

**O‘ZBEKISTON RESPUBLIKASI  
OLIIY TA‘LIM FAN VA INNOVATSIYALAR VAZIRLIGI**

**BUXORO DAVLAT UNIVERSITETI**

**JISMONIY MADANIYAT FAKULTETI**

**“JISMONIY MADANIYAT VA SPORT: TA‘LIM  
DASTURLARINI TAKOMILLASHTIRISH, MUAMMOLAR VA  
YECHIMLAR”**

**ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ:  
СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ  
ПРОГРАММ, ПРОБЛЕМЫ И РЕШЕНИЯ**

**PHYSICAL CULTURE AND SPORT: IMPROVING  
EDUCATIONAL PROGRAMS, PROBLEMS AND SOLUTIONS**

**Xalqaro miqiyosidagi ilmiy amaliy-anjuman**

**2023 yil 1-2 may**

**Buxoro – 2023**

**“INSONGA E’TIBOR VA SIFATLI TA’LIM”** yiliga bag’ishlangan, O‘zbekiston Respublikasi Vazirlar Mahkamasining 2022 yil 7 martdagi 101- son farmoyishiga asosan Buxoro davlat universitetida xalqaro hamkorlar ishtirokida 2023 yil 1-2 may kunlari “jismoniy madaniyat va sport: ta’lim dasturlarini takomillashtirish, muammolar va yechimlar” mavzusida Respublika ilmiy retsenziyalangan onlayn-konferensiya o‘tkaziladi.

**Anjumanning maqsadi:** Yosh avlodning harakat faolligini optimallashtirish muammolarini hal etishning yangi yo‘llarini izlash, ularning jismoniy tayyorgarligi hamda jismoniy tarbiyasi jarayoniga yangi shakllar va metodlarni joriy qilish bobida metodologik va uslubiy sharoitlarini o‘rganish.

### **Anjumanning tashkiliy qo‘mitasi:**

#### **DASTURIY QO‘MITA**

1	O.X.Xamidov	BuxDU rektori, rais
2	R.T.Rasulov	BuxDU Ilmiy ishlar va innovatsiyalar bo‘yicha prorektor, rais muovini
3	B.B.Ma‘murov	Jismoniy madaniyat fakulteti dekani, a‘zo
4	R.S.Shukurov	Sport nazariyasi va metodikasi kafedrasini mudiri, a‘zo
5	A.E.Sattorov	Sport faoliyati kafedrasini mudiri, a‘zo
6	R.X.Kadirov	Sport nazariyasi va metodikasi kafedrasini professori, a‘zo
7	M.M.Turayev	Sport nazariyasi va metodikasi kafedrasini dotsenti, a‘zo
8	X.N.Xakimov	Sport nazariyasi va metodikasi kafedrasini dotsenti, p.f.f.d.(PhD), a‘zo
9	N.I.Davronov	Sport nazariyasi va metodikasi kafedrasini dotsenti, p.f.f.d.(PhD), a‘zo
10	A.Sh.Inoyatov	Sport nazariyasi va metodikasi kafedrasini dotsenti, p.f.f.d.(PhD), a‘zo
11	F.B.Muzaffarova	Sport nazariyasi va metodikasi kafedrasini dotsenti, p.f.f.d.(PhD), a‘zo
12	Q.Q.Qobiljonov	Sport nazariyasi va metodikasi kafedrasini o‘qituvchisi, a‘zo
13	I.I.Saidov	Sport nazariyasi va metodikasi kafedrasini dotsenti, p.f.f.d.(PhD), kotib

#### **II TASHKILY QO‘MITA**

1	B.B.Ma‘murov	Jismoniy madaniyat fakulteti dekani, a‘zo
2	B.B.Qobilov	BuxDU xodimlar va talabalar kasaba uyushmasini raisi, a‘zo
3	U.U.Rashidov	BuxDU moliya va iqtisodiyot ishlari bo‘yicha prorektori, a‘zo
4	G.T.Zaripov	BuxDU I va IPKT bo‘limi boshlig‘i, a‘zo
5	R.S.Shukurov	Sport nazariyasi va metodikasi kafedrasini mudiri, a‘zo
6	A.E.Sattorov	Sport faoliyati kafedrasini mudiri, a‘zo
7	Q.P.Arslonov	Sport nazariyasi va metodikasi kafedrasini professori, a‘zo
8	G‘.M.Salimov	Sport nazariyasi va metodikasi kafedrasini professori, a‘zo
9	Sh.Dj.Abdullayev	Sport nazariyasi va metodikasi kafedrasini dotsenti, a‘zo
10	M.M.Turayev	Sport nazariyasi va metodikasi kafedrasini dotsenti, a‘zo
11	I.I.Saidov	Sport nazariyasi va metodikasi kafedrasini dotsenti, a‘zo
12	A.T.Toshev	Sport nazariyasi va metodikasi kafedrasini dotsenti, a‘zo
13	R.S.Baymuradov	Sport faoliyati kafedrasini dotsenti, a‘zo
14	M.B.Ibragimov	Sport faoliyati kafedrasini dotsenti, a‘zo
15	D.I.Kurbanov	Sport faoliyati kafedrasini dotsenti, a‘zo
16	H.H.Qurbonov	Sport faoliyati kafedrasini o‘qituvchisi, a‘zo

Barcha ma’ruza tezislari (maqolalar) tahririyat tomonidan anonimlashtirilgan holatda tekshiriladi va tekshiruvdan ijobiy o‘tgan ma’ruza tezislari nashr etiladi hamda har bir muallifga elektron SERTIFIKAT beriladi. Ma’ruza tezislari berilgan ma’lumot uchun mualliflarning o‘zlari javobgar hisoblanishadi.

