

JISMONIY TARBIYA TADBIRLARI VA VOSITALARINING JISMONIY RIVOJLANTIRISH VA
SOG'LOMLASHTIRISH VAZIFALARI

Rustamjonov Shoxruxbek Akmaljon o'g'li

RustamjonovShoxruxbek@gmail.com

Andijon davlat Universitetining Pedagogika instituti magistranti.

Annotasiya: maqolada davlatimizda olib borilayotgan jismoniy tarbiya va sport sohasidagi islohatlar yosh avlodni har tamonlama yetuk inson qilib tarbiyalashdagi o'rni va ahamiyati yuzasidan so'z yuritilgan.

Kalit so'zlar: Jismoniy madaniyat, Jismonan etuk, sog'lomlashtirish, jismoniy tarbiya, ommaviy sport.

Аннотация: Обсуждены роль и значение реформ в области физического воспитания и спорта в нашей стране в воспитании молодого поколения во всесторонне зрелых людей.

Ключевые слова: Физическая культура, Физически зрелые, оздоровление, физкультура, массовый спорт.

Annotation: the article talks about the role and importance of physical education and sports reforms in our country in raising the young generation to become fully mature people.

Keywords: Physical culture, Physically mature, wellness, physical education, public sports.

Bugungi kunda yurtimizda jismoniy tarbiya va sport sohasidagi islohatlar xamda Prezidentimizning xalq ma'naviyatini ortirish bo'yicha olib borayotgan g'amxo'rliklari ham yosh avlodni har tamonlama yetuk inson qilib tarbiyalashga qaratilgan.

"Agar jamiyat xayotining tanasi iqtisodiyot b'lsa, uning joni va ruxi ma'naviyatdir. Biz yangi Y'zbekistonni barpo etishga qaror qilgan ekanmiz, ikkita mustaxkam ustunga tayanamiz. Birinchisi – bozor tamoyillariga asoslangan kuchli iqtisodiyot. Ikkinchisi – ajdodlarimizning boy merosi va milliy qadriyatlarga asoslangan kuchli ma'naviyat", deydi Shavkat Mirziyoev yifilishda.³¹

Mamlakatimiz bo'ylab zamonaviy sport inshootlarini barpo etilishi, aholi o'rtasida jismoniy tarbiya va sport tadbirlarini keng ommaviylashtirilishi xalqimizdan yetuk sportchilar chiqishini, ularning xalqaro sport musobaqalardagi muntazam erishayotgan g'alabalarning asosiy omili bo'lib xizmat qilmoqda. Keyingi davrda jismoniy tarbiya va

³¹ O'zbekiston Respublikasi Prezidenti Shavkat Mirziyoev 2021 yil 19 yanvar kuni ma'naviy-ma'rifiy ishlar tizimini tubdan takomillashtirish, bu borada davlat va jamoat tashkilotlarining hamkorligini kuchaytirish masalalari bo'yicha videoselektor yig'ilishi.

sportga katta e'tibor qaratilmoqda. Prezidentimiz va Vazirlar mahkamasi sportni ommaviylashtirish va rivojlantirish bo'yicha ko'plab islohatlar olib bormoqdalar.

Jismoniy tarbiya va sport mashg'ulotlari o'quvchi va talabalarni sog'lomlashtirish va jismonan rivojlantirish vositasi bo'lib hisoblanadi. Jismoniy tarbiya va sport bilan shug'ullanishda jismoniy harakatlarga o'rgatish asosini jismoniy mashqlarni to'g'ri va samarali bajarish uslublari va tamoyillari yordamida amalga oshiriladi. Jismoniy harakatlar texnikasini shakllantirishda harakatlarga o'rgatishning zamonaviy jaryonlari va bosqichlaridan foydalanish maqsadga muvofiq bo'lib hisoblanadi.

Ta'lim muassasalarida jismoniy tarbiya tadbirlarining asosiy shakllari jismoniy tarbiya darslari hisoblanadi. Jismoniy tarbiya darslarini samarali tashkil etishda va darsning o'quvchilarni sog'lomlashtirish va jismoniy rivojlantirish maqsad va vazifalarini to'liq amalga oshirishda jismoniy tarbiya o'qituvchilari va sport murabbiylarining kasbiy tajriba va malakalari muhim o'rin tutadi.

Shuningdek mamlakatimiz barcha hududlarida ta'lim muassasalarini kapital ta'mirlash ishlari, zamonaviy sport zallar va sport maydonlari barpo etilishi, jismoniy tarbiya va sport bo'yicha o'quv jarayonlarini yetarli asbob va jihozlar bilan ta'minlanishi ham jismoniy tarbiya tadbirlarini samarali tashkil etishning bosh garovi bo'lib xizmat qilmoqda.

