

## JISMONIY TARBIYA VA SPORT-YOSHLARNING IJTIMOIY FAOLLIGINI RIVOJLANTIRUVCHI VOSITA SIFATIDA

**Murodov Jahongir Jo'rayevich**

BuxDU sport faoliyati kafedrası dotsenti

**Jamilov Laziz**

BuxDU jismoniy madaniyat yo'nalishi talabasi

**Annotatsiya:** Maqolada yoshlarni ijtimoiy faolligini oshirishda jismoniy tarbiya va sportning ahamiyati tadqiq etilgan. Jismoniy tarbiya va sport har tomonlama barkamol shaxsni shakllantirish omili ekanligi asoslangan.

**Kalit so'zlar:** jismoniy tarbiya, sport, ijtimoiy faollik, yoshlar, sog'lom turmush, o'smir.

Jismoniy madaniyat va sport barkamol shaxsni tarbiyalash tizimining uzviy qismidir. Zero, insoniyat erishgan muhim yutuqlardan biri jismoniy madaniyat va sport bo'lib, u qadimdan insonlarni sog'lom va baquvvat bo'lishini ta'minlashga xizmat qilgan. Jismoniy tarbiya va sport davlat va millatni namoyon etishning eng yaxshi vositalaridan biridir. Xalqimiz ham azaldan sportga inson salomatligini mustahkamlash, jismoniy va ma'naviy kamolotini yuksaltirishning muhim vositasi sifatida qaralgan. Ota-bobolarimiz o'z salomatligi va jismoniy kuchini mustahkamlash, har doim barkamol bo'lish maqsadida yugurish va sakrash, nayza va qilich uloqtirish, kamon otish, chavandozlik va chavgon o'ynash, kurash, suzish va boshqa sport turlarini rivojlantirishga hissa qo'shgan.

Bugungi kunda mamlakatimizda o'sib kelayotgan yosh avlodning salomatligini mustahkamlash, ularda sog'lom turmush tarzini shakllantirish, jismoniy madaniyat va sport bilan muntazam, mustaqil shug'ullanish ko'nikmalarini singdirish tarbiyaviy jarayonning ajralmas qismi hisoblanadi. Yoshlarning bir qismi o'z kelajak hayotini sport sohasida ko'rib, bu sohada katta muvaffaqiyatlarga erishmoqda.

So'nggi o'n yilliklarda mamlakatimizda jismoniy tarbiya va sport butunlay boshqacha darajada va sifatda rivojlandi. Avvalo, u iqtisodiy rivojlangan mamlakatlarda yuksak darajaga ega bo'ldi va uchinchi dunyo mamlakatlarida etaklarini tobora ko'proq yoydi. Sportning barcha turlarini rivojlantirishning asosiy sub'ekti, bir tomondan, sportchilar bo'lsa, ikkinchi tomondan, sport sohasini moliyalashtiruvchi korxonalar va maxsus tashkilotlar ko'rib chiqiladi. Binobarin, sportning u yoki bu turining taraqqiyoti, shuhrat qozonishi bilan birga, mahoratli sportchilar yaxshi yashash sharoiti va yuksak mavqega ega bo'lib, yaxshi hayot kechiradi. Turli kompaniyalar va mamlakatlar sportchilar va sport jamoalariga katta miqdorda pul sarflaydilar va shu yo'l bilan ular ham katta moliyaviy daromad oladilar.

Jismoniy tarbiya va sport sohasining rivojlanishi, odamlarning jismoniy tarbiya bilan shug'ullanishi boshqa omillar qatori ijtimoiy omil, ya'ni turmush darajasining oshishi bilan chambarchas bog'liqdir. Fuqarolarning, ayniqsa, o'smir va yoshlarning jismoniy tarbiyasi millat salomatligi va davlat taraqqiyoti bilan chambarchas bog'liqdir. Qolaversa, sport insonning, eng avvalo, yoshlarning eng muhim mashg'uloti bo'lib, u salomatlikni mustahkamlash va sog'lom turmush tarzini targ'ib qilishning samarali vositasi hisoblanib, xalqlar do'stligini mustahkamlashda, o'zini namoyon etishda katta ahamiyat kasb etadi. Zero, bugungi kunda mamlakatlar xalqaro sport musobaqalarida qatnashish orqali o'zini namoyon qilish, boshqa xalqlar, millatlar orasida ma'lum maqomga ega bo'lish uchun yaxshi imkoniyatga ega bo'lmoqda.