Mazkur ilmiy amaliy-anjuman konferensiyada professor-o‘qituvchilar va ilmiy tadqiqotchilar jismoniy tarbiya va sport yo‘nalishida o‘z ilmiy izlanishlari natijasida tayyorlangan ma’ruza tezislari (maqolalar) bilan qatnashadi

4. Ўзбекистон Республикаси Президентининг «Ўзбекистон Республикасини янада ривожлантириш бўйича ҳаракатлар стратегияси тўғрисида»ги Фармони. – Тошкент: “Адолат”, 2017. –112 б.

5. Ўзбекистон Республикаси Президентининг «Ўзбекистон Республикасида жисмоний тарбия ва спортни янада такомиллаштириш ва оммалаштириш чора-тадбирлари тўғрисида»ги Фармони (2020.24 январь).

6. Ўзбекистон Республикаси Президентининг «Жисмоний тарбия ва оммавий спортни янада ривожлантириш чора-тадбирлари тўғрисида»ги Қарори (2017. 3 июн). Ўзбекистон Республикаси қонун ҳужжатлари тўплами № 23. – Тошкент, 2017. 12 июн.

7. Махкамжонов К. М. ва бошқ. Спорт байрамларини ташкил қилиш ва ўтказиш методикаси. Дарслик.–Тошкент. “Iqtisod-moliya”, 2008. -98 б.

8. Туленова Х.Б. Мактабгача тарбия муассасаларида 5-7 ёшли болалар жисмоний тарбиясини такомиллаштириш. Дисс. ... пед. фан. ном. –Тошкент. 2000. -160 б.

## **Jumayeva Azizabonu Mo`min qizi**

### **Turkiston yangi innovatsiyalar universiteti 1-bocqich magistranti**

## **МАКТАБГАЧА YOSHDAГИ BOLALARNI JISMONIY SOG`LOMLASHTIRISH VA SPORT BAYRAMLARINI TASHKIL ETISH**

**Annotatsiya:** Ushbu maqolada maktabgacha ta`lim tashkiloti bolalarini sog`lomlashtirish bolalar o`rtasida sport bayramlarini tashkil etish masalalari ko`rib o`tilgan.

**Kalit so`zlar:** maktabgacha ta`lim, sport bayrami, sog`lom avlod, jismoniy tarbiya.

**Аннотация:** В данной статье рассмотрены оздоровление детей дошкольной образовательной организации и вопросы организации спортивных праздников среди детей.

**Ключевые слова:** дошкольное воспитание, спортивный праздник, здоровое поколение, физическое воспитание.

Мактабгача та`лим ташкилотларидagi jismoniy tarbiya bayramlari bolalarning sog`lom xushchaqchaq holati va ularning harakat ko`nikmalarining shakllantirishdagi yutuqlari namoyishidan iborat bo`ladi. Jismoniy tarbiya dasturida bolalarning muayyan davr ichida egallangan harakat ko`nikmalarini aks ettirilishi quvnoq harakatli o`yinlar va xilma xil jismoniy mashqlar tashkil etish lozim [1]. Muntazam jismoniy tarbiya mashg`ulotlarida o`zlashtirilgan bu harakat formalari maxsus tayyorgarlik talab etmaydi va bayram dasturiga tabiiy ravishda kirishib ketadi. Bolalarning kayfiyatini yaxshilaydi, zavq bag`ishlaydi. Bayramga tayyorgarlik rejadagi tarbiyaviy ishga xalaqit qilmasligi kerak. Bayramgacha vaqt davomiyligi hisobga olinmagan holda ko`p marta takrorlangan “nomerlar” bolalarda jismoniy va psixik toliqish uyg`otadi, qiziqishga ra`sir ko`rsayib, emotsiyalarni zaiflashtiradi va ularni bayramda o`rganilgan dars sifatida bajarisha olib keladi.

