
6. Ibn Sino A.A. Tib qonunlari (Al-Qonun fi't-tibb). – Toshkent: Abu Ali Ibn Sino nomidagi tibbiyot nashriyoti, 1980.
7. World Health Organization (WHO). Global Action Plan on Physical Activity 2018–2030: More Active People for a Healthier World. – Geneva: WHO Press, 2018.



OSIYO XALQARO UNIVERSITETI AXBOROTNOMASI Ilmiy-nazariy va metodik jurnal 11-son (2025-yil, noyabr) Jurnal 2024-yildan chiqa boshlagan	Jurnal oliy o‘quv yurtlarining professor- o‘qituvchilari, ilmiy tadqiqotchilar, ilmiy xodimlar, magistrantlar, talabalar, akademik litsey va kasb-hunar kollejlari hamda maktab o‘qituvchilari, shuningdek, keng ommaga mo‘ljallangan. Jurnalda nazariy, ilmiy- metodik, muammoli maqolalar, fan va texnikaga oid yangiliklar, turli xabarlar chop etiladi. Original maket uchun mas‘ul: Mirshod SATTOROV Maqolalarni qabul qiluvchi: Ziyodullo ELOV	Jurnal tahririyat kompyuterida sahifalandi. Chop etish sifati uchun bosmaxona javobgar. Bosishga ruxsat etildi 29.11.2024 Tezkor bosma usulda bosildi. Adadi – 100 nusxa Buyurtma № 11 Bahosi kelishilgan narxda. “BUXORO DETERMINANTI” MCHJ bosmaxonasida chop etiladi. Bosmaxona manzili: Buxoro shahri Namozgoh ko‘chasi 24- uy.
---	--	---

**Eslatma: Jurnal “OSIYO XALQARO UNIVERSITETI” MCHJ va
“BUXORO DETERMINANTI”**

MCHJ Kamolot nashriyoti tasarrufidadir.

Jurnaldan ko‘chirib bosish tahririyatning roziligi bilan amalga oshiriladi!

ЎЗБЕКИСТОН RESPUBLIKASI PREZIDENTI ADMINISTRATSIIYASI
АХБОРОТ ВА ОММАВИЙ KOMMUNIKATSIYALAR АГЕНТЛИГИ

ГУВОХНОМА

№ 250649

"BUXORO DETERMINANTI" MAS'ULIYATI CHEKLANGAN JAMIYAT

Оммавий ахборот воситаси давлат рўйхатидан ўтказилганлиги тўғрисидаги
гувоҳнома

ЛИЦЕНЗИЯ РЕЕСТРИ БЎЙИЧА ТАРТИБ РАҚАМИ
С-5669527

СТИР (СОЛЎҚ ТЎЛОВЧИНИНГ ИДЕНТИФИКАЦИОН РАҚАМИ)
309343334

АМАЛ ҚИЛИШ МУДДАТИ
04.04.2024-дан - чексиз

ЖОЙЛАШГАН МАНЗИЛИ (ПОЧТА МАНЗИЛИ)
Бухоро вилояти, Бухоро шаҳри, Намозгоҳ, дом 24

ВАКОЛАТЛИ ОРГАН
Ўзбекистон Республикаси Президенти Администрацияси ҳузуридаги Ахборот ва оммавий
коммуникациялар агентлиги

04.04.2024 14:09
ТАҚДИМ ЭТИЛГАН САНА



Гувоҳнома № 250649

Фаолият тури

Оммавий ахборот воситаси сифатида фаолиятни амалга ошириш

Қўшимча маълумотлар

ҚўШИМЧА МАЪЛУМОТЛАР

Оммавий ахборот воситасининг номи	Оммавий ахборот воситасининг тили	Оммавий ахборот воситасининг тури
OSYO XALQARO UNIVERSITETI AXBOROTNOMASI	O'zbek, rus, ingliz, turk tillari	Журнал

ТАРҚАТИЛИШ ХУДУДИ ВА ШАКЛИ

Тарқатилиш худуди ва шакли	Худуд	Тарқатилиш шакли
Республика миқёсида		Онлайн



Журнал О'zbekiston Respublikasi Prezidenti Administratsiyasi
huzuridagi axborot va ommaviy kommunikatsiyalar agentligi tomonidan
2024-yil 04-aprel №25-0649-sonli guvohnoma bilan ro'yxatga olingan.

O'ZBEKISTON RESPUBLIKASI
OLIV TATLIM, FAN VA INNOVATSIYALAR
VAZIRLIGI HUZURIDAGI
OLIV ATTESTATSIIYA
KOMISSIYASI

10047, Toshkent sh. Y. G'ulomov ko'chasi, 70
Tel: (71) 233-38-83, Fax: (71) 233-86-47
E-mail: info@oak.uz, https://oak.uz

SUPREME ATTESTATION
COMMISSION
AT THE MINISTRY OF HIGHER
EDUCATION, SCIENCE AND INNOVATIONS
OF THE REPUBLIC OF UZBEKISTAN

70, Y. G'ulomov st., Toshkent, 10047
Tel: (71) 233-38-83, Fax: (71) 233-86-47
E-mail: info@oak.uz, https://oak.uz

№ 25/2024-28-08-2024-y.

Осиё халқаро университетига

Олий аттестация комиссияси Осиё халқаро университетининг
мурожаати (08.08.2024 й., №01-563) кўра ОАК Раёсатининг 2024 йил 28
августдаги 360/5-сон қарорига мувофиқ педагогика ва психология фанлари
бўйича фалсафа доктори (PhD) ва фан доктори (DSc) илмий даражасига
таълибдорларнинг диссертация ишлари юзасидан диссертациялари асосий
илмий натижаларини chop etish tavsiya etilgan илмий наслрлар
руйхатига "Осиё халқаро университети ахборотномаси" илмий-назарий ва
методик журнали (<http://scientificjournal.uz>) кiritilganligini маълум қилади.

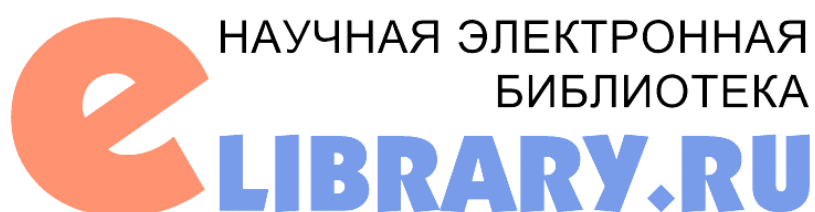
Изох: Педагогик технологиялар ва психологик тадқиқотлар (23.08.2024 й., №8)
бўйича Эксперт кенгаши тавсияси; ОАК Тартиб-қоида комиссияси қарори (27.08.2024 й.,
№8/23); ОАК Раёсатининг қарори (28.08.2024 й., №360/5).

Бош илмий котиб

А.А.Шермухамедов

Нарзиб: Т.Ш.Мамитмухамедов

Журнал О'zbekiston
Respublikasi OAK Rayosatining
2024-yil 28-avgustdagi 360-son
qaroriga asosan pedagogika,
psixologiya, fanlari bo'yicha falsafa
doktori (PhD) va fan doktori (DSc)
ilmiy darajasiga talabgorlarning
dissertatsiya ishlari yuzasidan
"Dissertatsiyalar asosiy ilmiy
natijalarini chop etish tavsiya etilgan
ilmiy nashrlar ro'yxati" ga kiritilgan.



<https://scientificjournal.uz/>



ISSN

ISSN 3030-3796 e

ISSN 3060-4915 p

2025, № 11