Odamlar yaxshi yashash sharoitlariga erishsalar, albatta, sportga murojaat qilishadi, degan fikr ham bor. Bunday fikr qaysidir ma'noda to'g'ri, ammo ba'zi rivojlangan davlatlarga nazar tashlaydigan bo'lsak, yaxshi sharoitga ega bo'lishiga qaramay, odamlar sport bilan shug'ullanmayotgani, natijada aholining bir qismining semirish muammosiga aylanganini ko'rishimiz mumkin. Misol uchun, AQShda bu muammoni hal qilish uchun semirishning oldini olish bo'yicha davlat dasturi qabul qilingan. Binobarin, har qanday kasallikning oldini olish, millat salomatligini muhofaza qilish, fuqarolarning ijtimoiy-siyosiy jarayonlardagi faolligini oshirishda jismoniy tarbiya va sport bilan shug'ullanishi uchun sharoit yaratish juda muhim. Fuqarolarning salomatligi nafaqat o'zlari uchun, balki jamiyat hayotining jabhalarida taraqqiyotni ta'minlashda ham katta ahamiyatga ega. Fuqaroning jismoniy salomatligi oila, jamiyat va davlatning asosiy boyligi salomatligidir.

Oila, maktabgacha ta'lim va tarbiya, umumiy o'rta va o'rta maxsus, professional va oliy ta'lim miqyosida bolalar, o'smirlar va yoshlarda jismoniy tarbiyaga qiziqish uyg'otish nafaqat sportni rivojlantirish, balki aholi salomatligini mustahkamlash, ularning ma'naviy va jismoniy kamolotiga xizmat qilmoqda. Ta'lim muassasalaridagi sharoitlarning yaxshilanishi yoshlarning sportga bo'lgan qiziqishini yanada oshirish, ularni ishsizlik, sarsonlik, istalmagan ishlarda adashib qolishdan asrash imkonini beradi. Chunki ma'lumotlarga ko'ra, ishsizlik o'smirlar va yoshlarning jinoyat va boshqa har qanday noxush hodisalarga moyil bo'lishining asosiy sabablaridan biriga aylangan. O'z navbatida, ota-onalar ham farzandlarini sport bilan shug'ullanishga safarbar etishlari, ularning axloqiy, ma'naviy va jismoniy rivojlanishida katta rol o'ynashlari mumkin. Ota-onalar farzandlari uchun nafaqat bunday masalalarda, balki boshqa xatti-harakatlarda ham eng yaxshi namunadir. Ota-onalar farzandlarini sportga va boshqa har qanday yaxshi xulq-atvoriga jalb qilish va ko'ndirish orqali o'z farzandlariga ko'proq ta'sir ko'rsatishi mumkin. Shaxsning ijtimoiylashuvining birinchi davri ham oilada sodir bo'lib, shaxsning xuddi shu bilim, ko'nikma va malaka asosida boshqa bosqichlarda ham rivojlanadi.