Bayramda bolalar bilan muntazam, tizimli ravishda olib boriladigan ishning natijasi bo`lishi kerak. Jismoniy tarbiya va sport bayramlari o`zlarining mazmun-mohiyatiga ko`ra dastur va tuzilishi jihatdan juda xilma xil bo`lishi mumkin. Bu bayram kundalik hayotda maydonchani odatdan tashqari bezatilishi, jismoniy tarbiya ashyolari, gullar, lentalar va hokazolar yordamida jihozlanishi bilan ajralib turadi, bolalar maydonchasining odatdagi tusini o`zgartiradigan bolalarda bayram kayfiyatini uyg`otadi. Bayram davomida musiqa ohangi ham muhim o`rin tutadi. U emotsional ko`tarinkilik uyg`otadi va bolalarni quvnoq xushchaqchaq kayfiyatda birlashtiradi. Bayramning birinchi qismi jismoniy tarbiya formasida bo`lishi mumkin. U alohida jamoalarga bo`lingan, o`zlarining nishonlarini ko`tarib olgan bolalar yurishi bilan boshlanadi. Qo`shiq, she`rlar jo`rligidagi bolalar harakati ulkan emotsional ko`tarinkilik uyg`otadi. shundan so`ng bolalar o`z yutuqlarini o`yinlar va mashqlarda namoyish qilishlari mumkin. Katta guruh bolalari o`z kuchlariga yarasha musobaqalarda yugurish, ulotirish, sakrash, predmetlar bilan bajariladigan mashqlar va hokazo, o`yin estafetalarda, sport o`yinlarida qatnashadilar. Bayram, tadbirlarda quvnoq o`yinlardan foydalanish mumkin. Bularning barchasi har bir yosh guruhlari va umuman barcha guruhlar uchun ajratilgan vaqtni hisobga olgan holda o`tkaziadi. Bayramning ikkinchi qismi bolalarda yuqori quvnoq uyg`otuvchi tomosha formasi-qo`g`irchoq teatri sifatida yoki kattalar va bolalar ishtirokidagi konsert, o`yinlar tashkil etilishi mumkin. Bayram nihoyasida bolalar boshlovchi taklifiga ko`ra mehmonlar, ota-onalar, tarbiyachi, pedagoglar, bolalar bog`chalari xodimlarini taklif etib tushiriladigan umumiy raqs yaxwi kayfiyat ko`tarinki ruh bag`ishlaydi. Birinchi juftlikda bayram boshlovchisi-tarbiyachi bola bilan raqsqa tushadi. U murakkab bo`lmagan harakatlarni ko`rsatadi, qolganlar ularni takrorlaydilar. Jismoniy tarbiya bayramlari qish faslida o`tkazish ham ma`qul. Ular mazmunini ham bolalarning harakat faoliyati tashkil etadi, mavsum uchun chanada ephillik ko`rsatib

uchish, konkida uchish va o’ynash, chang’iga yurish, quvnoq harakatli o’yinlar, murakkab bo’lmagan ommaviy raqslar hamda maktab o’quvchilari tomonidan tayyorlangan mazmunli daqiqalar xarakterlidir.

Qishki bayramni yangi yil archasi atrofida qorbobo, qorqiz sifatida yoki muayyan bir mavzudagi o’yin ko’rinishida tashkil etish mumkin. Dastur mazmuni qish vaqtida bolalar shu vaqtga qadar o’rgangan jismoniy mashqlar va o’yinlar tashkil etadi. Chiroyli belgilar va musiqadan foydalanish ularga o’ziga xoslik va yana ham qiziqarlilik bag’sh etadi. Bayramning muvaffaqiyatli o’tkazilishi butun pedagoglar jamoasi mudira, uslubchi musiqa rahbari va tarbiyachilarning ahilligidagi mehnati samarasidir. Bolalar bayramni tayyorlashda o’zlarining kuchlari yetadigan ishlarga qatnashishlari mumkin.

Kundalik hayoti xursandchilik kayfiyati o’sib va kuchayib borishi saylga borish, tabiatni tomosha qilish, suhbatlar, she’rlar va bayram juda ham mazmunli o’tishi kerakki, bolada ta’surot qoldirsin. Bolalar hayot tarzi bayram o’tkaziladigan kuni keraksiz shoshqaloqlik, tartib, rejimga rioya qilmaslik, tarbiyachilarning asabiyligi bilan buzilmasligi kerak. Kattalarning bayramni muvaffaqiyatli o’tkazishdan umumiy manfaatdorligi, ularning bolalarga quvonch va zaqv berish istagi qanchalik jo’sh urganligidan qat’iy nazar bayramda belgilangan rejadagi tadbirlarning davomiyligi 45-60 daqiqadan oshmasligi lozim [2]. Bo’sh vaqtda jismoniy tarbiya mashqlari bilan shug’ullanish bu bolalarning kundalik hayotida ularning quvnoq hayot faoliyatiga birlashtiruvchi yorqin emotsional vaqtlardan biridir. Bunday bo’sh vaqtni o’tkazishning mazmuni asosan bolalarga tanish harakatli o’yinlar va jismoniy mashqlar tashkil etadi. Ular bolalar uchun kutilmagan variantlarni kiritish hisobiga yangilanadi, bajarishda qiziqish va emotsiya uyg’otadi. Bo’sh vaqtni rejalashtirish u yoki bu guruh bolalarning umumiy jismoniy rivojlanganligi va ularning harakat imkoniyatlarini hisobga olgan holda amalga oshiriladi. Katta guruhlarda bolalar o’z harakat malakalarini musobaqali quvnoq oddiy o’yinlarda va o’yin estafetalarida maktabga tayyorlov guruhlariga esa sport o’yinlarida individual va jamoa tarzda namoyon qiladilar. Katta yoshli bolalar shuningdek uncha katta bo’lmagan spartakiadalar tipidagi musobaqalarda ham qatnashadilar. Ular jismoniy tarbiya topshiriqlarini bajarishda epchillik, kuchlilik, chidamlilik sifatlarini namoyish etadilar. Bo’sh vaqt tarkibiga umumiy quvnoq kayfiyat uyg’otadigan bolalar uchun qiziqarli va ularga yarasha atraksionlar ham kiritiladi; bolalarga tanish o’yin va raqslardan ham foydalanish mumkin.

Tarbiyachining bo’sh vaqtni o’tkazishdagi asosiy vazifasi bolalarda quvnoq kayfiyat va harakat malakalarini barcha bolalarni ahil ijodiy faoliyatga undaydigan qulay sharoitda takomillashtirish imkoniyatini yaratishdan iboratdir.

