

Ro'ziqulov Bunyodbek Baxtiyor o'g'li
Iqtisodiyot va pedagogika universiteti
Jismoniy madaniyat va sport kafedrası dotsenti, p.f.b.f.d (PhD)
bunyod_2020@mail.ru

JISMONIY TARBIYA VA SPORT SOHASIDA MALAKALI KADRLARNI JISMONIY MADANIYATINI RIVOJLANTIRISHNING ILMIY-NAZARIY ASOSLARI

Annotatsiya: Barchamizga ma'lumki jamiyatimizda jismoniy tarbiya va sport orqali salomatlikni tiklash va rivojlantirishda sohadagi mutaxassislarning malakasi hamda xalqning jismoniy tarbiya va sportdan salomatlikni tiklashda foydalanish bo'yicha bilimlari muhim ahamiyat kasb etadi. Chunki sohada malakali kadrlarning mavjudligi nafaqat sohani rivojlantirishda balki yangi vujudga kelayotgan muammolarni bartaraf etishda, yanada rivojlantirish bo'yicha chora-tadbirlarni ishlab chiqishda zarur hisoblanadi. Malakali kadrlar yoshlarning jismoniy tarbiya va sport bo'yicha bilim va tajribalarining oshishiga yordam beradi.

Kalit so'zlar: jismoniy madaniyat, jismoniy tarbiya, ta'lim, tarbiya, barkamol avlod, ma'naviy-axloqiy tarbiya, malakali kadrlar, ma'naviy-axloqiy mezon.

Рўзиқулов Бунёдбек Бахтиёр ўғли
Университет экономики и педагогики
Доцент кафедры физической культуры и спорта, (PhD)
bunyod_2020@mail.ru

НАУЧНО-ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ КВАЛИФИЦИРОВАННЫХ КАДРОВ В ОБЛАСТИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ И СПОРТА

Аннотация: Как мы все знаем, в нашем обществе большое значение в восстановлении и развитии здоровья посредством физического воспитания и спорта имеют навыки специалистов в данной области и знания людей по использованию физического воспитания и спорта в восстановлении здоровья. Потому что наличие квалифицированных кадров

на местах необходимо не только для развития месторождения, но и для устранения новых проблем и разработки мер по дальнейшему развитию. Квалифицированный персонал способствует повышению знаний и опыта молодежи в области физического воспитания и спорта.

Ключевые слова: физическая культура, физическое воспитание, образование, воспитание, зрелое поколение, духовно-нравственное воспитание, квалифицированные глухие люди, духовно-нравственный критерий.

Ruzikulov Bunyodbek Bakhtiyor ugli
University of Economics and Pedagogy
Associate Professor of the Department
of Physical Culture and Sports, (PhD)
bunyod_2020@mail.ru

SCIENTIFIC AND THEORETICAL BASIS OF DEVELOPING THE PHYSICAL CULTURE OF QUALIFIED STAFF IN THE FIELD OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORT

Abstract: *As we all know, in our society, the skills of specialists in the field and the knowledge of the people on the use of physical education and sports in restoring health are of great importance in the restoration and development of health through physical education and sports. Because the presence of qualified personnel in the field is necessary not only for the development of the field, but also for the elimination of new problems and the development of measures for further development. Qualified personnel help to increase the knowledge and experience of young people in physical education and sports.*

Key words: *physical culture, physical education, education, upbringing, mature generation, spiritual and moral education, qualified deaf people, spiritual and moral criterion.*