Davlatimiz tomonidan jismoniy tarbiya va sport sohasiga e'tiborning ortib borayotgani, jismoniy tarbiya va sport tadbirlarining o'tkazilishi sport sohasini rivojlantirishga xizmat qilib, o'smir va yoshlarning sport faoliyatiga qiziqishini oshirmoqda. Bunday sharoitlar sport to'garaklari faoliyatini yanada kuchaytirish, o'smir va yoshlarni sportning turli turlariga keng jalb etishga xizmat qilmoqda. Darhaqiqat, sport zamonaviy jamiyat hayotida muhim o'rin tutib, sog'lom turmush tarzini qaror toptirish, yoshlarda vatanparvarlik tuyg'usini yuksaltirish, milliy birdamlikni mustahkamlashga xizmat qilmoqda. Mamlakatimiz sportchilari, saralangan terma jamoalarning viloyat va xalqaro miqyosdagi musobaqalarda ishtirok etishi odamlar, ayniqsa, yoshlar e'tiborini tortmoqda, ularda hamjihatlik, vatanparvarlik tuyg'usini yuksaltirishga ijobiy ta'sir ko'rsatmoqda. Bu borada ommaviy axborot vositalarining sport tadbirlarining aks ettiruvchisi sifatidagi o'rni juda katta va barcha fuqarolarga milliy terma jamoalarimizni qo'llab-quvvatlash imkoniyatini bermoqda. Keyingi yillarda mamlakatimiz yosh futbol terma jamoasining musobaqalardagi ishtiroki va raqobati aholi, ayniqsa, yoshlarda vatanparvarlik tuyg'usini yuksaltirishga sezilarli ta'sir ko'rsatmoqda. Ayniqsa,

har bir sportchi, sport jamoasining g'alabasi har bir insonning vatanparvarlik ruhiga o'z ta'sirini o'tkazib, jamiyat va davlat hayotiga qiziqish uyg'otadi. Shu tariqa inson milliy masalalarga, ularning taraqqiyoti va taraqqiyotiga borgan sari e'tibor qaratadi, ularning faol ishtirokchisi sifatida qaraydi.

Aholining sport bilan shug'ullanishi ijtimoiy holatga juda bog'liq. Fuqarolarning turmush darajasini tobora oshirish ularning jismoniy tarbiya va sportga qiziqishini oshirishi mumkin. Shu nuqtai nazardan qaraganda, fuqarolarning turmush sharoiti va mamlakatimiz xalq farovonligini yildan-yilga yaxshilanib borayotgani yoshlarning jismoniy tarbiya va sport bilan shug'ullanishi uchun sharoitlarni yanada yaxshilashni nazarda tutadi.

Shaxs sport bilan shug'ullansa, ijtimoiylashtiruvchi agentliklarning, masalan, murabbiyning ta'siri sportchilarga sport hayoti va jamiyat bilan bog'liq ba'zi masalalarni boshqa nuqtai nazardan qabul qilish imkonini beradi. Bu to'garakda asosan yoshlar sportchilar muhitidan ta'sirlanib, ularda yaxshi fazilatlarni rivojlantirib, jamiyat hayotiga kirib boradi. Kishi ishtiyogi tufayli sport bilan shug'ullansa, sport o'zini-o'zi qondirish yo'liga aylanadi. Ya'ni, u professional sportchilar hayotini boshqarmasa ham, sportchilarning ijtimoiy muhiti unga ta'sir qilmasdan qolmaydi.

Jismoniy tarbiya va sportni boshqa sohalaridan butunlay alohida tasavvur qilib bo'lmaydi. Darhaqiqat, ijtimoiy-iqtisodiy va madaniy hayot jarayonlari siyosat sohasi bilan bog'liq holda rivojlanadi. Chunki bu unsurlarning har biri siyosiy tuzum qoidalariga muvofiq harakat qilib, davlat, ijtimoiy va umuminsoniy maqsadlarga xizmat qiladi.

Jismoniy tarbiya va sport bilan shug'ullanish orqali inson tanasida jamiyatimizni o'zimizdan boshqa hech kim obod qilmaydi degan g'oya shakllanadi. Bu fazilat sportchi sport musobaqalarida qatnashib, boshqa sportchilar bilan kuch sinashganda shakllanadi va kelajakda fuqaroning ijobiy fazilatlarini shakllantirishga xizmat qiladi.

Xulosa o'rnida aytish mumkinki, yoshlarning jismoniy tarbiya va sport bilan shug'ullanishi, sportchilarning xalqaro musobaqalarda erishayotgan yutuqlari nafaqat davlatimizning mintaq va jahon arenalarida o'z mavqeini mustahkamlash, balki faollik saviyasi va tuyg'usini yuksaltirishda ham samarali o'rin tutadi.