#### **Foydalanilgan adabiyotlar ro’yxati**

1. Айзман, Р.И. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни. Сибирское университетское издательство. – М.:Новосибирск, 2010.
2. Богина, Т.Л. Охрана здоровья детей в дошкольных учреждениях. М.: «Мозаика-синтез», 2006..

**Ibragimov Manuchexr Baxtiyorovich**

Buxoro davlat universiteti “Sport faoliyati” kafedrasida dotsenti v.b.

**Jumayeva Azizabonu Mo`min qizi**

**Turkiston yangi innovatsiyalar universiteti 1-bocqich magistranti**

### **BOLALARNING KUNDALIK HAYOTIDA JISMONIY TARBIYA BO’YICHA ISHLARNI TASHKIL ETISH**

**Annotatsiya:** ushbu maqolada maktabgacha yoshdagi bolalarning kundalik hayotida jismoniy tarbiya bo’yicha amalga oshiriladigan ishlarni tashkil etish masalalari yoritib berilgan.

**Kalit so’zlar:** maktabgacha ta’lim, badantarbiya, sog’lomlashtirish, mashq, mashg’ulot.

**Аннотация:** в данной статье освещаются вопросы организации работы по физическому воспитанию в повседневной жизни дошкольников.

**Ключевые слова:** дошкольное образование, физкультура, оздоровление, упражнения, тренировка.

Ertalabki badantarbiya amaliy mashqlarning bir ko’rinishidir. Ertalabki badantarbiya yanada tezroq va to’la ravishda bolaning sog’lig’ini tiklash uchun qo’llaniladi, yana jismoniy sifatlarni rivojlantirishda chidamlilikda qo’llaniladi. Ertalabki mashqlarning vositalari - saflanish mashqlari, harakatlanishning va raqs qadamlarining xillari, umumiy ritmik mashqlarning buyumlarsiz va buyumlar bilan bajarilish turlari (tayoqlar, gantellar, arg’imchoqlar, to’plar va boshqa), mashqiy devordagi mashg’ulotlar halqalarda va amaldagi mashqlar (yugurish, sakrash, o’rmlash, oshib o’tish).

Ertalabki badantarbiya mashg’ulotdan oldin o’tkaziladi. Uning ahamiyati: organizmni chiniqish jarayoniga tayyorlashdir.

Ertalabki badantarbiya 7-15 daqiqa davom etadi. Badantarbiya mashqlari 5-7 ta mashg'ulotdan iborat. Eng ko'p og'irlik mashg'ulotlarning o'rtasida o'tkaziladi. Bolalar bog'chalari guruhlarida ertalabki mashqlar sog'lomlashtirish va tarbiyaviy vazifalarni bajaradi. Kun tartibining ajralmas qismi bo'lgan holda u har bir bola uchun majburiydir. Har kuni uyg'ongach (5 -7 daqiqadan so'ng) maxsus tanlangan 7-12 jismoniy mashqlar 10-15 daqiqa davomida organizm faoliyatini faollashtiradi, tananing to'g'ri o'sishidagi ko'nikmalarga ijobiy ta'sir ko'rsatadi, yassi oyoqlikdan ogohlantiradi [1].

Ertalabki mashqlarda ishtirok etish bolalarda foydali bo'lgan har kuni bajariladigan ertalabki jismoniy mashqlarni bajarishni ta'minlaydi. Aqliy va jismoniy mehnatning ishlab chiqaruvchanlik darajasi birmuncha pasaygan bo'ladi. Ertalabki jismoniy mashg'ulotlarning ahamiyati markaziy nerv tizimiga kuchli analizatorlarning retseptorlarining signallari oqimi kelib tushadi, ayniqsa, proporsiya-retseptorlardan, bu markaziy nerv tizimining tez ko'zg'alishiga va mehnatga yaroqliligi me'yorini qayta tiklaydi [2].

Ertalabki mashqlar teri retseptorlarining sovuqqa va suv bilan bo'ladigan ta'sirlari birgalikda o'tkazilsa, nerv tizimining ko'zg'alish jarayoni tezroq yo'lga qo'yiladi. Tashqi muhitdagi ayrim hodisalarning ta'sirlari (suv jarayonlari, toza havo va quyoshning ta'siri) nerv tizimining ko'zg'alishi bilan bir qatorda organizmning chiniqishiga yordam beradi.

Ertalabki jismoniy mashqlar gavdaning, mushak guruhlarining hamma qismlarini harakatga keltirish, qon aylanishining kuchayishiga yordam beradi. Yurak va o'pka me'yoriy faoliyatining qayta tiklanishi, odatdagi moddalar almashinuvi darajasini oshiradi. Kuchlarni, tezlikni va koordinatsiyalarni, harakatlanish apparatlari va ichki a'zolarining fiziologik vazifalarini markaziy nerv tizimi tomonidan doimiylikni yaxshilaydi, tizimli ravishdagi mushak mashqlari davomida rivojlanuvchi mushaklarning o'ziga xos kimyoviy xususiyatlarini saqlab kolishga yordam beradi [2].

Mashqlar charchoq keltirib chiqarmasligi lozim. Shuning uchun asta-sekin sodda mashqlardan biroz murakkab mashqlarga o'tish lozim, shu bilan bir qatorda, asta-sekinlik bilan organizmga kuchlanishni oshirib borish lozim.

