

**SPORT TADBIRLARINI O'TKAZISH ASOSIDA O'QUVCHILARDA RAQIBIGA NISBATAN HURMAT HISSINI SHAKLLANTIRISH TEXNOLOGIYASI.****Abduvoitova Sabrina Umirzoq qizi***Termiz davlat Pedagogika instituti, Jismoniy madaniyat fakulteti xotin qizlar sporti yo'nalishi 105-gurux talabasi*

**Annotatsiya:** *Ushbu maqolada Sport sog'liq va hayot sifatini yaxshilashdan tashqari, bizni yaxshi aqliy va jismoniy sharoitlarda qolishimizga yordam beradigan jismoniy mashqlar majmuasi sifatida tasavvur qilinishi, sportga bo'lgan e'tibor, musobaqalarda o'yin tartiblari haqida so'z boradi.*

**Kalit so'zlar:** *sport, jismoniy tarbiya, musobaqa, e'tibor, shakllantirish, chiniqish, rivojlantirish, ommalashtirish.*

Prezidentimizning 2020-yil 30-oktyabrdagi “Sog'lom turmush tarzini keng tatbiq etish va ommaviy sportni yana-da rivojlantirish chora-tadbirlari to'g'risida”gi farmoni esa bu boradagi harakatlarimizga yangi ruh bag'ishladi. Qish bo'lishiga qaramay, erta tongdan xiyobonu ko'chalarda yugurib, chiniqayotgan odamlarni ko'p uchratyapmiz. Bugun harbiylashtirilgan tizim xodimlari o'rtasida ham sport bilan muntazam shug'ullanish avj olgan. Turli sport musobaqalari o'tkazish ommalashmoqda.

Ta'kidlash joizki, davlatimiz rahbari tomonidan ilgari surilgan beshta muhim tashabbusning ikkinchi yo'nalishi – yoshlarni jismoniy chiniqtirish, ularning sport sohasida qobiliyatini namoyon qilishi uchun zarur sharoitlar yaratishga alohida e'tibor qaratilayotgani keyingi yillarda ommaviy sport tadbirlarini o'tkazishga keng yo'l ochmoqda.

Yurtimizda jismoniy tarbiya va sportni yana-da rivojlantirish, uning ommaviylikini oshirish, aholining turli qatlamlari, xususan, yoshlar orasida sog'lom turmush tarzini keng targ'ib qilish tobora kuchaymoqda.

Sport sog'liq va hayot sifatini yaxshilashdan tashqari, bizni yaxshi aqliy va jismoniy sharoitlarda qolishimizga yordam beradigan jismoniy mashqlar majmuasi sifatida tasavvur qilinadi.

**Sport** (ing. sport – o'yin) – jismoniy madaniyatning tarkibiy qismi, jismoniy tarbiya vositasi va usuli, jismoniy mashqlarni turli majmualari bo'yicha musobaqalar tashkil etish, tayyorlash va o'tkazish tizimi. Sportning maqsadi kishilarning sog'lig'ini mustahkamlash va umumiy jismoniy rivojlantirish bilan birga sport musobaqalarida yuqori natija va g'alabalarga erishishdir. Dastlabki sport musobaqalari Yunonistonda bo'lib o'tgan. Xalqaro olimpiada qo'mitasi tashkil qilinganidan keyin sport juda tez rivojlana boshladi. 1896-yilda 1-zamonaviy Olimpiada o'yinlari o'tkazildi.

O'zbekiston Respublikasida sport umumdavlat ishi hisoblanib, jismoniy madaniyat bilan birga Ag'olining barcha qatlamlarini va yosh guruhlarini qamrab olgan. Mamlakatda 50 dan ziyod sport turi ommalashgan, ulardan 30 turi Olimpiada o'yinlari dasturiga kiritilgan.

Ta'lim muassasalarida jismoniy tarbiya tadbirlari o'quvchi va talabalarni jismoniy rivojlantirish, sog'lomlashtirish va hayot faoliyatiga tayyorlashdan iborat bo'ladi. Jismoniy

tarbiya jarayonlari barcha bosqichlarida tashkil etiladi. Jismoniy tarbiyani tashkil etishda ta'lim muassasaning pedagogik jamoasi jismoniy tarbiya o'qituvchilari va sport murabbiylarining axamiyati katta. Ta'lim muassasalarida jismoniy tarbiya tadbirlari ertalabki badantarbiya, jismoniy tarbiya darslari sport to'garaklaridagi mashg'ulotlar, sport musobaqalari va bayramlar hamda dam olish kunlari va ta'tillarda olib boriladigan turizm mashg'ulotlari hisoblanadi. Jismoniy tarbiya tadbirlarida o'quvchilar hayotiy zarur harakatlar yurish, yugurish hamda sakrash va uloqtirish, tirmashib chiqish mashqlarni bajarib harakat malaka va ko'nikmalari shakllantiriladi. Jismoniy tarbiya vositalari bo'lib hisoblangan jismoniy mashqlar va tabiatning sog'lomlashtiruvchi kuchlari hamda gigienik vositalar yordamida ijobiy o'zgarishlar sodir bo'ladi va organizm sog'lomlashadi. O'zbekiston Respublikasining "Halq ta'limi haqidagi" va "Jismoniy tarbiya va sport xaqida" qonunida O'zbekiston Respublikasining fuqarolari o'z salomatliklarini yaxshilash va mustaxkamlash uchun jismoniy jixatidan chiniqishlari to'g'risida qayg'urishlari shart, degan fikr ta'kidlanadi. Bu qonun to'la ma'noda o'quv dargoxlaridagi jismoniy tarbiya ishiga xam ta'luqlidir.