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

1. Abdullaev K., Juraev B., Khabibova G. Food quality and safety control as an important factor of physical development //E3S Web of Conferences. – EDP Sciences, 2023. – T. 460. – С. 11001.
2. Utanov B. et al. Correlation Of The Interaction Of Agricultural Production With The Volume Of Dehkanproduction In Uzbekistan //Ilkogretim Online. – 2021. – T. 20. – №. 3.
3. Murodov J. J. TALABALARNI JISMONIY TARBIYA VA SPORT DARSLARIDA HARAKATLARGA O'RGATISH JARAYONLARI: Jahongir Jorayevich Murodov, Buxoro Davlat universiteti "Sport faoliyati" kafedrasida katta oqituvchisi //Образование и инновационные исследования международный научно-методический журнал. – 2023. – №. 2. – С. 256-260.
4. Muratov D. ПУТИ ПОВЫШЕНИЯ ИНТЕРЕСА К УЧЕБНОМУ ПРОЦЕССУ У УЧАЩИХСЯ, НЕ ИНТЕРЕСУЮЩИХСЯ ЗАНЯТИЯМИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ В ШКОЛЕ //ЦЕНТР НАУЧНЫХ ПУБЛИКАЦИЙ (buxdu. uz). – 2022. – Т. 21. – №. 21.
5. Murodov J. J. Women's sports is a key link of physical culture. – 2022.
6. Муродов Ж. Ж., Турсунова Ф. Ё. ПУТИ ПОВЫШЕНИЯ ИНТЕРЕСА К УЧЕБНОМУ ПРОЦЕССУ У УЧАЩИХСЯ, НЕ ИНТЕРЕСУЮЩИХСЯ ЗАНЯТИЯМИ

- ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ В ШКОЛЕ //Вестник науки и образования. – 2022. – №. 5-2 (125). – С. 27-30.
7. Murodov J. J., Charos K. Innovative approaches to physical education of school students. – 2022.
  8. Muratov D. WOMEN'S SPORTS IS A KEY LINK OF PHYSICAL CULTURE //ЦЕНТР НАУЧНЫХ ПУБЛИКАЦИЙ (buxdu. uz). – 2021. – Т. 8. – №. 8.
  9. Мурадов Ж. Ж. УПРАВЛЕНЧЕСКОЕ СОДЕРЖАНИЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СПОРТИВНЫХ ПЕДАГОГОВ //АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ ПРАВОВОГО РЕГУЛИРОВАНИЯ СПОРТИВНЫХ ПРАВООТНОШЕНИЙ. – 2018. – С. 117-120.
  10. Murodov J. Мамлакатимизда хизмат кўрсатиш соҳасида олиб борилаётган ижтимоий-иктисодий ислоҳатлар кўлами //Архив научных исследований. – 2020. – №. 29.
  11. Муниров Н. А. Роль физической культуры и спорта в развитии учащихся //Проблемы науки. – 2021. – №. 2 (61). – С. 47-49.
  12. Sattorov A. E. Possibilities of Professional Culture Future Physical Training Teachers //Eastern European Scientific Journal. – 2018. – №. 2.
  13. САТТОРОВ А. Э., ИБРАГИМОВ А. К. СПОРТЧИЛАРДА ҲИССИЙ-ИРОДАВИЙ СИФАТЛАР ШАКЛЛАНИШИНИНГ ПСИХОЛОГИК ХУСУСИЯТЛАРИ //PSIXOLOGIYA Учредители: Бухарский государственный университет. – №. S2. – С. 112-118.
  14. Sattorov A. E., Ibragimov M. Methods and tools for the formation of special skills in the process of conducting individual lessons for boxing coaches. – 2022.
  15. Sattorov A. E. et al. Didactic Foundations of Organizing the Process of Physical Education through National Traditions //EUROPEAN JOURNAL OF INNOVATION IN NONFORMAL EDUCATION. – 2023. – Т. 3. – №. 4. – С. 113-115.
  16. Жураев Б. Т. Социально-духовное развитие студентов //Россия-Узбекистан. Международные образовательные и социально-культурные технологии: векторы развития. – 2019. – С. 22-23.