

YOSHLARNI SOG'LOM VOYAGA YETISHLARINI TA'MINLASH MASALASI XALQ OG'ZAKI IJODIDA

A.F.Yigitaliyev

Toshkent Davlat Pedagogika Universiteti “Jismoniy tarbiya va sport mashg'ulotlari nazariyasi va metodikasi” yo'nalishi 1-bosqich magistranti

R.A.Rasulova

Toshkent Davlat Pedagogika Universiteti O'zbekistonning eng yangi tarixi kafedrasi o'qituvchisi, tffd (PHD)

Annotatsiya: *Ushbu maqolada xalq og'zaki ijodida yoshlarni sog'lom voyaga yetishlarini ta'minlash masalasi tahlil qilingan. Yoshlarni sog'lom bo'lib voyaga yetishlarini ta'minlash masalasi xalq pedagogikasi, og'zaki ijodi hamda mutafakkirlar asarlarining bosh g'oyalardan biri bo'lib kelgan.*

Kalit so'zlar: *sport, jismoniy tarbiya, umumiy o'rta ta'lim maktabi, xalq og'zaki ijodi, yoshlar, voyaga yetmaganlar, ta'sir.*

Abstract: *This article analyzes the issue of ensuring healthy adulthood for young people through folk oral creativity. The issue of ensuring that young people grow up healthy has been one of the main ideas of folk pedagogy, oral creativity, and the works of thinkers. This article analyzes the issue of ensuring healthy adulthood for young people through folk oral creativity. The issue of ensuring that young people grow up healthy has been one of the main ideas of folk pedagogy, oral creativity, and the works of thinkers.*

Key words: *Sports, physical education, general education, secondary education, school, folk, oral, creativity, youth, minors, influence.*

So'ngi yillarda O'zbekiston Respublikasida sport, shu jumladan, bolalar sportini rivojlantirishga alohida e'tibor qaratilmoqda. Mazkur yo'nalish davlat siyosatining ustuvor yo'nalishlaridan biri sifatida e'tirof etilib, ijobiy ishlar amalga oshirilmoqda. Chunonchi, yoshlarni jismoniy tarbiyalashning kopleks dasturi ishlab chiqildi. “Sog'lom avlod dasturi” yoshlarning salomatligini mustahkamlashda muhim ahamiyatga ega. Jismoniy tarbiya kishilarga kuchli ta'sir ko'rsatib, salomatligini mustahkamlaydi, ishlash qobiliyatini oshiradi, uzoq umr ko'rishga yordam beradi. Sport har qanday yoshda ham qaddi-qomatni tarbiya qilish kuch-quvvatini saqlab turishning ajoyib vositasidir. Sport dam olish bilan mehnatni almashtirib turish manbai bo'lib xizmat qiladi. Sog'lom avlod dasturi talablariga muvofiq respublika miqyosida quyidagi uch bosqichli sport musobaqalarining o'tkazilishi yo'lga qo'yilgandi:

- Umumiy o'rta ta'lim maktablari o'quvchilar o'rtasidagi “Umid nihollari” bellashuvi.

- O'rta maxsus ta'lim muassasalarining o'quvchilari o'rtasidagi “Barkamol avlod” bellashuvi.

- Oliy o'quv yurtlarida tahsil olayotgan talabalar o'rtasidagi "Universiada" bellashuvi.

Uch bosqichli sport musobaqalari bugungi kungacha o'tkazilib, o'quvchilarning sportga bo'lgan qiziqishini ortib borishiga xizmat qildi.

Aynan bugungi kunda esa sportga bo'lgan e'tiborni kuchayishi natijasida ta'lim muassasalarida jismoniy tarbiyani tashkil etishda yangidan-yangi vazifalarni hal qilinishi zamon talablariga aylangan.

