

**ЖИСМОНИЙ ТАРБИЯНИНГ ЎЗИГА ХОСЛИГИ ВА ЖИСМОНИЙ
РИВОЖЛАНИШНИНГ ИЖТИМОЙ ВАЗИФАЛАРИ****Гылыжова Арзигул Маметмыратовна***Урганч давлат университети ўқитувчиси*

Жисмоний маданият назариясида жисмоний тарбия жараёни ўзига хос “тарбия” тушунчаси билан белгиланади ва шунинг учун ҳам ҳар қандай педагогик жараённинг барча хусусиятлари билан тавсифланади. Кўпгина жисмоний маданият назариётчиларининг таърифига кўра, ўзига хос хусусиятлар жисмоний тарбиянинг ҳаракат кўникмаларини шакллантириш ва шахснинг жисмоний фазилатларини ривожлантиришга қаратилганлиги бўлиб, уларнинг умумийлиги унинг жисмоний кўрсаткичларини ҳал қилувчи даражада белгилайди. Бундан ташқари, қоида тариқасида, жисмоний тарбияда иккита ўзига хос хусусиятни ажратиб кўрсатиш кераклиги таъкидланади: ҳаракатларга (ҳаракатга) тайёргарлик ва жисмоний сифатларни тарбиялаш. Л.П.Матвеев томонидан қуйидагича таъриф берилган: “Жисмоний маданият жамият аъзоларининг жисмоний камолотга эришишини мақсадга мувофиқ равишда амалга ошириш учун махсус воситалар, методлар ва шароитларни яратиш ҳамда улардан рационал фойдаланиш бўйича эришган ютуқларнингмажмуасидир. Жисмоний маданият умумий маданиятнинг таркибий бир қисми, унинг юксалиши, жамият ривожланишининг асосидир”³⁴.

Жисмоний ҳолат (ҳолат, жисмоний сифатларнинг ривожланиш даражаси ва жисмоний тайёргарлик) инсон томонидан табиий ўсиш ва ривожланиш шароитида эришилади. Уни такомиллаштириш мақсадли, педагогик жиҳатдан ташкил этилган таъсирлар - жисмоний тарбия билан таъминланади.

Кўпгина тадқиқотларда жисмоний тарбия педагогик жараён сифатида тарбиячининг шахснинг жисмоний ривожланишига унинг ҳар томонлама ривожланишини жисмоний жиҳатдан яхшилаш мақсадида таъсири сифатида қаралади. Л.И.Лубишевнинг сўзларига кўра, жисмоний тарбия мазмунини бундай баёнот билан чеклаб бўлмайди, аммо бу унинг ўзига хослигини тавсифловчи восита компоненти эканлигига рози бўлиш керак. Шу билан бирга, амалиётчилар исботлайдиларки, агар жисмоний тарбия восита фаолияти билан ёпилган бўлса ва инсоннинг маънавий ривожланиши ва ҳиссий соҳасига мақсадли таъсир қилмаса, у ижобий ахлоқий фазилатлар билан бир қаторда инсоннинг ғайриоддий хатти-ҳаракатлари ва худбин интилишларини шакллантириши мумкин. сифатида жисмоний тарбия натижасида муваффақиятсиз.

³⁴ Матвеев Л. П. Теория и методика физической культуры (общие основы теории и методики физического воспитания; теоретикометодические аспекты спорта и профессиональноприкладных форм физической культуры): Учеб. для интов физ. культуры. — М.: Физкультура и спорт, 1991. — 543 с.

Ҳар қандай инсон фаолияти цингари, жисмоний тарбия ҳам одамлар ўртасидаги муносабатлар соҳасида содир бўладиган ижтимоий жараёнлардир. Бу ижтимоий фаолият инсоннинг жисмоний ривожланиши билан боғлиқ энг муҳим омиллардан бири бўлиб хизмат қилади.

