

JISMONIY TARBIYA VA SPORT QADRIYATLARI TA'LIM-TARBIYA MEZONI SIFATIDA (KURASH SPORT MISOLIDA)

Raximberdiyev Javlonbek Nasriddin o'g'li
TIPI o'qituvchisi

Annotatsiya: Mazkur maqolada jismoniy tarbiya va sport qadriyatlari, va uning ta'lim tarbiya masalasi tahlil etilgan. Qadriyatlarni o'rganish, faoliyatini baholash yuzasidan xulosalar ishlab chiqilgan.

Kalit so'zlar: Jismoniy tarbiya, sport, qadriyat, milliy qadriyatlar, milliy sport turlari, ta'lim-tarbiya, ajdodlarimiz, yosh avlod, jismoniy sifatlar, sog'lom turmush tarzi.

Jismoniy tarbiya va sportning tarbiyaviy imkoniyatlari ulkandir. Sport va qadriyatlar sog'lom avlod tarbiyasining muhim omillaridan biridir. O'zbekiston mustaqil davlat sifatida shakllanishi va uning istiqlol sari dadil borishi ijtimoiy-iqtisodiy, siyosiy, madaniy ma'rifiy sohalarini yanada takomillashtirishni taqozo etadi. Bu yo'lda sog'liqni saqlash, fan, madaniyat, texnika, iqtisod, ta'lim-tarbiya, jismoniy tarbiya va sport hamda boshqa sohalarda chuqur islohotlar olib bormoqda. Ma'lumki bu jarayonlarni hozirgi kun talablari asosida tashkil qilish va boshqarish asosiy maqsad hisoblanadi.

Qadim zamonlarda odamlarning ongi va tafakkuri bir oz sayoz bo'lsada, olam sirlarini bilishga qiziqish kuchli bo'lgan. Shuning uchun qadimga ajdodlarimiz tashqi kuch bilan o'zi o'rtasidagi muvozanatni saqlashga intilib, tez yugurish, to'siqlardan oshib o'tish, uzunlikka sakrash, nayza uloqtirish kabi malakalarni oshirib, kuchli, baquvvat va albatta sog'lom bo'lib borgan. Ana shu hayotiy muvozanat jamiyat taraqqiyotiga ham o'z ta'sirini o'tkazgan. Ajdodlarimiz hayotida qo'llanilgan jismoniy sifatlar o'z qadriyatini yo'qotmay, balki ularni harakatli o'yinlar tariqasida jismoniy madaniyat darslarida qo'llanib kelayotganini ko'ramiz.

O'sib kelayotgan yosh avlodni jismoniy jihatdan sog'lom, baquvvat, mard va jasur qilib tarbiyalashda, jamiyatimizda sog'lom turmush tarzini qaror toptirishda jismoniy tarbiya va sportning ahamiyati benihoya kattadir.

Qadriyat nima, ularning mohiyati nimadan iborat? Ushbu savollarga olimlar turlicha javob bergan bo'lsada, ularning barchasi bir-biriga o'xshash va umumiylikka ega. Buning boisi qadriyatlar inson hayoti bilan bog'liq holda namoyon bo'ladi.

Qadriyatlarni o'rganish, ularni tahlil qilish borasida dunyo olimlari qatorida Respublika olimlari tomonidan ham keyingi yillarda bir qancha ilmiy tadqiqot ishlari olib borilgan. Bularni ilmiy adabiyotlar, maqolalar, risolalarda uchratish mumkin. Bu

Jismoniy tarbiya va sport sohasi samaradorligini oshirishda fiziologik, pedagogik-psixologik yondashuvlar va fanlararo integratsiyalashuv masalalari

borada akademik J.Tulenov, professorlar M.Murodov, U.Qoraboyev. I.Jabborov. T.Jovliyev kabilarning ishlari e'tiborlidir. Qadriyatlarning ta'lim-tarbiyaviy ahamiyati haqida professorlar X.Homidov O.Musulmonova, S.Nishonova, M.Imomova, M.Davletshin, N.Maxmudov, S.Anamurodova, D.Sharipova, F.Nasretdinov, T.Usmonxo'jayev, H.Rafiyev, A.Atoev, R.Abdumalikov, X.Meliyev, J.Toshpo'latov, O'.Ibrohimov, F.Axmedov, A.Abdulahatovlarning ishlari alohida o'rin tutadi.