Kuchlanishlar mashqlarning qiyinlashuvi, kaytarilishlarning soni hisobiga, harakatlar tezlik darajasining oshishi va ayrim mashqlar orasidagi to'xtalishlarni kamaytirish hisobiga oshiriladi.

Doimiylik xususiyatiga ega bo'lgan mashqlar asosiy bo'lib turibdi - yugurish, sakrash, raqs harakatlari va yana asabni boshqaruvchi mashqlar.

Mashqlarni quyidagilarni inobatga olgan holda joylashtirish lozim:

a) mashqlarni yengil yurishdan boshlab, yengil yugurishga o'tkazish lozim, yurish va yugurish jarayonida gavdaning tikligiga e'tibor qaratish zarur.

b) Boshni to'g'ri tutish kerak, mashqlar majmui gavdaning to'g'ri turishini, his etish uchun zarur bulgan maxsus mashqlarni bajarishdan boshlanadi;

v) umumiy ta'sirdagi 2-3ta mashqlarni bajarish lozim. Bu odatda, sodda, kam foydali mashqlar sanaladi. Ular yurak-qon tomirlari faoliyatini, nafas olish tizimini va almashinish jarayonlarini faollashtiradi;

g) keyin esa qo'l, mushaklar, yelka, gavda, oyoqlar uchun mashqlar bajariladi.

Bu vaqtda gavdaning har bir qismi birin-ketin qo'shilishi lozim. Mashqlarning bajarilishi keyingi qismlarda oshib boradi, ishga mushaklarning har xil guruhleri qo'shiladi. Gavda uchun mashqlar (egilishlar, burilishlar) qorin mushaklarini mustahkamlaydi, umurtqa pogonasining harakatchanligini qo'llab-quvvatlaydi va rivojlantiradi;

d) so'ng kuch ishlatuvchi xususiyatga ega bo'lgan 2-3ta mashqlar gavdaning

barcha qismlari (qo'l, qorin mushaklari va tana) bilan bajariladi. Faol mushak qizigandan so'ng mushaklarning dam olishi uchun 1-2 ta mashqlarni bajarish lozim;

e) undan keyin sakrash mashqlariga o'tiladi. Ular oyoq mushaklarini mustahkamlaydi. Sakragandan so'ng, albatta, mashqni kamaytirgan holda yurishga o'tish lozim. 1-2ta nafas olish mashqlari organizmni yanada tinch holga qaytishiga imkon beradi;

j) mashqlar majmui gavdani to'g'ri sezish mashqlarini bajarish bilan yakunlanadi.

Ko'pincha, mashqlarni o'rgatayotganda tarbiyachi tayyor tekshirilgan o'rgatish usullarini ishlatadi. Bunda o'rgatish usulining modelini aniqlash kerak. Mashqlarni o'rgatish vaqtida tarbiyachining harakati katta ahamiyatga ega. Bolaning harakatini e'tibor bilan kuzatib, uni har doim baholab turishi zarur, kerakli vaqtda bolaga yordam berib, mashqlarning bajarilishini yengillashtirishi, agar qiyinchiliklar tug'ilsa, xatolarni to'g'rilashi lozim.

#### **Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati**

1. N.Q.Qosimova. Yosh fiziologiyasi va gigienasi. Buxoro 2005 y.
2. SH.A.Aminjonov, E.N.Nuritdinov. Yosh fiziologiyasi va gigienasi. Samarqand-2003 y.

## МАКТАБГАЧА ТАЪЛИМ ЁШИДАГИ БОЛАЛАР ТАРБИЯСИНИНГ ЎЗИГА ХОСХУСУСИЯТЛАРИ

**Аннотация.** Мақолада бугунги кунда долзарб муаммолардан ҳисобланган ёшлар тарбиясининг ўзига хос хусусиятлари илмий жиҳатдан таҳлил қилинди. Ҳамма даврларда ҳам тарбиячилар ёшларни ахлоқи ва одоби, иймони ва виждони, билими ҳамда малакасини давр талаблари ва эҳтиёжлари билан уйғунлаштириб шакллантиришга ҳаракат қилганлар. Шунга қўра, ҳарқандай тарбия жараёни охир-оқибат, ўз мақсад ва моҳиятига кўра ғоявий тарбия эканлиги ҳаётнинг ўзи исботламоқда.

**Калит сўзлар:** тарбия, миллий, таълим, оила, ёшлар, ватанпарварлик.

**Аннотация.** В статье рассмотрено научный анализ специфики воспитания молодежи, что является одной из самых актуальных проблем современности. Педагоги во все времена пытались формировать мораль и этику, веру и совесть, знания и навыки молодых людей в соответствии с требованиями и потребностями времени. Соответственно, сама жизнь доказывает, что любой процесс воспитания есть, в конце концов, идеологическое воспитание по своей цели и сути.

**Ключевые слова:** воспитание, национальность, образование, семья, молодежь, патриотизм.

**Abstract.** The article deals with the scientific analysis of the specifics of the upbringing of young people, which is one of the most pressing problems of our time. Teachers at all times have tried to form morality and ethics, faith and conscience, knowledge and skills of young people in accordance with the requirements and needs of the time. Accordingly, life itself proves that any process of upbringing is, after all, ideological upbringing in its purpose and essence.

