



## РОЛЬ ЖЕНЩИН В РАЗВИТИИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА В СЕМЬЕ

**Исломов Исломхўжа Азимхўжаевич**  
**Джураев Элёржон Мадаминович**  
*Ферганский государственный университет*

**Аннотация:** «Здоровая женщина — здоровое общество» Государство проявляет заботу о семье путем создания условий для благосостояния семьи, создания и развития образовательных учреждений, организаций физической культуры и спорта, здравоохранения, создания условий для сочетания родителями трудовой деятельности с выполнением семейных обязанностей, развития инфраструктуры быта.

На протяжении почти ста лет женщинам постоянно приходилось доказывать свою состоятельность и возможность участвовать в физкультурно-спортивном движении, а также обосновывать право на участие в спорте высших достижений. Все большее распространение в мире получила точка зрения, согласно которой границы возможностей женщины определяются не столько природой, сколько культурой, воспитанием и традициями. Именно исходя из этого, женщины должны интерпретировать свою роль в обществе, в занятиях спортом и физической активностью.

**Ключевые слова:** физическая культура, спорт, женщина, семья, здоровый образ жизни.

С первых лет Независимости в республике шла большая работа по возрождению богатства духовной культуры народов Узбекистана. Особый упор был сделан на сферу образования, здравоохранения, физической культуры и спорта. Было усилено внимание к таким вопросам, как улучшение здоровья населения, физическое развитие учащейся молодежи и студентов, повышение трудоспособности и эффективности работы трудящихся и интеллигенции. Не оставалась без внимания и такая важная сфера как развитие способностей одаренных спортсменов с учетом возрастающих международных требований и современных стандартов. Приоритетными при этом оставались вопросы продления жизни и улучшения ее качества, воспитания здорового поколения через пропаганду здорового образа жизни, создания условий для занятий спортом, как для профессиональных спортсменов, так и для всего населения страны. В этом направлении значителен вклад Первого Президента Республики Узбекистан И. Каримова,

который сказал: «Культуру личной заботы о своем здоровье надо помогать внедрять с самых юных лет, всеми силами семьи, школы, махалли, системы здравоохранения, физической культуры и спорта. Важно, чтобы люди научились



не на словах, а на деле ценить свое здоровье и заботиться о нем как о национальном достоянии». По инициативе Главы государства ежегодно накануне 8 Марта — Международного женского дня девочкам-учащимся присуждается Государственная премия имени Зульфии в области культуры

и спорта, а также ежегодно накануне 8 Марта — Международного женского дня девочкам-учащимся вручается спортивная форма. Это служит важным фактором дальнейшей популяризации спорта среди девушек, их развития здоровыми, сильными и крепкими. Благодаря мерам государства Узбекистан за годы независимости значительно уменьшилась заболеваемость женщин и детей, в три раза сократилась материнская и детская смертность, средняя продолжительность жизни женщин увеличилась с 67 до 75 лет. В целом спорт и физическая культура стали неотъемлемой и важной частью полностью обновленной системы образования и воспитания молодого женского поколения. В Узбекистане проявляется большая забота о развитии женского спорта, в том числе одного из самых прекрасных его видов — художественной гимнастики, которая способствует физическому Италия (2-е место). Ирода Тулаганова, победительница турнира Уимблдон среди девушек и Открытого

чемпионата США по теннису, чемпионка Азии, бронзовая медалистка всемирных Игр среди девушек, заслуженная спортсменка Республики Узбекистан 1998 — Турнир Уимблдон, Лондон (1-е место); 2000 — Открытый чемпионат WTA, Ташкент (1-е место); 2001 — Соревнования серии WTA, Австралия и Бельгия (1-е место). Оксана Чусовитина, Олимпийская чемпионка по спортивной гимнастике, призёр Азиатских игр и международных соревнований «Звезды мира», награждена орденом «Дустлик», присвоено почётное звание «Заслуженная спортсменка Республики Узбекистан» 1992 — Олимпийские игры, Барселона (1-е место); 1994 — Азиатские игры, Япония (2 бронзовые медали); 1995 — Кубок мира, Австрия (1 золотая, 2 бронзовые медали); 1996 — Всемирный турнир «Звезды мира», Россия (2 серебряные медали); 2000 — Олимпийские игры, Сидней (участница). Лина Черязова, чемпионка мира по фристайлу, двукратная обладательница Кубка мира, чемпионка Олимпийских игр в Норвегии, удостоена почётных званий «Заслуженная спортсменка» Республики Узбекистан и «Узбекистон ифтихори» 1993 — Кубок мира, Италия (победительница); 1994 — Олимпийские игры, Норвегия (1-е место); 1998 — Кубок мира, Япония (победительница). В Узбекистане разработана последовательная, общенациональная программа, нацеленная на долгосрочную перспективу по укреплению здоровья женщин, охраны семьи, материнства и детства, формированию физически здорового и духовно зрелого молодого поколения.

