

**ЗНАЧЕНИЕ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В ВОСПИТАНИИ  
ФИЗИЧЕСКОЙ ЗРЕЛОСТИ ШКОЛЬНИКОВ-ПОДРОСТКОВ****Ш . М.Робилова**

*Преподаватель Ферганского  
государственного университета  
Сирожиддинов Наврузбек Жахонгир ўгли*

*Студент*

*[navruzsirojiddinov0104@mail.ru](mailto:navruzsirojiddinov0104@mail.ru)*

**Абстрактный:** При этом в статье учащиеся подросткового возраста физическая зрелость в воспитании значимости мероприятий и семья-школа в сотрудничестве должны иметь трудовое содержание, а физическое воспитание - другие виды воспитания (умственное, нравственное, эстетическое и трудовое) с раскрытыми взаимосвязями.

**Ключевые слова:** здоровье, физическая зрелость, физическая подготовка, кружок.

В нашей республике цель и обязанности физического воспитания нашли свое твердое выражение. Система физического воспитания для сильного развития чувства любви и верности Родине и этому собственному, перед которым он считает своим долгом, делая из воспитания состоит из физического воспитания, в процессе решения следующих важных задач будет:

1. Обязанности по охране здоровья
2. Воспитательные задачи.

Физкультура направлена на здоровье, направлена на сохранение здоровья и на укрепление помогает дает. А физкультуру при правильной организации только в том случае, если проделанная человеком польза организму приносится и направленный на результат результат идет. Выдвигаемые требования к образованию и воспитанию к качеству цена дает порядок и механизмы набор дает. Наг один из родителей хочет, чтобы его ребенок физически достиг зрелости. Физическая зрелость в воспитании оздоровительных мероприятий значение очень большое. Потому что, как ни здоров организм, хотя бы в физическом плане, к зрелости становится легче дойти. В этом, в первую очередь, подростковом возрасте интерес и привлечение учащихся к таким видам мероприятий приобретают важное значение. Учитель физкультуры и активисты физкультуры такие в процессах к родителям помощь дает. Здоровье событий отличается от них внешним видом один, сколько причин пойдем

1. Движение деятельности от занятий кроме проводимых основных форм игр: спортивных секций, факультативов, кружков и др.

2. Общешкольные мероприятия: праздники, спартакиады, походы, походы, путешествия всех форм и видов в неделю учащиеся подросткового возраста в течение 8-10 часов организуют досрочные (определенный объем учащимся подросткового возраста для достаточного уровня необходимо и как минимум обязательно).

3. Нездоровые учащиеся по особому (индивидуально-дифференциальному) режиму построения т.е. коллектив учителей из школы кроме сотрудников учреждений и силами родителей объединяются Требование будет выполнено.

В подростковом возрасте у студентов часто организуются спортивные мероприятия, и к передаче был интерес, и это на мероприятиях, проводимых общественностью перед съемными наградами, и к достижениям, которые достигают большего интереса. Вот и все вместе с этим процессом все студенческие молодые люди привлекают к себе достаточно. Вышеупомянутое примечание сделано оздоровительными мероприятиями в форме урока или из класса, за исключением случаев, когда учащиеся физически воспитывают обязанности, успешно выполненные в повышении действенной помощи. Так что это работа правильное планирование важно иметь. Это правильный и разумный план обучения на год. В начале этого года запланирован общий план обучения в год, физкультура взять на себя дела, составить план, получить рекомендации.

Общий ежегодный план обучения организуется в порядке достижения, тренировочный режим дня обучения от обучения позже спортивные мероприятия запланированы в порядке переноса в глаза бросаются в глаза. Перерывы организуют отдых в успеваемости, порядок приема пищи учащимися, определяются перерывы в общественном физическом воспитании и спортивных мероприятиях, организуют досягаемость и отображается порядок передачи. От класса, кроме рабочего круга или физического воспитания, до команды, связанной с кругом, который будет управлять, какие спортивные мероприятия организуют студенты для его отражения пригодности возраста. Запланированы спортивные соревнования, прогулки, поездки. Пойман ли их для передачи ответственным лицам, определяется.

Физкультура в воспитании физическое развитие, физическая подготовка, физическое развитие такие процессы есть Это процесс подросткового возраста школьники физической подготовки в развитии физического совершенства каждый двусторонне прогрессирующий достиг высокой культуры и нравственности в воспитании важное значение имеет занятие достаточно Ваш ребенок не только физический в образовании, возможно, нравственное воспитание также определяет научную основу для построения процесса. Он практичен с точки зрения формирования физических навыков и квалификационных форм студенческой молодежи. И это физическое воспитание в теории воплощено. Человека физического с точки зрения развития и постоянной подготовки к физическому воспитанию нужно знать и практиковать через всегда богатую физкультуру. Поэтому для физкультуры

предмет тяжелого пребывания невозможен, он развивается и совершенствуется, идет и постоянно изменчив.

Молодое поколение осознает соответственно собственным действиям хорошую администрацию физкультуры и в спортивной деятельности себя поймать, кто знает, и самостоятельное движение сделать это в жизни активной, творческой деятельности, относительно способной к деятельности, занимаясь воспитанием физической культуры, считается важной задачей. В подростковом возрасте у студентов все навыки, квалификация имеют важное значение, это физическое состояние человека в развитии и совершенствовании иногда имеет место. Организм школьников подросткового возраста постоянен в действии, чтобы быть обеспеченным.