Kirish

Jahonda o'sib kelayotgan yoshlarni har tomonlama sog'lom, yuksak intellektual salohiyatga ega va jismonan barkamol qilib tarbiyalashda harakatli o'yinlar samarali vosita sifatida qo'llanib kelinadi. Harakatli o'yinlar boshlang'ich

tayyorgarlik bosqichida shug'ullanuvchi talabalarning psixologik va yoshga xos xususiyatlariga to'liq mos keladigan sharoitlarni yuzaga keltirishda, turli harakat faoliyati sharoitlarida ularning asoslarini egallashda, talabalarning jamoaviy va individual faolligi bilan birga harakat sifatlarini rivojlantirishda, harakat ko'nikmalarini oqilona shakllantirishda samarali vosita vazifasini o'tashi mutaxassislar tomonidan e'tirof etiladi. Hozirgi kunda axborot almashish jarayonining jadallashuvi, sog'lom avlodni tarbiyalashni murakkablashtirmoqa. Tezkor muloqot asrida insonlarning muloqot ko'lamining kengligi ularning ruhiy zo'riqishlarini kuchaytirmoqda. Jamiyat a'zolarida toqatsizlik, asabiylik, ruhiy tushukunlik xolatlari kuzatilmoqda. Har bir jamiyatda muhitni sog'lomlashtirish, kelajak avlodni ayniqsa yoshlarni ruhan, ham jismonan sog'lom qilib tarbiyalash vazifasi muhim ahamiyat kasb etmoqda. Inson kamoloti ruhiy va jismoniy mohiyat uyg'unligida kechishini hisobga olgan holda jamiyat a'zolari aqliy salohiyatini oshirish bilan birga jismoniy madaniyatini ham rivojlantirish vazifalari yuzaga chiqmoqda. Shuning uchun ham mamlakatimizda sog'lom avlodni tarbiyalash yuzasidan tizimli ishlar olib borilmoqda. Sport sohasiga hukumat tomonidan alohida e'tibor qaratilishi natijasida sportga qiziqish ortmoqda, jismoniy tarbiya kundalik faoliyatga aylanmoqda. Bu esa, jamiyatda sog'lom turmush tarzini rivojlantirish bilan birga mamlakatimizda sport sohasini yuksalishiga ham zamin yaratmoqda. Davlatimiz rahbari Sh.Mirziyoyev ham jismoniy tarbiya va sportga alohida e'tibor qaratish zarurligini quyidagicha asoslaydi: «Jamiyatda sog'lom turmush tarzini qaror toptirish, jismoniy tarbiya va sportni yanada ommalashtirish bugungi kunning dolzarb vazifadir. Sportni jadal rivojlantirish, xalqaro musobaqalarda yaksak natijalarga erishgan sportshilarni rag'batlantirish va qo'llab-quvvatlashga bundan buyon ham katta ahamiyat beramiz».[1] Shuningdek, Prezidentimiz tomonidan yoshlarning bo'sh vaqtini mazmunli o'tkazishga qaratilgan besh muhim tashabbusning ikkinchisi yoshlarni jismoniy madaniyatini rivojlantirish, jismoniy chiniqtirish, ularni jismoniy tarbiya, sport bilan shug'ullanishlari va o'zlarini namoyon qilishlari uchun zarur shart-sharoitlarni yaratib berishga qaratilgan.

Adabiyotlar tahlili

O'tgan yillar davomida respublikamizda, qolaversa barcha viloyat, shahar va tumanlarda jismoniy tarbiya va sportni rivojlantirish, yoshlarni sport turlari bilan kengroq shug'ullanishlari ushun shart-sharoitlar yaratish, jamiyatda jismoniy tarbiya va sog'lomlashtirish ishlari orqali sog'lom muhitni yaratishga doir bir qancha muhim ishlar amalga oshirildi. Bugungi kunda sport maktablari, to'garaklar faoliyati qayta tashkillashtirildi, ommaviy sport turlari bo'yicha musobaqalar muntazam o'tkazib borilishi yo'lga qo'yildi. Oliy ta'lim muassasalari talaba-yoshlarining jismoniy madaniyatini rivojlantirish, har tomonlama barkamol shaxs bo'lib ulg'ayishlarida jismoniy madaniyat, jismoniy tarbiya, sog'lomlashtirish, jismoniy kamolot, jismoniy rivojlanish, salomatlikni mustahkamlash, sog'lom turmush tarzini targ'ib qilishda yangisha yondashuv asosida ta'lim berish zarurati paydo bo'lmoqda.