Жисмоний тарбиянинг ўзига хослиги шундан иборатки, ижтимоий шартланган педагогик таъсир асосан инсон организмида содир бўладиган биологик жараёнларни оптималлаштиришга қаратилган. Жисмоний тарбия педагогик ҳодиса сифатида тарбиячи (тарбиявий таъсир субъекти) ва тарбияланувчи (тарбиявий таъсир объекти) ўртасида содир бўладиган ўзаро фаол жараёнлардир. Педагог тарбиячига ўз таъсирини муайян маълумотларни узатиш орқали амалга оширади. Ушбу маълумот талаба томонидан идрок этилиши ва шу даражада амалга оширилиши керакки, у муайян ҳаракатларни амалга ошириш, шунингдек, зарурий тасвир ва фаолият услубини кузатиш учун ички онгли мотивга айланади. Маълумотли шахс жисмоний машқларни бажараётганда, организмда объектив равишда содир бўладиган биологик жараёнлар билан тарбиявий таъсирнинг ўзига хос "алоқаси" пайдо бўлади. Ва иккинчиси инсоннинг жисмоний ривожланишини рағбатлантиради. Бироқ, жисмоний тарбия жараёни бу билан тугамайди, чунки таълим усуллари ёрдамида тарбияланган шахсга унинг жисмоний ривожланишининг ижтимоий вазифаларини очиб бериш муҳимдир. Бу вазифаларнинг моҳияти ва йўналиши ижтимоий омиллар билан белгиланади.

Жисмоний маданият назарияси ва унинг таркибий қисмларидан бири - назария. жисмоний тарбия ҳам биологик, ҳам ижтимоий (ахлоқий, ахлоқий ва ҳоказо) қонуниятларга асосланади ва мураккаб табиий ва ижтимоий фанлардир. Таълим назариясининг биринчи қисмидаги фундаментал мазмуни - жисмоний такомиллаштириш назарияси ижтимоий кўзғалишлар туфайли жиддий ўзгаришларга дуч келмади. Иккинчи қисм жисмоний тарбия жараёнида шахсни ахлоқий такомиллаштиришнинг умуминсоний (гуманистик) тамойиллари ва меъёрларини ишлаб чиқиш ва тасдиқлашга тубдан риоя қилишга қайта йўналтирилган. “Жисмоний маданият инсоният томонидан тўпланган моддий ва маънавий бойликлар йиғиндиси, ундан кишиларнинг камолоти учун кенг фойдаланилиши мақсадга мувофиқдир. бунинг учун жисмоний камолотга эришишни мақсадга мувофиқ равишда амалга ошириш учун махсус воситалар, методлар ва шароитларни яратиш ва улардан рационал фойдаланиш зарурати мавжуд”³⁵.

Университетда жисмоний тарбия ва спорт тадбирларини ташкил этишнинг муайян шароитларида жисмоний маданият талаба шахсининг дунёқараши ва инсонпарварлик маданиятини шакллантиришнинг асосий шарт ҳисобланади. Бундай шароитларни аниқлаш тадқиқотимизнинг мақсадларидан биридир.

³⁵ Шерматов М. Таълим муассасаларида жисмоний маданият таълими самарадорлигига эришишда замонавий таълим технологияларидан фойдаланиш. // Academic research in educational sciences volume 2 | issue 6 | 2021 issn: 2181-1385 scientific journal impact factor (sjif) 2021: 5.723 doi: 10.24412/2181-1385-2021-6-1050-1054

Фойдаланилган адабиётлар:

1. Матвеев Л. П. Теория и методика физической культуры (общие основы теории и методики физического воспитания; теоретико-методические аспекты спорта и профессионально-прикладных форм физической культуры): Учеб. для интов физ. культуры. - М.: Физкультура и спорт, 1991. - 543 с.
2. Шерматов М. Таълим муассасаларида жисмоний маданият таълими самарадорлигига эришишда замонавий таълим технологияларидан фойдаланиш. // Academic research in educational sciences volume 2 | issue 6 | 2021 issn: 2181-1385 scientific journal impact factor (sjif) 2021: 5.723 doi: 10.24412/2181-1385-2021-6-1050-1054
3. Орзиев А.А. Ёшларни жисмоний тарбия ва оммавий спортга жалб қилиш ҳамда жисмоний кўникма ва малакаларини самарали ривожлантириш. "Science and Education" Scientific Journal November 2020 / Volume 1 Issue 8. -Б.458.