Ta'lim muassasalarida bolalar bilan tashkil etiladigan jismoniy tarbiya tadbirlari ularni sog'lomlashtirish, jismoniy rivojlantirish maqsadida tashkil etiladi. Jismoniy tarbiya darslarini to'g'ri tashkil etish va barcha o'quvchilarni harakatlarga bo'lgan ehtiyojini qondirish bilan bolalarni sog'lomlashtirish va jismoniy rivojlantirish vazifalari to'liq amalga oshiriladi.

Jismoniy tarbiya, sport, sog'lomlashtirish tadbirlari jismoniy tarbiya o'qituvchilarining me'yoriy hujjatlariga muvofiq, ta'lim muassasasi pedagogik jamoa kengashi tasdiqlagan rejalar asosida olib boriladi. O'quvchilarni sog'lomlashtirish va jismoniy rivojlantirish vazifalari jismoniy tarbiya darslarida amalga oshiriladi.

Ta'lim muassasalarida jismoniy tarbiya tadbirlarini to'g'ri tashkil etilishi o'quvchilar yoshlarni jismoniy rivojlangan va sog'lom qilib tarbiyalash bilan birga ularni nazariy fanlardan o'zlashtirishlarini yuqori bo'lib borishlari ko'rsatilgan. Jismoniy tarbiya va sport tadbirlari bolalarni ommaviy sport turlariga jalb etishga, tartib intizomli, axloqiy va estetik, ma'naviy yetuk inson bo'lishlariga asos bo'ladi.

Ta'lim muassasalarida jismoniy tarbiya va sport tadbirlarini tashkil etish va o'tkazishga jismoniy tarbiya o'qituvchilari va sport murabbiylari mas'ul etib tayinlanadi. Jismoniy tarbiya va sport mashg'ulotlarini samarali tashkil etishda ta'lim va tarbiyaning uslublari va tamoyillarining ahamiyati katta bo'lib hisoblanadi. Bolalarni jismoniy rivojlanishlari, jismoniy qobiliyatlarini va shaxsiy xususiyatlariga muvofiq mashg'ulotlar jarayonlarida yondoshish tarbiya samaradorligini ortiradi. Shuningdek mashg'ulotlar davomida jismoniy yuklamalarni to'g'ri me'yorlash va ular ta'sirini muntazam ortirib borish, jismoniy rivojlanish va organizm chiniqishini amalga oshiradi. Ta'lim muassasalarida jismoniy tarbiya va sport sog'lomlashtirish tadbirlarini muvaffaqiyatli tashkil etishda

jismoniy tarbiya va sport mutaxassislari kasbiy mahoratlari va tajribalari muhim ahamiyatga ega.

Talaba - yoshlarni jismoniy barakamol va ma'naviy yetuk inson qilib tarbiyalash chora tadbirlari mamlakatimiz rahbariyatining jismoniy tarbiya va sport sohasidagi muhim vazifalaridan biri hisoblanadi.

Mamlakatimizda jismoniy tarbiya va sportga berilayotgan yuksak eti'bor natijasida yangi avlod uchun keng imkoniyatlar hamda barcha qulay shart-sharoitlar yaratib berilmoqda. Buning ifodasi sifatida farzandlarimiz erishayotgan yutuqlarda o'z aksini topmoqda. Jismoniy tarbiya tadbirlarini tashkil etishda ta'lim uslublari va tomoyillaridan to'liq foydalanish jismoniy rivojlanishni to'liq ta'minlaydi.

Shuningdek jismoniy tarbiya tadbirlari yordamida yoshlarda ahloqiy sifatlar xamda ma'naviy ma'rifiy dunyoqarashlar shakllanib boradi. Vatanga muhabbat, do'stlik, birodarlik, bahodirlik, milliy g'urur, o'zbekona urf odatlar va an'analar qadriyatlar ruhi tarbiyalanadi. Bu bilan vatanparvar, mehnatga tayyor yoshlar yetishib chiqadi.

Jismoniy tarbiyaning sog'lomlashtirish, jismoniy rivojlantirish, vatanparvarlikka, mehnatga tayyor yoshlarni tarbiyalash maqsadi xamda jismoniy mashqlar va harakatlar ko'nikma va malakalarini shakllantirish vazifasi doimo uzviy bog'langan. Ta'lim muassasalarida o'quvchilar jismoniy tarbiya jarayonlarini samarali tashkil etish, mashg'ulotlarning barcha turlarida jismoniy rivojlantirish va sog'lomlashtirish vazifalarini to'liq amalga oshirish murabbiy va jismoniy tarbiya o'qituvchilarining asosiy vazifalaridan hisoblanadi.

ADABIYOTLAR:

1. X.X.Saliev. Jismoniy tarbiya va sport. Oliy ta'lim muassasalari uchun darslik. Andijon 2020.
2. A.Abdullaev. Jismoniy madaniyat nazariya va metodikasi. – Tashkent 2018.
3. Salomov R.S. Jismoniy tarbiya nazariyasi va uslubiyati. – Toshkent 2018.
4. O.V.Goncharova Yosh sportchilarning jismoniy qobiliyatlarini rivojlantirish. - T.: O'zDJTI, 2005.