Отрадно, что огромная по своим масштабам работа, направленная на формирование гармонично развитого поколения, дает впечатляющие результаты. Об этом сегодня говорили и на встрече, организованной вчера в



столице. Сегодня в областях функционируют свыше 80 спортивных федераций и ассоциаций, из которых 14 региональных Федераций художественной гимнастики. Ещё одним свидетельством уделяемого огромного внимания государства молодежи является организованная государственная премия, аналогов которой нет во всем мире - имени Зульфии. Её вручают девушкам, проявившим себя в различных сферах деятельности. Количество спортсменок, удостоенных такой престижной награды достигло 44. В процентном соотношении число женщин регулярно занимающихся спортом от общего количества составляет 48,2 % . Вопросы популяризации водных видов спорта среди девушек – так же были в центре внимания участников мероприятия. На сегодняшний день в стране функционируют 290 плавательных бассейнов, 175 из которых открытого типа, 115 крытого. Представители министерств, ведомств обсудили вопросы целевой эксплуатации и использования этих спортивных объектов, организации спортивных секций по водным дисциплинам, привлечения высококвалифицированных кадров, ведение постоянного мониторинга женщин и девушек, посещающих плавательные бассейны, производство спортивной одежды. К этой работе будут привлечены ведущие модельеры и стилисты страны. А главное, устроители данного мероприятия решили на постоянной основе организовывать различные спортивные мероприятия, «Дни открытых дверей» в отдаленной сельской местности в целях ещё большего привлечения молодежи к спорту. Развитие женского и детского спорта, создаваемые условия для здорового образа жизни, являются приоритетными направлениями государственной политики в этой области.

При глубоком изучении данного вопроса выявлено отсутствие условий для занятия спортом для женщин с детьми, недостаток кадров-женщин из среды местного населения, слабая пропаганда спорта в махаллях. В работе по привлечению к спорту женщин, исходя из менталитета народа, необходимо создать специальные секции для женщин с детьми, организовывать соревнования с разделением по возрастам (Кирккиз, Нодирабегим, Тумарис, Гулойим, Темурий маликалар), что будет способствовать продлению жизни женщин и оздоровлению подрастающего поколения. В заключении можно сказать, в годы независимости (1991–2018 гг.) в стране проведена большая положительная работа по развитию профессионального и массового спорта. На сегодняшний день мы гордимся нашими достижениями и чемпионами Олимпийских, Азиатских игр, но, несмотря на это, на сегодняшний день, узбекский спорт находится на стадии «развития», а для того, чтобы его считать развитым, необходимо достичь высоких показателей во всех видах спорта. Для этого, необходимо устранить все выше перечисленные ошибки и недостатки, разработать специальные государственные программы и с глубокой ответственностью подходить к политике государства в спортивной сфере.и эстетическому воспитанию девочек, повышению их интереса к музыке и танцу,



формированию их внутренней, духовной красоты. Создаются широкие возможности для подготовки женщин-тренеров и учителей физкультуры.

Отличным примером спорта высших достижений в Узбекистане являются достижения лучших спортсменок страны за годы независимости это такие как: Анастасия Свечникова, победительница чемпионата мира по легкой атлетике среди тех, которые родились в 1992–93 гг., чемпион на превосходство Узбекистана среди спортивных школ 2006 — Первенство Узбекистана (2-е место); 2007 — Зимний чемпионат Узбекистана (2-е место); 2007 — Соревнования стран средней Азии среди юношей, Казахстан (2-е место); 2009 — Чемпионат мира среди тех, кто родился в 1992–93,

### СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ:

1. Исломов, И. А. (2022). ЎҚУВЧИЛАРНИНГ ТЕХНИК ҲАРАКАТЛАРИНИ НАЗОРАТ ҚИЛИШ АСОСИДА ЧАҚҚОНЛИК СИФАТЛАРИНИ ТАКОМИЛЛАШТИРИШ (КУРАШ МИСОЛИДА). INTEGRATION OF SCIENCE, EDUCATION AND PRACTICE. SCIENTIFIC-METHODICAL JOURNAL, 3(4), 7-11.

2. Islamov, I. A. (2021). Fundamentals of promotion of sports and competitions and physical training among school students. Current research journal of pedagogics, 2(06), 85-89.