Физическая культура школьников подросткового возраста каждого двустороннего в воспитании важным компонентом является, т.е. в это время в процессе выполнения умственных и нравственных, эстетических, трудовых воспитательных обязанностей комплексный способ решения достаточен. нравственное, эстетическое, трудовое воспитание правильно развивается и совершенствуется.

по укреплению и физическому воспитанию школьников с юных лет в дорогу если ставить, то у студенчества на мероприятиях относительно мастерства и квалификации урожай будет и не только физический в плане может быть другой. Виды воспитания (умственное, нравственное, эстетическое и трудовое) со взаимосвязями открываются. Физическое воспитание структуры мероприятий простой и легкой, чтобы быть, несмотря на то, что в нем очень много эффективных процессов. Утренняя физкультура упражнений этого типа практикующих каждый двусторонний физический для достижения зрелости, укрепления здоровья и улучшения двигательных функций для того, чтобы использовать. От этого, кроме утренней физкультуры, в организме человека на кровообращение организма оказывается очень полезный эффект и успокаивается нервная система. При утренней физкультуре с занятиями организма активизируется мозговая деятельность, процесс овладения, а в течение дня обеспечивается общее подкрепление.

Физическому воспитанию определена одна система, основанная только на том, если подходить от него к намеченным результатам можно. Физическое воспитание одним из средств положенной системы физ. Средства воспитания, стили физического воспитания организуют досягаемостью, а развитие общества его потребностью цели и обязанности определяет принципы физического воспитания.

#### ЛИТЕРАТУРА:

1. Robilova, S. (2023). THE SIGNIFICANCE OF PHYSICAL READINESS OF TEENAGE STUDENTS AND THE PROBLEMS OF ITS

EVALUATION. *Finland International Scientific Journal of Education, Social Science & Humanities*, 11(4), 2060-2064.

2. Soliyevich, S. A., & Foziljonovich, T. F. (2022). On invariants of surfaces with isometric on sections. *Statistics*, 10(3), 523-528.

3. Sharofat, R., & Nigora, A. (2023). THE ROLE OF GYMNASTICS IN THE PHYSICAL DEVELOPMENT OF CHILDREN AND ADOLESCENTS. *Spectrum Journal of Innovation, Reforms and Development*, 12, 32-37.

4. Robilova, S. M. (2023). CHARACTERISTICS OF PRACTICAL PHYSICAL DEVELOPMENT OF TEENAGE STUDENTS IN FAMILY-SCHOOL PARTNERSHIP. *Conferencea*, 60-65.

5. Sharofatkxon, R. (2022). The Role of Parents and Its Significance in Forming a Healthy Lifestyle in the Family. *Eurasian Journal of Humanities and Social Sciences*, 14, 63-68.

6. Robilova, M. S. (2022). OILA-MAKTAB HAMKORLIKLARINI TAKOMILLASHTIRISHGA OID YANGI PEDAGOGIK TEXNOLOGIYALARNI JORIY QILISH MUOMMOLARI. *Finland International Scientific Journal of Education, Social Science & Humanities*, 10(12), 183-188.

7. Yuldashov, I. A., & Robilova, S. M. (2022). Problems of physical development of preschool children and junior school children. *Asian Journal Of Multidimensional Research*, 11(9), 125-130.

8. Robilova, S. M., & Patidinov, K. D. (2022). Physical training of handball and its comparative analysis practitioners. *Asian Journal of Research in Social Sciences and Humanities*, 12(4), 173-177.

9. Soliyevich, S. A., & Foziljonovich, T. F. (2022). On invariants of surfaces with isometric on sections. *Statistics*, 10(3), 523-528.

10. Soliyevich, S. A., & Foziljonovich, T. F. (2022). On invariants of surfaces with isometric on sections. *Statistics*, 10(3), 523-528.

11. Sharipov, A. S., & Topvoldiyev, F. F. (2021). On some properties of surfaces with isometric on sections. *Bulletin of the Institute of Mathematics*, 4(1), 2181-9483.

12. Sharipov, A. S., & Topvoldiyev, F. F. (2022). On the properties of invariants of the surfaces isometric on sections. In *ТЕОРИЯ УПРАВЛЕНИЯ И МАТЕМАТИЧЕСКОЕ МОДЕЛИРОВАНИЕ* (pp. 242-245).

13. Sharipov, A. S., & Topvoldiyev, F. F. (2021, November). On One Invariant Of Polyhedra Isometric On Sections. In *International Conference on Modern Problems of Applied Mathematics and Information Technology, Fergana, Uzbekistan* (pp. 225-229).

14. Robilova, S. (2023). THE SIGNIFICANCE OF PHYSICAL READINESS OF TEENAGE STUDENTS AND THE PROBLEMS OF ITS EVALUATION. *Finland International Scientific Journal of Education, Social Science & Humanities*, 11(4), 2060-2064.

15. Soliyevich, S. A., & Foziljonovich, T. F. (2022). On invariants of surfaces with isometric on sections. *Statistics*, 10(3), 523-528.
16. Sharofat, R., & Nigora, A. (2023). THE ROLE OF GYMNASTICS IN THE PHYSICAL DEVELOPMENT OF CHILDREN AND ADOLESCENTS. *Spectrum Journal of Innovation, Reforms and Development*, 12, 32-37.
17. Sharofat, R., & Nigora, A. (2023). THE ROLE OF GYMNASTICS IN THE PHYSICAL DEVELOPMENT OF CHILDREN AND ADOLESCENTS. *Spectrum Journal of Innovation, Reforms and Development*, 12, 32-37.