**Key words:** upbringing, nationality, education, family, youth, patriotism.

Янгиланаётган Ўзбекистонда  
амалга оширилаётган барчасоҳалардаги кенг қўламли ислохотлар, энгаввало,  
аҳолининг нафақат моддий, балки ижтимоий-маънавий эҳтиёжларини қондириш, шунинг баробарида,  
уларда то маънода юксак маънавият лиинсонларни тарбиялаш мақсади билан уйғунлашган.  
Давлати ижтимоий сиёсатининг жадал ривожланиши дамаънавий-  
ахлоқий институтлар роли ва аҳолияти муҳим ўрин тутишини  
«жамиятнинг илгарилаш ва инсон манфаатларини рўёбга чиқариш борасида олиб борилаётган ислохотларна  
тижадорлигини таъминлашда муҳим оилалардан бири бўлган миллий ғоя ва мафкуравий-  
тарбиявий ишларнинг самарадорлигини янада ошириш» [2] га қўйилаётган талаблар исботлаб турибди.  
Шубоис, миллий тикланишдан –  
миллий юксалиш сари қонцепциясини ҳаётимизга тўлақонли жорий этилаётган мамлакатимиз тараққиёт  
инингянгибосқичи дажамият дамаърифатли ёшларни тарбиялаш зарурлигини намоеън этмоқда.

Муҳтарам Президентимиз Ш.Мирзиёев 2020 йил 24  
январда Олий Мажлисга қилган Мурожаатномасида: “Нафақат ёшлар,  
балки бутун жамиятимиз аъзоларининг билими, савиясини ошириш учун аввало оилмаърифат,  
юксак маънавият керак. Илмий қўлдоқ оқлик, жаҳолат ва албатта, тўғрийўлданадаши бўлади.  
Шарқдонийшман дларайтганидек, «Энг катта бойлик – бу ақл-заковат ва илм, энг катта мерос –  
бу ақшитарбия, энг катта қашшоқлик – бу билимсизлиқдир!» – дея таъкидлайди [3].

Соғлом ғоявий тарбия эса – юксак дунёқараш ва эътиқод тарбиясини ҳаманглатади.  
Шу ўринда тарбия ҳам датаълим берувчининг шахсий сифати ҳамда ўзишига фидойилиги бумасалада ғоя  
тмуҳим эканлигини унитмаслик керак. Бухусусда Ғаззолий шундай ёзади. «Шайхнинг (тарбиячининг)  
муридин тарбиялаш қалити –  
ерданунган неъматнинг ахши хосил бермоғи учун деҳқонунинг атрофини беғона ўтлар,  
тиканлардан тозалагани каби бир ҳол» [6, 18-б.].

Ёшлар-бизнинг келажакимиз, эртанги кунимизнинг ҳалқилувчи кучи, ҳисобланади.  
Мамлакатимизда амалга оширилаётган ислохотлар замирида жисмоний соғлом, маънанетук,  
замонавий билимлар ва касб-хунарларни эгаллаган, мустақил ҳамда ижодий фикрлашга қодир,  
интеллектуал салоҳияти юксак ёш авлодга амхўрлик қилишдек эзгумақсад мужассам. Зеро,  
жамиятимизни демократлаштириш, фуқаролик жамиятини қарор топтириш мақсадлари замирида,  
инсон ва унинг манфаатлари,  
юртимиз тараққиётининг таянчивасуянчи бўлган ёшлар масаласи устивор масалалар қаторида туради.

Ismoilov Turabjon, Ismoilov G'anisher, Hudoyberdiyeva Sevara. MAKTABGACHA TA'LIM YOSHIDAGI BOLALARI BILAN SAYRLARDA O'TKAZILADIGAN HARAKATLI O'YINLARNING AHAMIYATI.....	367
Jumayeva Azizabonu Mo`min qizi. MAKTABGACHA YOSHIDAGI BOLALARNI JISMONIY SOG'LOMLASHTIRISH VA SPORT BAYRAMLARINI TASHKIL ETISH .....	369
Ibragimov Manuchexr Baxtiyorovich, Jumayeva Azizabonu Mo`min qizi. BOLALARNING KUNDALIK HAYOTIDA JISMONIY TARBIYA BO'YICHA ISHLARNI TASHKIL ETISH .....	370
Курбанов Джурабек Исматович. МАКТАБГАЧА ТАЪЛИМ ЁШИДАГИ БОЛАЛАР ТАРБИЯСИНИНГ ЎЗИГА ХОСХУСУСИЯТЛАРИ .....	372
Aslanova M.A., Mirzalieva Iqbola O'lmasboy qizi. BOSHLANG'ICH SINFLAR O'QUVCHILARIDA JISMONIY SIFATLARNI MILLIY HARAKATLI O'YINLAR VOSITASIDA RIVOJLANTIRISH...	375
Mukhitdinova Nigora Mekhriddinovna. MECHANISMS OF INTELLECTUAL DEVELOPMENT OF CHILDREN 6-7 YEARS OLD WITH THE HELP OF PHYSICAL EXERCISES .....	378
Nurmuhammadova Yoqut. MAKTABGACHA TA'LIM YOSHIDAGI BOLALARNI TARBIYLASHDA HARAKATLI O'YINLARNING AHAMIYATI .....	381
Primova Nargiza Adilovna. SPORT BAYRAMLARI SSENARIYLARI VA ULARNI TUZISHGA QO'YILADIGAN TALABLAR .....	383
I.I.Saidov. Istamova Durdona Mashraf qizi. S.I.Saidov. O'Z-O'ZINI JISMONIY TARBIYALASH ORQALI JISMONIY RIVOJLANISH.....	386
Сардор Содикович Самадов. Мактабгача ёшдаги болалар ривожланишининг ёшхусусиятлари ва жисмоний тарбия машғулотлари .....	389
Shukurov R.S., Samadov S.S. MAKTAB O'QUVCHILARINI O'ZBEK MILLIY KURASHI VOSITASIDA SOG'LOMLASHTIRISH.....	393
Aslanova M.A., Xayriddinov Rustam Xayriddinovich. BOSHLANG'ICH SINFLAR O'QUVCHILARIDA JISMONIY MADANIYATNI SHAKLANTIRISHNING NAZARIY VA USLUBIY ASOSLARI .....	397
Xoliqov Umidjon Qo'chqarovich. MAKTABGACHA TA'LIM TASHKILOTI TARBIYALANUVCHILARINI SHAXMAT SPORT TURLARIGA QIZIQTIRISH ORQALI SOG'LOM TURMUSH TARZINI SHAKLLANTIRISHI.....	400