Jismoniy madaniyat boshqa madaniyat shakllari kabi shaxsning kompleks rivojlantiruvshi tizimning bir qismi hisoblanadi. Oliy ta'lim muassasalari talabalarida o'z sog'lig'i haqida g'amxo'rlik qilishga o'rgatish, sport bilan doimiy shug'ullanish orqali ularda sog'lom turmush tarzini yaratish, jismoniy tarbiya bilan mustaqil shug'ullanish ko'nikmalarini shakllantirish pedagogik jarayonning bosh maqsadi hisoblanadi.

Jismoniy madaniyat – insonning jismoniy rivojlanishi va barkamollashuvi uchun xizmat qiladigan maxsus vositalar, metodlar va sharoitlarni yaratish va ulardan oqilona foydalanish bo'yicha erishilgan yutuqlar majmuasidir.

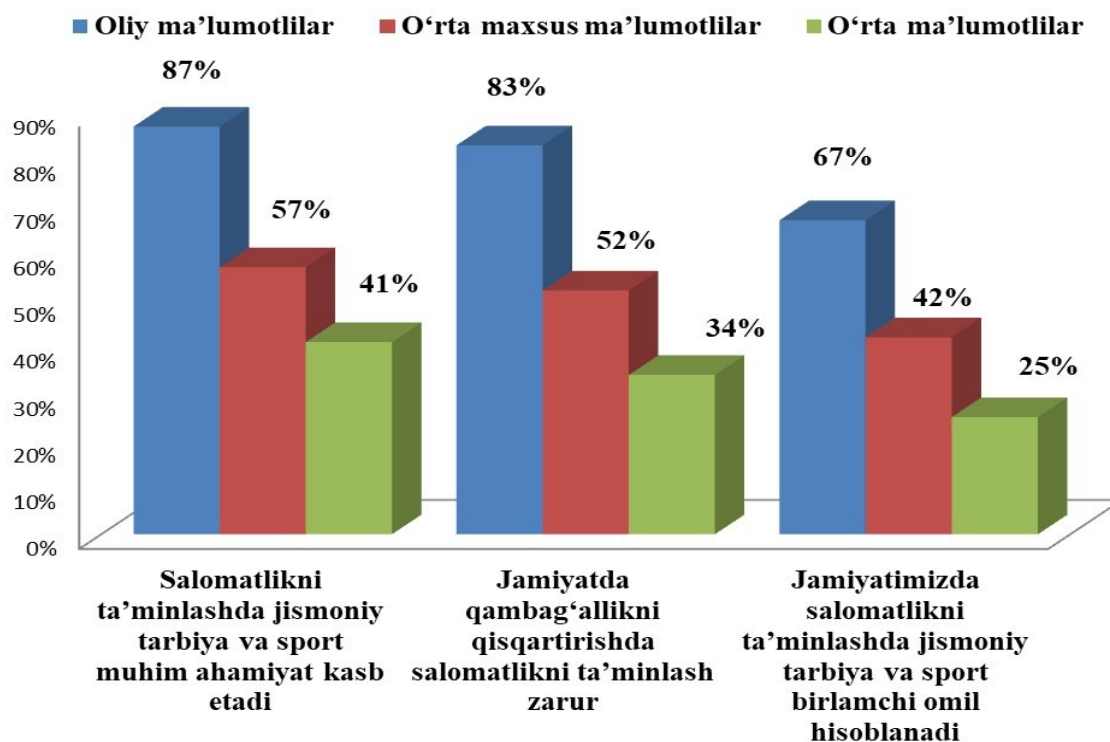
Jismoniy madaniyatni ijtimoiy taraqqiyotda o'ziga xos vazifalari mavjud:

- harakatlanish faoliyatining oqilona meyorlarini belgilab beradi;
- vorisiylik asosida jismoniy tarbiyaga oid madaniy bilimlar, ma'lumotlar va axborotlarni avloddan avlodga yetkazish va to'plash xizmati;
- o'zaro shaxslararo muloqotni shakllantirish, insonning harakatlanishida estetik nafosatni namoyon qilishiga oid xizmati;
- shaxsning doimiy harakat qilishi ushun jismonan yaroqlilik solatini ta'minlash.