Qadriyatlar o'zining mohiyatiga ko'ra bir necha turga bo'linadi. Inson va uning hayoti eng oliy qadriyat hisoblanadi. Inson bo'lmagan joyda hech bir narsaning qadr-qimmatini bo'lmaydi. Shuning uchun ham inson qadriyatini e'zozlash, hayotini himoya qilish, sog'ligini saqlash va mustahkamlash, madaniy saviyasini o'stirish, umuman olganda sog'lom turmush tarzi kechirishini ta'minlash davlatimiz siyosatining asosiy maqsadi hisoblanadi. Bu borada Respublikamizda mustaqillikdan keyin kishilarining huquqlari, erkinliklari va milliy qadriyatlarini e'zozlash, sog'lom turmush tarzi kechirishi bo'yicha juda katta ishlar amalga oshirildi. Qadriyatlarni inson hayoti uchun xizmat qilishiga qarab quyidagi turlarga bo'lish mumkin;

- tabiiy qadriyatlar (yer, yer osti boyliklari, suv, havo, o'simliklar, hayvonot dunyosi)
- ijtimoiy-siyosiy qadriyatlar (erkinlik, tenglik, birodarlik va boshqalar).
- madaniy-ma'rifiy qadriyatlar turiga ta'lim-tarbiya, adabiyot, tibbiyot, til, milliy meros, san'at, hunarmandchilik mahsulotlari, tarixiy va madaniy yodgorliklar, xalq udumlari, o'yinlari, marosim va urf-odatlar kiradi.

Inson erkinligi va uning qadr-qimmatini qonun asosida belgilab berish, uni himoya qilish O'zbekiston Respublikasi Konstitutsiyasida quyidagi so'zlar bilan ifoda etilgan: "O'zbekiston Respublikasi demokratiya, umuminsoniy prinsiplarga asoslanadi, ularga ko'ra inson, uning hayot erkinligi, sha'ni, qadr-qiyamati va boshqa daxlsiz huquqlari oliy qadriyat hisoblanadi. Demokratik huquq va erkinliklar konstitutsiya va qonunlar bilan himoya qilinadi".

Qadriyatlar masalasida akademik J.Tulenovning qarashlariga ko'ra qadriyatlarni milliy, mintaqaviy va umuminsoniy qadriyatlarga bo'lish mumkin. J.Tulenovning bu qarashlariga to'la qo'shilish mumkin, chunki qadriyatlarning barcha turlari ham milliylikdan mintaqaviylikka va umuminsoniylikka qarab boradi.

Mintaqaviy qadriyatlarga misol tariqasida bizning hududimizda istiqomat qiluvchi o'zbek, qozoq, tojik, qirg'iz, turkmanlarga xos bo'lgan umuminsonlikka ega bo'lgan barcha qadriyatlarni aytish mumkin. Markaziy Osiyo halqlarining iqtisodiy, madaniy, ma'naviy munosabatlari juda qadim zamonlarga borib taqaladi. Shuni e'tirof

Jismoniy tarbiya va sport sohasi samaradorligini oshirishda fiziologik, pedagogik-psixologik yondashuvlar va fanlararo integratsiyalashuv masalalari

etish kerakki, mazkur xalqlarning shaxs tarbiyasi bilan bog'liq an'analari, qadriyatlarida ham ularni bir-biridan ajratib olish mumkin emas.

Tarbiyaning bu an'analari quyidagi hollarda namoyon bo'ladi:

- diniy tarbiya an'analari;
- vatanparvarlik tarbiyasi;
- kattalarga hurmat, kichiklarga izzatda bo'lish;
- oilaviy munosabatlar (er, xotin);
- ota-ona va farzandlar munosabati;
- qarindosh-urug'chilik munosabatlari;
- tabiat va jonivorlarga bo'lgan munosabat;
- jismoniy tarbiya an'analari va boshqalar.

Markaziy Osiyo xalqlari tarbiya usulining ajralmas asosiy qismi hisoblangan jismoniy tarbiya bilan bog'liq qadriyatlar va an'analari quyidagi umumiylikka ega:

- Jismoniy tarbiya vositalarining umumiyligi.
- Jismoniy tarbiyani amalga oshirish usullarining umumiyligi.
- Shaxs jismoniy barkamolligini ulug'lash va qadrlashdagi his-tuyg'ularning umumiyligi.
- Hozirda dunyoga yuz tutayotgan milliy sport turlari (kurash, belbog'li kurash, turon yakka kurashi, o'zbek jang san'ati, chavandozlik, uloq-ko'pkari kabilar)ning umumiyligi va boshqalar.

Sport va sportchilarimiz g'alabalari o'sib kelayotgan yoshlarimiz xarakterini toblamoqda, ularning qalbida o'z xalqi, yurti bilan faxrlanish tuyg'ularini uyg'otmoqda. Sport-g'urur, sport-sharaf, sport-sha'niga aylanmoqda.