**7-sho'ba: Qishloq maktablarida jismoniy tarbiya darslarini o'qitish, sport pedagogikasi rivojlantirish muammo va yechimlari. ....**

Абдуллаев Ш.Дж. ПРОБЛЕМЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ В СЕЛЬСКИХ ШКОЛАХ .....	403
A.Абдуллаев, Ғофуров. Жисмоний тарбиядан синфдан ташқари машғулотларини болалар ва ўсмирлар организининг функцияга таъсири.....	405
Abduyeva Sitorabonu Savriddin qizi, Tojiyeva Nargiza Mehriddin qizi, Hamroyeva Xumora Jo'rabek qizi. JISMONIY TARBIYA DARSLARIDA SPORT SOG'LOMLASHTIRISH TADBIRLARINING AHAMIYATI.....	408
Abduyeva Sitorabonu Savriddin qizi, Tojiyeva Nargiza Mehriddin qizi, Ozodov Oxunjon Qobil o'g'li. JISMONIY TARBIYA DARSINING TA'LIM TARBIYA TIZIMIDAGI O'RNI.....	410
Abduyeva Sitorabonu Savriddin qizi, Hamroyeva Xumora Jo'rabek qizi, Ozodov Oxunjon Qobil o'g'li. JISMONIY TARBIYA DARSLARIDA O'QUVCHILAR FAOLIYATINI TASHKILLASHTIRISH...	412
Abduyeva Sitorabonu Savriddin qizi, Ashrapova Oqila Badriddin qizi. BOSHLANG'ICH SINFLARDA JISMONIY TARBIYA FANINI O'QITISHNING AHAMIYATI .....	414
Aslanova Maloxat Akramovna. SPORT TURIZMI, UNING TURLARI VA IJTIMOY AHAMIYATI.....	416
Ismoilov Turabjon, Toshpulatov Foziljon, Siddiqova Feruza. QISHLOQ MAKTABLARIDA DARSDAN KEYINGI SPORT TO'GARAKLARINING AHAMIYATI.....	419
Karomatov Jasur Alisherovich, JISMONIY TARBIYA DARSLARI SAMARADORLIGINI OSHIRISH USULLARI .....	421
Мазина Елена Алексеевна. РАЗВИТИЕ И ПРЕПОДАВАНИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В СЕЛЬСКОЙ МЕСТНОСТИ .....	423
Aslanova M.A., Mirzalieva Iqbola O'lmasboy qizi. BOSHLANG'ICH SINFLAR O'QUVCHILARIDA JISMONIY SIFATLARNI MILLIY HARAKATLI O'YINLAR VOSITASIDA RIVOJLANTIRISH...	425
Jahongir Jo'rayevich Murodov. TALABALARNI JISMONIY TARBIYA VA SPORT DARSLARIDA HARAKATLARGA O'RGATISH JARAYONLARI .....	428
Нарзуллаев Ф.А. МАКТАБЛАРДА ЖИСМОНИЙ ТАРБИЯ ДАРСЛАРИНИ ПЕДАГОГИК ТЕХНОЛОГИЯЛАР АСОСИДА ТАШКИЛ ЭТИШ .....	431

