

**O‘ZBEKISTON RESPUBLIKASI  
OLIV VA O‘RTA MAXSUS TA‘LIM VAZIRLIGI**

**BUXORO DAVLAT UNIVERSITETI**

**JISMONIY MADANIYAT FAKULTETI**

**“HOZIRGI TARAQQIYOT BOSQICHIDA JISMONIY  
TARBIYA VA SPORT MASHG‘ULOTLARINI TASHKIL  
QILISHNING ISTIQBOLLARI: MUAMMO VA  
YECHIMLAR”**

**ПЕРСПЕКТИВЫ ОРГАНИЗАЦИИ ЗАНЯТИЙ ПО  
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ НА  
СОВРЕМЕННОМ ЭТАПЕ РАЗВИТИЯ: ПРОБЛЕМЫ И  
РЕШЕНИЯ**

**PROSPECTS OF ORGANIZATION OF PHYSICAL  
EDUCATION AND SPORTS: PROBLEMS AND  
SOLUTIONS**

**Xalqaro miqiyosidagi ilmiy amaliy-anjuman**

**2022 yil 28-29 aprel**

**Buxoro - 2022**

3. Ўзбекистон Республикаси Президентининг 2020 йил 3 ноябр, ПҚ-4877-сонли “Жисмоний тарбия ва спорт соҳасида кадрлар тайёрлаш тизимини такомиллаштириш ва илмий салоҳиятни ошириш чора-тадбирлари тўғрисида”ги қарори.

4. “Ҳозирги тараққиёт босқичида хотин-қизлар спорти : муаммолар ва истиқболлар”, “женский спорт на современном этапе : проблемы и перспективы”. Халқаро онлайн илмий-амалий анжумани материаллари 2020 йил 6 май, Бухоро -2020, Жамилова Г., Баймурадов Р.С. “Мақтабгача таълим муассасаларида жисмоний тарбия машғулотларини ўзига хослиги”, 271-274 бет.

5. “Ҳозирги тараққиёт босқичида хотин-қизлар спорти : муаммолар ва истиқболлар”, “женский спорт на современном этапе : проблемы и перспективы”. Халқаро онлайн илмий-амалий анжумани материаллари 2020 йил 6 май, Бухоро -2020, Баймурадов Р.С. “Ёш волейболчиларнинг чидамкорлигини инновацион технологиялар ва ҳаракатли ўйинларни қўллаб ошириш”, 607-610 бет.

6. INNOVATION IN THE MODERN EDUCATION SYSTEM, part 1, December 2020, COLLECTIONS OF SCIENTIFIC WORKS Washington USA 25<sup>th</sup> Desember 2020, Баймурадов Раджаб Сайфитдинович, Бахшуллаева Малоҳат, Жамилова Гульчеҳра “Роль учителя-наставника в становлении молодого специалиста”, стр 37-45.

## **JISMONIY TARBIYA VA INSON BARKAMOLLIGI**

10.53885/edinres.2022.91.89.006

**Gulboyev Akbar To'xtayevich**

**Bux.Du Pedagogika fakulteti Pedagogika kafedrasi**

Mustaqil O'zbekistonimizda sport sohasiga alohida e'tibor qaratilmoqda. Bolalar va o'smirlarni jismoniy jihatdan barkamol qilib tarbiyalash davlat dasturining asosiy mazmuniga aylanmoqda. Chunki, kelajak avlodlar taqdiri bugungi sog'lom kishilarimizning ma'naviy va jismoniy barkamolligi bilan bog'liqdir. Bu borada mamlakatimizda yosh avlodning jismoniy va ma'naviy sog'lomligini mustahkamlash, farzandlarimizning sog'lom turmush tarzini ta'minlash, ularda sportchi muxabbat tuyg'ularini kuchaytirish yuzasidan keng ko'lamlı ishlar amalga oshirilmoqda.