Yoshlarni sog'lom bo'lib voyaga yetishlarini ta'minlash masalasi xalq pedagogikasi, og'zaki ijodi hamda mutafakkirlar asarlarining bosh g'oyalaridan biri bo'lib kelgan. "Alpomish" dostonida Hakimbek (Alpomish)ning jismoniy mashq qilishi, tabiat qo'ynida voyaga yetganligi, uning alpligi quyidagicha tasvirlanadi: "Alpinboyning bobosidan qolgan o'n to'rt botmon birinchdan bo'lgan parli yoyi bor edi. Shunda yetti yashar bola Hakimbek shul o'n to'rt botmon yoyni qo'lga ushlab ko'tarib tortdi, tortib qo'yib yubordi. Yoyni o'qi yashinday bo'lib ketdi. Asqar tog'ining katta cho'qqilarini yulib ketdi, ovozasini olamga yoyildi. Shunda barcha xaloyiq yig'ilib kelib aytdi: "Dunyoda bir kam to'qson alp o'tdi, alplarning boshlig'i Rustami doston, oxiri bu Alpomish alp bo'lsin". Nasl-nasabi sog'lom va ma'naviyati yuksak xalqning avlodlari ham sog'lom-baquvvat, iymon-e'tiqodli va sadoqatli bo'ladiki, bu baxt ona-Vatanning shuhrati va qudratining zo'r omiliga aylanadi. Xalqning ana shunday baxt-saodati uchun sog'lom avlod kerak. Sog'lom avlod deganda biz ham jismoniy, ham ma'naviy tomondan yetuk, bardam, har ishga qodir, ilg'or madaniyatli kishilarni ko'zda tutamiz. Darhaqiqat, shunday noyob fazilatlariga ega avlodni tarbiyalab voyaga yetkazayotgan xalq kelajakka ochiq ko'z, yorug' yuz, katta ishonch bilan qaraydi. Biz - o'zbeklar hayotimizning, umrimizning mazmunini farzandsiz tasavvur etolmaydigan xalqmiz. Dunyoga kelib:

- farzand ko'rish

- imorat qurish

- nihol ekib bog' yaratish — ota-bobolarimizdan qolgan nasliy an'ana, ezgu tilak va qutlug' insoniy burchdir. Shuni alohida shukronalik bilan ta'kidlash lozimki, xalqimiz tarixning mashaqqatli sinovlari osha o'zining ana shu oliyjanob xislat-fazilatli an'analarga zavol yetkazmay saqlab kelmoqda. Ajdod-avlodlarimiz o'z nasllarini umumbashariy tuyg'ular, o'lmas Sharq falsafasi, milliy qadriyatlarimiz ruhida tarbiya qilib kelganlar. Shuning uchunham xalqimizning:

"Sog' tanda – sog' aql"

"Harakat – harakatda barakat"

"Sog'ligim – boyligim" kabi maqollari bugungi kunda dunyoga mashhur bo'lib, tarbiya vositasi sifatida hayotimizda qo'llanilib kelinmoqda. Bu sharq falsafasidir.

Buyuk pedagog Abdulla Avloniy o'zining "Turkiy guliston yoxud axloq" asarida bu borada quyidagilarni ta'kidlagan edi: "Nazofat (gigiena) deb a'zolarimizni, kiyimlarimizni, asboblarni pok va toza tutmoqni aytilur. Poklik zehn va idrokingni

keng va o'tkir qilur. Xalq orasida e'tibor va shuhratga sabab bo'lur. Poklik ila har xil kasalliklardan qutulib, jonimizning qadrin bilan bo'lurmiz. Pok bo'lmak salomatimiz, saodatimiz uchun eng kerakli narsadir. Yirtiq eski kiyimlar kiymoq ayb emas, yangi kiyimlarni kir qilib, yog'ini chiqarib yurmak zo'r ayb va gunohdur. ... Ifloslik balosidan poklik davosi ila qutulmoq kerak". Demak, inson jismonan baquvvat va aqlan ziyrak bo'lishni istasa, u birinchi navbatda poklikka katta ahamiyat berishi lozim. Ayni paytda poklik tarbiyasi ustuvor bo'lgan insonlarda kishiga yaxshi yashash uchun zarur bo'lgan barcha fazilatlarda tarkib topadi hamda axloqqa zid bo'lgan nuqsonlar yo'qoladi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO'YXATI:

1. "Jismoniy tarbiya va sport to'g'risida"gi Qonuni. 04.09.2015 yil.
2. O'zbekiston Respublikasining "Ta'lim to'g'risida"gi Qonuni, 23.09.2022 yil.
3. K.M. Mahkamdjonov Tarbiya nazariyasi va metodikasi fani bo'yicha ma'ruzalar. TDPU, I- qism –Toshkent, 2003 y.
4. Matveev L.P. Darslik "Teoriya i metodika fizicheskoy kulturi", M. 1991,
5. Usmonxo'jayev T.S., Rahimov M.M., Qudratov R.Q., Meliyev X.A., Rasulova T.R., Qurbonov S. Jismoniy tarbiya va sport mashg'ulotlari. T., O'qituvchi, 2005, 350 b.
6. Ugli, Y. A. F. (2022, July). CONDITIONS OF USE OF INNOVATIVE EDUCATIONAL TECHNOLOGIES IN PROFESSIONAL TRAINING OF FUTURE SPECIALISTS IN THE FIELD OF PHYSICAL EDUCATION. In " ONLINE-CONFERENCES" PLATFORM (pp. 89-91).
7. Рустамов, Л. Х. (2013). Источники и этапы развития теории и методики физического воспитания. Педагогика и современность, (3), 69-76.