Mamlakatimizda sport sohasiga berilayotgan e'tibor davlat siyosati darajasiga ko'tarilgani bunday muvaffaqiyatlarning hamda qurayotgan demokratik jamiyatimizga munosib jismoniy va ma'naviy sog'lom, hech kimdan kam bo'lmagan komil avlodni tarbiyalashning muhim omili bo'lib xizmat qilmoqda. Amalga oshirilayotgan ulkan ishlar jumladan qishloq joylarda barpo etilayotgan futbol maydonchalari, zamonaviy sport komplekslari, sport maktablari, turli-tuman sport inshootlari buning yorqin dalilidir.

Sport bu tarixan shakllangan inson faoliyati bo'lib, tanlab olingan biror bir sport turida yuqori natijaga erishish va maxsus musobaqalar sharoitida yuksak yutuqlarni, g'oliblarni aniqlash va ularni ulug'lashdan iborat. Sport hozirgi zamon jamiyatining tarkibiga kiritilgan bo'lib, uning mohiyati xilma-xil va ko'p qirralidir. Jahon ijtimoiy-siyosiy tizimining elementlari sifatida ular qatoriga sport masalalari bilan shug'ullanuvchi xalqaro uyushmalar, sport turlari bo'yicha xalqaro federatsiyalar,

Jismoniy tarbiya va sport sohasi samaradorligini oshirishda fiziologik, pedagogik-psixologik yondashuvlar va fanlararo integratsiyalashuv masalalari

sportning texnik turlari bo'yicha xalqaro birlashmalar, xalqaro turizm tashkilotlari va boshqalardan iborat bo'lib, sportni rivojlantirish masalalari BMT da, davlat parlamentlarida muhokama qilinadi. Konstitutsiyalarda, siyosiy partiyalarning dasturlarida o'z aksini topgan. Sportga rahbarlik qilish davlat darajasida amalga oshiriladi. U asosan ikki qismdan bazaviy va maxsus xizmat qismlaridan ibora bo'lib, bular uning samaradorli ishlashini ta'minlaydi.

1. Bazaviy qismga sport musobaqalari kiradi.
2. Maxsus xizmat qismi-sport mashqi. Sportchilarni saralash, tayyorlash hakamlik va boshqalardan iborat.

Tarbiyaning hayot bilan bog'liqligi talabidan kelib chiqqan holda, bevosita mashg'ulot faoliyatining tarbiyalovchi ahamiyatini alohida ta'kidlab o'tish zarur. Sport mashg'ulot jarayonida yosh sportchilar mehnatni sevishga, qiyinchiliklarni yengib o'tishga, do'stona yordam berishga o'rganadilar. Mashg'ulot vaqtida ularga ijtimoiy-foydali mehnat malakalari singdirib boriladi. Shu maqsadda mashg'ulot jarayoniga, musobaqalarga, turli sport tadbirlariga mas'uliyat va burch deb qarash zarur, chunki bu yo'nalish sportchi shaxsining har tomonlama rivojlanishini ta'minlaydi, unda aktiv hayotiy vaziyatni, yuksak fuqarolik fazilatlarini shakllantiradi. Ong va xulq birligiga erishgan holda sportchini so'zda ham, ishda ham o'zbek sporti ahloq-odobi ruhida tarbiyalash zarur. Sport ahloq-odobi talablarining qat'iy e'tiqodga, ahloq-xulq odatlariga aylanishi, aniq ishlarda namoyon bo'lishi lozim. Mashg'ulot chog'idagi o'zaro yordam va astoydil mehnat, musobaqalardagi sof sport kurashi, sport jamoasi va undan tashqaridagi ijtimoiy faoliyat-bularning barchasi tarbiyaning ta'sirchanligini ta'minlaydi.

Sportchilar bilan tarbiyaviy ish olib borayotganda sport faoliyati jamiyatni, uning madaniyatini, kishilarning turmush tarzini takomillashtirish vazifalari bilan aloqadorligini tushuntirishga muhim o'rin ajratilishi lozim.

Sport bilan shug'ullanish ijtimoiy maqsadga egadir, bular: unumli mehnatga va Vatanni himoya qilishga tayyorlik; jismoniy, irodaviy hamda axloqiy fazilatlarni har tomonlama rivojlantirish, to'laqonli bo'sh vaqtni tashkil qilish, jamoa faoliyat malakalarini hosil qilish uchun shart-sharoitni ta'minlashdir. O'zbekiston Respublikasidagi ko'p millatli sport harakatida turli millat va xalq vakillari orasida xalqaro hamdo'stlik aloqalarini rivojlantirish va mustahkamlash kabi ijtimoiy ahamiyatga molik vazifalar hal qilinadi. Ko'p millatli sport jamoalaridagi o'ziga xoslik shundaki, shaxslararo xarakter munosabatlari ularda millatlararo munosabat ifodasi bilan bog'lanib ketadi. Bu esa bizning ko'p millatli davlatimizga yangi huquqiy demokratik jamiyatimizga xos xususiyatdir. Ko'p millatli jamoa yana shu bilan