Bolalar sportining rivoji kelajak yoshlarning jismonan, ruhan sog'lom tarbiyalanishining garovidir. Bu esa farzandlarimizning kelajakda har qanday zamonaviy texnologiyalarga asoslangan bilimlarni o'zlashtirishda qarshiliklarga uchramasligini ta'minlaydi. Chunki biz insoniyat tarixida unutilmas burilish pallasi ilm-fan, texnika va texnologiya taraqqiy etgan XXI-asrda yashamoqdamiz, qolaversa, yurtimizda xuquqiy demokratik davlat hamda fuqarolik jamiyatni barpo etish jarayoni kechmoqda. Dunyo hamjamiyati bilan turli yo'nalishlarda hamkorlik qilish oldimizda turgan iqtisodiy va ijtimoiy siyosiy masalalarni hal etish hamda jamiyatimizni ma'naviy-ma'rifiy jihatdan takomillashtirish orqali xalqimiz faravonligini ta'minlash, fuqarolarimizning, oila va avlodning har tomonlama barkamol (ham jismonan, ham ma'naviy jihatdan sog'lom), dono, ilg'or fikrli va zakovatli bo'lishiga intilmoqdamiz. SHu o'rinda yoshlar va o'smirlar o'rtasida sog'lom turmush tarzini yaratishda jismoniy tarbiya va sportni yuksakligini ta'kidlash joizdir.

Ko'p yillik tarixga ega bo'lgan turon zaminida yashab kelayotgan ajdodlarimiz ota-bobolarimiz ham asrlar davomida jismoniy tarbiya sport o'yinlari bilan shug'ullanib kelishgan. Buni biz xalq og'zaki ijodida «Alpomish», «Go'r o'g'li», «Avazbek» dostonlaridan bilamiz. SHu bois ajdodlarimiz ham jismonan baquvvat, ruhan sog'lom farzandlarni o'stirishgan va ulardan xalq qahramonlari mif va afsonalar etishib chiqqan. Bugungi kunda ham yoshlarimizni shunday etuk shaxs ya'ni komil inson tarbiyasida jismoniy tarbiya va sportning o'rni xususida izlanishlar olib borilmoqda. Ta'lim tizimida, maktabgacha ta'lim muassasalarida, o'rta maxsus maktablarida bu borada samarali faoliyatlar olib borilmoqda.

Bugungi kun mutaxassislarining ilmiy taxlillari natijasida nazariy-tashkiliy bilim va amaliyotni o'zlashtirish bosqichlarini, quyidagi texnologik tartibda amalga oshirilishi tafsiya etilmoqda.

1. Har bir odamning o'z salomatligini mustahkamlashida shaxsan o'zi ma'sul ekanligini jismoniy madaniyat ta'limi orqali anglab olishini ta'minlash.

2. Hozirgi zamonda ekologik buzilishlar, tashqi muhitning ifloslanishi, tabiiy va texnologik halokatlarning o'sishi, inson jismoniy salomatligining oldiga yangicha talablarni qo'yayotgani haqida bilimga ega bo'layotganini ta'minlash.

3. Jismoniy tarbiya va sportni mamlakatda rivojlantirish, inson salomatligini yanada mustahkamlashga qaratilgan davlat rahbariyati tomonidan qabul qilinayotgan qonun, farmon, qarorlardan o'z vaqtida xabardor bo'lish, ularga qo'yilayotgan talablarni mamlakatda istiqomat qilayotgan har bir

fuqaro o'zi uchun belgilab berilgan tegishli ko'rsatmalarni bajarishni ta'minlash o'zining burchi ekanligini bilish.

4. Ma'lumki, har bir inson uch xil oziqlanishga doimo muhtoj. Bu moddiy, ma'naviy va jismoniy oziqlanishlardir. SHulardan jismoniy oziqlanishning har bir kishi o'ziga kerakli darajasini o'zining kundalik xayotiy tajribasidan kelib chiqib amalga oshirishni ta'minlovchi bilimga ega bo'lish.

5. Har bir inson o'zining jismoniy imkoniyatlarini bilishi, uning sport mashqi va musobaqalari sharoitida yuksak natijani namoyish etishga, tayyrlashga oid ilmiy-nazariy-amaliy bilimlarga ega bo'lish.

6. Har bir kishi o'zining turmush-tarzi sharoitida qaysi jismoniy harakat amallaridan qanday foydalanganda o'zini jismoniy rivoji va tayyorgarligiga qay darajada samara berishi haqidagi bilim va tajribalariga ega bo'lish.

7. Har bir odam o'zi yashayotgan xududida viloyat, mamlakat, qit'a, jahon miqyosidagi jismoniy tarbiya va sport haqidagi barcha tegishli ma'lumotlardan xabardor bo'lib turishi jismoniy madaniyat ta'limi texnologiyasini yuqoridagi tartibda amalga oshirish, odamlarning jismoniy madaniyatini shakllantirishda asosiy omillardan biri bo'lib xizmat qiladi.