3. Islomkhoja, I. (2020). Socio-pedagogical purposes of modern physical education. Electronic journal of actual problems of modern science, education and training.

4. Azimkhojaevich, I. I. (2022). PEDAGOGICAL FEATURES OF INCREASING STUDENT MOVEMENT ACTIVITY (ON THE EXAMPLE OF WRESTLING AND MOVING GAMES). Science and innovation, 1(B2), 295-299.

5. Islomkhoja, I. (2021). STUDY OF STUDENT LEVELS OF MOVEMENT ACTIVITY AND INTEREST IN PHYSICAL TRAINING AND SPORTS TEACHER OF FACULTY OF PHYSICAL CULTURE. Berlin Studies Transnational Journal of Science and Humanities, 1(1.5 Pedagogical sciences).

6. Azimkhujaevich I. I., Madaminovich D. E. SCIENTIFIC AND THEORETICAL APPROACHES TO THE USE OF THE GAME METHOD IN PHYSICAL EDUCATION LESSONS FOR SCHOOLCHILDREN (PECULIARITIES OF THE PHYSIOLOGICAL DEVELOPMENT OF SCHOOLCHILDREN) //IJODKOR O'QITUVCHI. – 2022. – Т. 2. – №. 24. – С. 15-21.

7. Azimxo'jayevich I. I. Training of Personnel in the Field of Physical Education and Sports //Eurasian Journal of Learning and Academic Teaching. – 2022. – Т. 15. – С. 156-160.

8. Исломова Н. Л. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ИНТЕРАКТИВНЫХ МЕТОДОВ ОБУЧЕНИЯ //IJTIMOIY FANLARDA INNOVASIYA ONLAYN ILMIY JURNALI. – 2022. – Т. 2. – №. 12. – С. 12-17.



9. Исломов И. А. ИССЛЕДОВАНИЕ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ И ИНТЕРЕСА К ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ У УЧАЩИХСЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ШКОЛ //IJODKOR O'QITUVCHI. – 2022. – Т. 3. – №. 25. – С. 80-85.

10. Исломов И. АНАТОМО-ФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ШКОЛЬНИКОВ МЛАДШЕГО, ПОДРОСТКОВОГО И ЮНОШЕСКОГО ВОЗРАСТА //International Bulletin of Applied Science and Technology. – 2023. – Т. 3. – №. 4. – С. 596-600.

11. Джураев Э. М. ЖИСМОНИЙ МАДАНИЯТ МАШҒУЛОТЛАРИНИ ТАШКИЛ ЭТИШНИНГ ЗАМОНАВИЙ ПЕДАГОГИК ШАРТ-ШАРОИТЛАРИ //INTEGRATION OF SCIENCE, EDUCATION AND PRACTICE. SCIENTIFIC-METHODICAL JOURNAL. – 2022. – Т. 3. – №. 4. – С. 18-22.

12. Rozmatovich U. S., Elyor D. TEACHING ATTACK TACTICS TO FOOTBALL PLAYERS //INTERNATIONAL JOURNAL OF RESEARCH IN COMMERCE, IT, ENGINEERING AND SOCIAL SCIENCES ISSN: 2349-7793 Impact Factor: 6.876. – 2022. – Т. 16. – №. 10. – С. 125-132.

13. Tulanovich Y. T., Madaminovich D. E., Baxodirovna X. B. Rhythmic gymnastics in the system of physical education //Innovative Technologica: Methodical Research Journal. – 2021. – Т. 2. – №. 12. – С. 25-29.

14. Djuraev E. M., Akzamov S. D. SOME PEDAGOGICAL ASPECTS OF THE FORMATION OF HEALTH CULTURE IN STUDENTS //Scientific Bulletin of Namangan State University. – 2020. – Т. 2. – №. 1. – С. 308-312.

15. Сиддиқов, Ф. З. (2021). ЭФФЕКТИВНОСТЬ АКЦЕНТИРОВАННОЙ МЕТОДИКИ НА ПОВЫШЕНИЕ УРОВНЯ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ЮНЫХ БАСКЕТБОЛИСТОВ. Актуальные проблемы совершенствования системы непрерывного физкультурного образования, 272-277.

16. Tursinovich, K. A., Zoirovich, S. F., & Tavakkalovich, A. D. (2021). Innovations in improving the professional and practical physical training of students of the military faculty. Zien Journal of Social Sciences and Humanities, 2, 31-34.

17. Ханкельдиев, Ш. Х., Сиддиқов, Ф., & Машарипов, Р. (2019). Пути совершенствования профессионального мастерства учителя физической культуры младших классов. Наука сегодня: теоретические и практические аспекты, 104.