Qobiljonov Qosimjon Qobiljonovich, Fozilova Zarnigor Jamshidovna. UMUMTA’LIM MAKTABLARIDA GIMNASTIKA BO’YICHA TO’GRAKLARNI TASHKIL QILISHNING NAZARIY ASOSLARI .....	433
Qurbonov Shuhrat Qo’ldoshovich, Ro`zimurodov Shoxrux. JISMONIY TARBIYA, SOG`LOM TURMUSH TARZINI SHAKILLANTIRISHDA ASOSIY VOSITA .....	435
Xoliqov Umidjon Qo`chqarovich. QISHLOQ MAKTABLARIDA JISMONIY TARBIYA DARSLARINI O`QITISHDA “SHOX” MAVZUSI UCHUN DARS ISHLANMASI .....	437
Хайриддинов Рустам Хайриддинович, Зарипова Ф.А. УМУМТАЪЛИМ МАКТАБЛАРИДА ЎҚУВЧИЛАРНИНГ ЖИСМОНИЙ ТАЙЁРГАРЛИГИ.....	441
Кадыров Сирожиддин Эркинбоевич. СКОРОСТНО-СИЛОВАЯ ПОДГОТОВКА ЮНЫХ ДЗЮДОИСТОВ .....	442
Кадыров Сирожиддин Эркинбоевич. ЭФФЕКТИВНОСТЬ СРЕДСТВ И МЕТОДОВ РАЗВИТИЯ СКОРОСТНО-СИЛОВЫХ КАЧЕСТВ КВАЛИФИЦИРОВАННЫХ ДЗЮДОИСТОВ.....	444
Утегенов Жалтасбай Жаксымбаевич. ФОРМИРОВАНИЕ ПОТРЕБНОСТИ В ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ ЗАНЯТИЯХ У СТУДЕНТОВ.....	445
Мамбетжумаев Тимур Тазетдинович. МЕТОДИКА НАЧАЛЬНОГО ОБУЧЕНИЯ ЮНЫХ БАСКЕТБОЛИСТОВ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ СРЕДСТВ СКОРОСТНО-СИЛОВОЙ ПОДГОТОВКИ.....	447
Мамбетжумаев Тимур Тазетдинович. ИССЛЕДОВАНИЕ СПОСОБА ОБУЧЕНИЯ ЮНЫХ БАСКЕТБОЛИСТОВ .....	448
Эрматов Шерзод Саидович. МЕТОДИКА ОТБОРА ОДАРЕННЫХ ДЕТЕЙ В ФУТБОЛЕ .....	449
Утегенов Жалтасбай Жаксымбаевич. МОДЕЛЬ ФОРМИРОВАНИЯ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОГО СТИЛЯ ЖИЗНИ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ.....	450
Юхананов Барахай. ИМИТАЦИОННОЕ МОДЕЛИРОВАНИЕ ПРИ ПОДГОТОВКЕ СУДЕЙ ПО СПОРТИВНОЙ БОРЬБЕ .....	452
Дусанов Учкун Суюнович. КОМПЛЕКСНОЕ ИСПОЛЬЗОВАНИЕ СРЕДСТВ СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОГО ТУРИЗМА .....	453
Эрматов Шерзод Саидович. МЕТОДИКА ОТБОРА ОДАРЁННЫХ ДЕТЕЙ В ФУТБОЛЕ.....	455
Дусанов Учкун Суюнович. СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ТУРИЗМ И ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИИ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ .....	456
Тошмуродов Отабек Эркинович. ФОРМИРОВАНИЕ ДВИГАТЕЛЬНЫХ НАВЫКОВ У ЮНЫХ БОРЦОВ .....	458
A.R.Nurullayev. OLIY TA’LIM MUASSASALARIDA JISMONIY TARBIYA, SPORT VA SOG`LOMLASHTIRISH TADBIRLARINING TARBIYAVIY AHAMIYATI .....	459
Nurullayev Abdurashid Ro`zimboyevich. MAKTABGACHA YOSHDAGI BOLALARNI JISMONIY HARAKATLARGA O`RGATISHDA HARAKATLI O`YINLARDAN FOYDALANISH SAMARADORLIGI .....	460
Farmonov O`tkir Alimovich, Xodiev Aziz Ravshanovich. TA’LIM MUASSASALARIDA JISMONIY TARBIYA, SPORT TADBIRLARINING SHAKLLARI VA TURLARI .....	461
Қ.П.Арслонов. ТАЪЛИМДА КОММУНИКАТИВ КОМПЕТЕНЦИЯНИ РИВОЖЛАНТИРИШГА ҚАРАТИЛГАН ЁНДАШУВ ЎҚУВЧИЛАРНИНГ САМАРАЛИ ТАЪЛИМИ КАФОЛАТИ СИФАТИДА. ....	464
S.Ne`matov. XALQ SAYILLARI VA MAROSIMLARDA O`TKAZILADIGAN O`YINLAR. ....	467
F. M. Салимов, И.Касимбекова. МАКТАБГАЧА ТАЪЛИМДА ЎЙИН, ТАРБИЯ ВА ЎРГАТИШ УСУЛЛАРИ. ....	471
Farmonov O`tkir Alimovich, Islomova Fazila Amrullayevna. AYOLLAR BASKETBOLINING HOZIRGI DAVRDAGI HOLATI VA UNI RIVOJLANTIRISHNI O`ZIGA XOS XUSUSIYATLARI.....	474
Saidova Sarvinoz Iskandar qizi. YUGURUVCHILARNI TEXNIK TAYYORLASHDA MASHG'ULOT REJASINI OPMAMLAYTIRISH .....	477
Abdullayev Mehridin Junaydullayevich, Sheraliyeva Zulayho Ali qizi, Ozodov Oxunjon Qobil o`g`li. VOLEYBOLCHILARGA XOS SAKROVCHANLIK VA UNI BOSHQA KINEMATIK OMILLAR BILAN BOG`LIQLIGI .....	479
Abdullayev Mehridin Junaydullayevich, Sheraliyeva Zulayho Ali qizi, Ozodov Oxunjon Qobil o`g`li. SAKRASH KO`NIKMALARI VA ULARNI HARAKATLI O`YINLAR YORDAMIDA SHAKLLANTIRISH AFZALLIGI.....	481
Р.С.Баймурадов. ЭФФЕКТИВНОЕ ИСПОЛЬЗОВАНИЕ НАЦИОНАЛЬНЫХ ПОДВИЖНЫХ ИГР НА УРОКАХ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ В НАЧАЛЬНЫХ КЛАССАХ .....	483