Har qanday insonning eng mo'tabar orzusi, astoydil intilgan asosiy maqsadi — sog'lom, barkamol avlodni tarbiyalash, har tomonlama komil insonni voyaga yetkazishdan iborat. Darhaqiqat, sog'lom avlod deganda nimani tasavvur qilamiz? Sog'lom avlod g'oyasi orqali biz oldimizga qanday maqsadlarni qo'yamiz?

Sog'lom avlod deganda, eng avvalo, sog'lom naslni, faqat jismonan baquvvat, shu bilan birga ruhi, fikri sog'lom, imon-e'tiqodi butun, bilimli, ma'naviyati yuksak, mard va jasur, Vatanparvar avlodni tushunamiz. Bu davlatni faqatgina sog'lom millat, sog'lom avlodgina qura oladi.

CHunki sog'lom avlod orzusi ajdodlarimizdan bizga o'tib kelayotgan, qon-qonimizga singib ketgan muqaddas intilishdir. Agar ota-bobolarimizning turmush tarziga, tafakkuriga nazar solsak, ular nasl-nasabi, etti pushtining tozaligiga, avlodning sog'lig'iga juda katta e'tibor berganini ko'ramiz.

Ammo sog'lom avlod tarbiyasi oson ish emas. U har bir inson, har bir oila, butun jamiyatdan jiddiy e'tibor va uzluksiz mehnat talab qiladi.

Vatan uchun, o'z farzandlari va kelgusi nasllar uchun har bir kishi savobli ishlar qilib ulgurishi kerak. Olijanob xalqimizning ezgu tasavvur va tushunchasiga ko'ra, har bir odam dunyoga kelib, uchta xayrli ishni ado etishi lozim.

Birinchisi, sog'lom va oqil farzand tarbiyalab voyaga etkazish. Ikkinchisi, o'z oilasi, farzandlari uchun imorat qurish. Uchinchisi, kelajakni o'ylab, yaxshi niyat bilan daraxt o'tqazish.

CHunki bu insoniy intilishlarda millatimizning barkamol avlod haqidagi orzu-umidlari aks etadi.

O'zbekning hamma orzu-havaslari, hayoti mazmunida farzandlarining kelajagi, baxtu saodati bilan bog'liq maqsadlarni ko'ramiz.

Sohibqiron Amir Temur bobomiz «Askarlari baquvvat el qudratli bo'lur, qudratli elning askarlari baquvvat bo'lur» degan. SHu fikrni davom etgarib, I.Karimov «Farzandlari sog'lom yurt qudratli bo'ladi, qudratli yurtning farzandlari sog'lom bo'ladi» deb aytganlar.

Agar farzand sog'lom, oqil, imon-e'tiqodli bo'lsa, ota-onasiga faqat rahmat keltiradi, odamlarga naf keltiradi, el-yurt nazaridan hech qachon qolmaydi.

Sog'lom avlod tarbiyasi har bir inson, har bir oila, butun jamiyatdan jiddiy e'tibor va mehnat talab kiladi. Sog'lom ruh va sog'lom tanaga ega kishilardan sog'lom fikr chiqishi tabiiydir. Keng fikrli, o'tkir zehni va iste'dodli kishilar daho ataladilar.

Daholar, ya'ni komil insonlar yaratgan asarlar, kashfiyotlar, ezgu ishlar butun insoniyatga tegishli bo'ladi va ular o'z sohalaridagi etuk ishlari bilan dunyo taraqqiyotiga ta'sir ko'rsata oladilar.

Ota-bobolarimiz, momolarimizning biz uchun ibratli jihatlaridan biri ularning o'ta ishchan, mehnatsevar bo'lganligidir. Ajdodlarimiz farovon va to'kin turmush sirini halol mehnatda deb bilganlar. Farzandlarini ham mehnat qilishga, peshona teri evaziga kun kechirishga undaganlar.

Inson bu dunyoda yasharkan, nimalargadir erishishga, nimalarnidir topishga intiladi. Kimdir baxt izlaydi, kimdir esa taxt. Kimdir boylik izlaydi, yana kimdir shon-shuhrat.

Albatta, bu har kimning o'zi istagan yashash uchun kurash yo'lidir: Biroq kishilar harakatlari davomida nimadir topmoq istaydi-yu, yo'qotishlarga ham duch keladi.

Ro'zg'ordagi tinchlik-osoyishtalik asosan ota-onasining o'zaro munosabatiga bog'liq. Ota-ona inoq bo'lsa, bu o'z-o'zidan bolalarga ibrat vazifasini o'taydi, ahil oilada voyaga etgan yoshlar ham ota-onalari kabi shirin hayot kechirishadi.