18. Farrux, S. (2022). SPORT O 'YINLARINING O 'ZIGA XOS XUSUSIYATLARI. SO 'NGI ILMIY TADQIQOTLAR NAZARIYASI, 1(2), 184-189.

19. Ergasheva, O. A. (2022). 11-12 YOSHLI O'QUVCHILARNING TEZKORLIK SIFATINI YENGIL ATLETIKA MASHQLARI YORDAMIDA TAKOMILLASHTIRISH. IJODKOR O'QITUVCHI, 2(24), 150-153.

20. Салимов, Г. М., Холлиев, А. Э., Норбоева, У. Т., & Эргашева, О. А. (2015). Организация методов исследования через национальные подвижные игры. Молодой ученый, (11), 1484-1486.



21. Эргашева, О. А. К. (2022). РОЛЬ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ КАК УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ. Вестник науки и образования, (10-2 (130)), 58-61.

22. Namroyev, A. R., & Ergasheva, O. A. (2023). THE EFFECT OF ACTION GAMES ON THE PHYSICAL DEVELOPMENT AND LEVEL OF PHYSICAL FITNESS OF ELEMENTARY SCHOOL STUDENTS. FORMATION OF PSYCHOLOGY AND PEDAGOGY AS INTERDISCIPLINARY SCIENCES, 2(18), 67-71.

23. Kozlova Galina Gennadievna Injury prevention in athletics , Eurasian Medical Research Periodical (EMRP), 2022, 56-62,

24. Gennadyevna K. G. Прыжок В Длину С Разбега Long Jump with a Running Start Periodica Journal of Modern Philosophy, Social Sciences and Humanities. – 2022. – Т. 5. – С. 19-30.

25. KG Gennadevna Athletics in the System of Physical Education of Student Youth Interdisciplinary Conference of Young Scholars in Social Sciences, 2022,143-145

26. KG Gennadyevna HISTORICAL SKETCH OF THE LONG JUMP Galaxy International Interdisciplinary Research Journal 10 (3), 2022, 530-534

27. KG Gennadyevna Methods of Teaching the Technique of Athletics to Students of the Faculty of Physical Culture Journal of Pedagogical Inventions and Practices. 2022, 28-38.

28. Козлова Галина Геннадьевна (2023) ФОРМИРОВАНИЕ И РАЗВИТИЕ ВОЛЕВЫХ КАЧЕСТВ У БУДУЩИХ ПРЕПОДАВАТЕЛЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ НАЧАЛЬНЫХ КЛАССОВ INTERNATIONAL BULLETIN OF APPLIED SCIENCE AND TECHNOLOGY, 3(4), 187-191.

29. Kozlova G Kompetensiyaviy yondashuv asosida bo'lajak jismoniy tarbiya o'qituvchilarida irodaviy sifatlarni rivojlantirish O 'zMU XABARLARI ВЕСТНИК НУ Уз АСТА NUUz 2023/1/3, 91-93

30. КГ Геннадьевна НЕОБХОДИМОСТЬ ВНЕДРЕНИЯ КОМПЕТЕНТНОСТНОГО ПОДХОДА, ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ СТАНДАРТОВ И ПРИНЦИПОВ НАУЧНЫЙ ВЕСТНИК. ФерГУ 1-2023, 671-673

31. КГ Геннадьевна, РМ Каюмовна Жисмоний маданият ўқитувчиларининг коммуникатив компетенциясини юксалтириш зарурияти , Fan, ta'lim va amaliyot integratsiyasi, 2022, 13 - 17

32. ГГ Козлова (2023) СОДЕРЖАТЕЛЬНОЕ НАПОЛНЕНИЕ СИСТЕМО-ФУНКЦИОНАЛЬНОЙ МОДЕЛИ РАЗВИТИЯ ВОЛЕВЫХ КАЧЕСТВ У БУДУЩИХ ПРЕПОДАВАТЕЛЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ IJODKOR O'QITUVCHI 3 (25), 71-79

33. Mamatov U. E. HISTORY AND DEVELOPMENT HISTORY OF PHYSICAL EDUCATION //Экономика и социум. – 2019. – №. 12 (67). – С. 78-79.

34. Ergashalievich M. U. ACTUAL ISSUES OF PREPARING STUDENTS FOR HIGHER EDUCATION IN THE FIELD OF PHYSICAL CULTURE AND SPORTS //Spectrum Journal of Innovation, Reforms and Development. – 2022. – Т. 8. – С. 198-202.