Jismoniy tarbiya va sport sohasi samaradorligini oshirishda fiziologik, pedagogik-psixologik yondashuvlar va fanlararo integratsiyalashuv masalalari

xarakterlanadiki, unda xalqaro hamdo'stlik munosabati sohasida uning a'zolari tomonidan g'oyaviy-siyosiy, axloqiy qadriyatlar faol o'zlashtirib olinadi. Negaki, bizning jamiyatimiz bunday imkoniyatlarga to'la-to'kis egadir, bu esa yangi jamiyat kishilari - O'zbekiston xalqining yangi tarixiy munosabatini shakllantirishga ko'p jihatdan ko'maklashadi.

Sportchilar murabbiyning rahbarligi ostida mashg'ulot va ijtimoiy-foydali faoliyat jarayonida umumta'lim maktablarida egallagan xalqaro hamdo'stlik munosabatlarining mohiyatiga doir bilimlarini chuqurlashtiradilar, sport harakatining xalqaro miqyosdagi ahamiyatiga oid bilimlarni o'zlashtirib oladilar.

Xulosa qilib aytganda jismoniy tarbiya va sport, qadriyatlar faoliyatini o'rganish va adabiyotlarni tahlil etish shuni ko'rsatdiki, maqsadga qaratilgan ma'ruza va suhbatlarda keltirilgan dalillar amaliy faoliyat bilan mustahkamlanib borilsagina, yosh sportchilarda insoniy va internatsional munosabatlar to'planadi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR:

1. O'zbekiston Respublikasining "Jismoniy tarbiya va sport to'g'risida"gi Qonuni. Yangi tahriri. 2015 yil 4 sentabr.
2. O'zbekiston Respublikasida jismoniy tarbiya va sportni yanada takomillashtirish va ommalashtirish chora-tadbirlari to'g'risida // O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2020 yil 24 yanvardagi PF-5924-son Farmoniga 1-Ilova.
3. Tohirjonovich, Arabboyev Qahramon. "THE ROLE OF PHYSICAL CULTURE AND SPORTS IN STUDENT ACTIVITY AND LIFESTYLE." INTERNATIONAL JOURNAL OF SOCIAL SCIENCE & INTERDISCIPLINARY RESEARCH ISSN: 2277-3630 Impact factor: 7.429 12.09 (2023): 58-63.
4. Jurayev, Vohidjon. "SPORTCHINING FAOLIYAT SAMARADORLIGIDA DA'VOGARLIK DARAJASI AHAMIYATINI EMPIRIK NATIJALARI TAHLILI." Science and innovation in the education system 2.7 (2023): 106-112.
5. Arabboev, Q. T. "Жисмоний тарбия дарсларида талабалар ўқув-спорт фаоллигини оширишда шахсга йўналтирилган таълим турларининг ўрни." Фан-спортга Учредители: Узбекский государственный университет физической культуры и спорта 6: 68-71.
6. Muratova, Gulnara Rashitovna. "PEDAGOGICAL TECHNOLOGY OF PHYSICAL EDUCATION FOR STUDENTS BASED ON THE POSSIBILITY OF AEROBICS." INTERNATIONAL SCIENTIFIC CONFERENCE" INNOVATIVE TRENDS IN SCIENCE, PRACTICE AND EDUCATION". Vol. 3. No. 1. 2024.

Jismoniy tarbiya va sport sohasi samaradorligini oshirishda fiziologik,
pedagogik-psixologik yondashuvlar va fanlararo integratsiyalashuv
masalalari

7.Rashitovna, Muratova Gulnara, and Atadjanov Asadbek Baxtiyor o'g'li. "IMPLEMENTATION OF NEW TECHNOLOGIES IN THE AEROBICS PROGRAM FOR FEMALE STUDENTS OF HIGHER EDUCATIONAL INSTITUTIONS." INTERNATIONAL JOURNAL OF SOCIAL SCIENCE & INTERDISCIPLINARY RESEARCH ISSN: 2277-3630 Impact factor: 7.429 13.01 (2024): 38-41.

8.Muratova, G. R. "MODERN REQUIREMENTS FOR THE CREATION OF EDUCATIONAL PUBLICATIONS ON PHYSICAL EDUCATION FOR SECONDARY SCHOOLS." Galaxy International Interdisciplinary Research Journal 11.5 (2023): 1-4.