Oila jamiyatning asosi. Oila sog'lom bo'lsa, millat ham sog'lom bo'ladi. Kelgusi avlodning sog'ligi, jismoniy va ruhiy barkamol bo'lishiga ham oilada poydevor qo'yiladi. Xalqimiz odatiga ko'ra, har bir inson o'z umri davomida uchta xayrli ishni amalga oshirishi kerak, ya'ni sog'lom va barkamol

farzand tarbiyalash, oilasi uchun boshpana qurish hamda yaxshi niyat bilan ko'chat o'tqazishdek burch qon-qonimizga singib ketgan.

Har bir ota-ona farzandi komil bo'lib voyaga etishini, Vatani oldidagi burchini munosib bajarishini orzu qiladi. Ma'naviy barkamollikning ilk bosqichi esa yuqori darajadagi jismoniy madaniyat va sportga e'tibor bilan boshlanadi.

Prezidentimiz I.Karimovning quyidagi so'zlarida buni yanada chuqurroq anglab etish mumkin: «Sport orqali bolaning dunyoqarashi o'zgaradi. Kecha ko'chada nima qilishini bilmay yurgan bola biron-bir hunar o'rganib ish, sport mashg'ulotlari bilan band bo'lsa, ota-onasiga ham boshqacha ko'z bilan qaraydi. Oilada mehr-oqibat, ahllik kuchayadi. Ayniqsa, o'g'il bolalar sport maydonlarida mardlik maktabini o'taydi».

Barkamol avlodni tarbiyalash va voyaga etkazish uchun avvalo ularda sportga bo'lgan mehr-muhabbatni shakllantirish lozimligi bugun barchaga ma'lum va bu ezgu maqsadlar yo'lida Prezidentimiz barcha imkoniyatlarni yaratib bermoqda.

## **ИСПОЛЬЗОВАНИЕ СОВРЕМЕННЫХ ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ В СИСТЕМЕ ОБРАЗОВАНИЯ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ**

10.53885/i1754-7271-8974-p

**Б.Б.Маъмуров. д.п.н., профессор. Бухарский государственный университет, Бухара, Узбекистан**

**Бердиев Жамшид Бахриддинович. Магистр Навоийского педагогического института. Навоий, Узбекситан**

### **Аннотация**

На этом статье приведено научные примеры о использование современных информационных технологий в системе образования по физической культуре и спорта.

**Ключевая слова:** информационные-технологии, коомуникационные технологий,

Использование информационных-технологий в учебном процессе является основным путем к модернизации системы высшего и средне – специального образования , в том числе и по дисциплине «физическая культура. Внедрение современных информационных и коомуникационных технологий в образование позволяет значительно эффективнее проводить сбор, обработку и передачу информации, осуществлять самостоятельную работу, качественно изменить со содержание, методы организационные формы обучения в области физического воспитания.

На современном этапе развития цивилизации интеграционные процессы обновления общества выходит на первый план. Такое отражение проявилось и в образовании. Единое информационное пространство затронуло весь процесс обучения. Обмен информационными ресурсами стал явью интеграции системы образования в современных условиях.

Применение информационных технологий в обучении студентов высших и средне – специальных учебных заведений не оставило в стороне дисциплину «Физическая культура». Модернизация педагогической деятельности стала одним из шагов совершенствования процесса физического воспитания на всех ступенях образования,

Смена приоритетов (образований) привела к изменению приобретенных знаний: на первое место вышли общеучебные умения приобретать и -эффективно использовать знания, А относительно к физической культуре - это применение знаний с целью овладения навыками поддержания своего здоровья, использования методов самоконтроля, самооценивания физической и функциональной подготовленности.

Диагностировать учебный процесс помогает так называемый канал обратной связи - от студента к педагогу. Диагностика и коррекция позволяет оценивать результаты обучения, определять методы и задания, отталкиваясь от исходного уровня, показанного обучающимся.

Целесообразность использования информационных технологий в учебном процессе по физической культуре доказывается результатами многих исследований. Эти вопросы касаются изучения интереса к обучению по методике с элементами новой информационной технологии, компьютерного контроля самостоятельной работы, автоматизации управления двигательной подготовленностью студентов на основе применения компьютерной техники, информационной поддержки профессиональной подготовки специалистов физической культуры и спорта, создания