Jismoniy mashqlar va sportga oid maxsus bilimlar berish, Jismoniy mashq deb, jismoniy tarbiya qonuniyatlari talablariga javob beruvchi, ongli ravishda bajariladigan ixtiyoriy harakat faoliyatlarining turli turkumi tushuniladi. Bunday harakat faoliyatlari gimnastika, o'yinlar, sport, turizm mashqlari sifatida tarixan tizimlashtirildi, to'plandi va usluban to'ldirildi. Ularga gigienik bilim va ko'nikmalarni singdirish. Bu vazifa o'quvchi va talabalaga jismoniy mashg'ulotlarning foydasi xaqidagi, gigienik qoidalarga, dasturda ko'zda tutilgan barcha jismoniy mashqlarni to'g'ri bajarish qoidalariga rioya qilish xaqidagi zarur bilimlarni berishdan iborat. Bularning hammasi sog'liqni mustaxkamlashga, ularning gigiena qoidalarini bilishlari va ularga amal qilishlariga bevosita daxldor bo'lib, bunga maktab, oila, jamoatchilik hamda bolalarning o'zlarining birgalikdagi harakat bilan erishiladi. Jismoniy mashqlarga va sport mashqlariga jismoniy tarbiya darslari, kun tartibidagi tadbirlar hamda to'garak mashg'ulotlarida o'rgatiladi. Uning natijasida jismoniy rivojlanish ta'minlanadi.

Jismoniy tarbiya, sport bilan shug'ullanish butun xalqning sog'lig'ini ta'minlaydi, shu bilan birga davlat xavfsizligi darajasini oshiradi. Hukumatning vazifasi sportni barcha zarur narsalar bilan ta'minlashdir va amaldagi qonunchilikda qo'llab-quvvatlash hokimiyatning vazifasi va har qanday darajadagi mansabdor shaxslarning vazifasi sifatida belgilangan. Shuning uchun ham sport va dam olish tadbirlari ko'pincha turli darajadagi byudjetlar tomonidan homiylik qilinadi va hukumat boshqaruv tizimiga xos bo'lgan byurokratik kechikishlar murakkabligiga qaramay, mansabdor shaxslar tadbirga hech qanday to'siq qo'yishmaydi.

Jismoniy tarbiya jamiyatning madaniyati bilan bir vaqtda shakllangan, asosan, uning hayotiy va rivojlanayotgan qismi bo'lgan maxsus ixtisoslashgan madaniy yo'nalishdir. An'anaviy ma'noda madaniyat asrlar davomida sport bilan chambarchas bog'liq edi va aksincha. Jismoniy tarbiyaning rivojlanishi asosan haykaltaroshlik, me'morchilik, rasm va musiqa, zamonaviy multimedia badiiy shakllari orqali targ'ib qilingan go'zallar haqidagi falsafiy hisob-kitoblar, ilmiy yutuqlar va g'oyalar bilan bog'liq.

Hozirda jismoniy tarbiya va sportga qaratilgan e'tibor ulkanligi bois turli xil sport musobaqalarga bo'lgan ehtiyoj ham ko'p. shu bois jismoniy tarbiya darslarida sport musobaqalari haqida, musobaqalarda o'yin tartibi va raqib kamandaga nisbatan o'zaro hurmat turlari alohida o'rgatilmog'da. Eng avvalo hurmat o'zi nima? Bu savolga hamma

javob beradi, lekin umuman olganda - boshqa shaxsiyatda, o'z xususiyatlariga va ko'p qirrali xususiyatiga ega bo'lgan shaxsni ko'rishni anglatadi, shuning uchun odamlar har xildir. Do'stona munosabatlar, hamkorlik, oila o'ziga xos xususiyatlarga ega, lekin ularni hurmat qilish umumiy tamoyillar asosida qurilgan:

- shaxsiy chegaralar, joylar va takrorlanmaslikni saqlash;
- do'stingiz, hamkoringiz, turmush o'rtog'ingizning fikri o'zingiznikidan farq qilishi mumkin - uni qabul qilish va moslashuvchanlik bilan qabul qilish muhimdir;
- boshqa avtonom shaxsda ko'rish;
- qiyin davrlarda, vaziyatlarda yordam va yordam ko'rsatish.