Tahlillar va natijalar

O'tkazilgan tadqiqot natijalari oliy ma'lumotlilarning 87% "Salomatlikni ta'minlashda jismoniy tarbiya va sport muhim ahamiyat kasb etadi", 83% "Jamiyatda qambag'allikni qisqartirishda salomatlikni ta'minlash zarur", 67% "Jamiyatimizda salomatlikni ta'minlashda jismoniy tarbiya va sport birlamchi omil hisoblanadi" deb hisoblashgan. O'rta maxsus ma'lumotlilarning 57% "Salomatlikni ta'minlashda jismoniy tarbiya va sport muhim ahamiyat kasb etadi", 52% "Jamiyatda qambag'allikni qisqartirishda salomatlikni ta'minlash zarur", 42% "Jamiyatimizda salomatlikni ta'minlashda jismoniy tarbiya va sport birlamchi omil hisoblanadi" deb hisolashgan. O'rta ma'lumotlilarning 41% "Salomatlikni ta'minlashda jismoniy tarbiya va sport muhim ahamiyat kasb etadi", 34% "Jamiyatda qambag'allikni qisqartirishda salomatlikni ta'minlash zarur", 25% "Jamiyatimizda salomatlikni ta'minlashda jismoniy tarbiya va sport birlamchi omil hisoblanadi" deb javob berishgan (1-rasmga qarang).

Tadqiqot natijalariga ko'ra yoshlarning jismoniy tarbiya va sport haqidagi bilimlarining ortib borishi hamda ularning bilim darajasi jismoniy tarbiya va sport bilan shug'ullanish darajasini oshib borishini asoslaydi. Bu esa sohada malakali kadrlar tayyorlash jarayonlarini rivojlantirib borishga qaratilgan tizimli islohotlarni amalga oshirib borish kerakligi ko'rsatadi.



1-rasm. Salomatlikni ta'minlashda jismoniy tarbiya va sportning o'rniga bo'lgan munosabat natijalari

Bugungi kunda jismoniy tarbiya va sport sohasiga turli sohalarning kirib kelishi ko'zatilayapti. Mazkur sohalar daromad olish maqsadida yangi innovatsiyalarni, ixtirolarni kiritishga harakat qilmoqda. Bu esa, ilm-fan sohasidagi yangiliklar va ixtirolarni kirishi bilan mutaxassislarni ulardan xabardorligini oshirish zaruriyatini yuzaga keltirmoqda. Shuning uchun ham jismoniy tarbiya va sport sohasidagi mutaxassislar nafaqat yangiliklarni o'zlashtirib borishi, balki o'zi ham kreativ yondashib yangi g'oyalarni ishlab chiqish hamda amaliyotga joriy etish bo'yicha malaka va ko'nikmalarga ega bo'lishini talab qilmoqda. Jismoniy tarbiya va sport ta'lim muassasalari faoliyatiga zamonaviy ilm-fan yutuqlarining joriy qilib borilishi, trenerlarni kompetentligi oshirishga qaratilgan malaka oshirish kurslarining doimiy tashqil qilib borilishi, ta'lim muassasasi muammolarini o'rganishda ilmiy-tadqiqot ishlarini tashkil qilinishi va natijalari asosida o'quv mashg'ulotlarni yo'lga qo'yilishi o'quvchi-sportchilar tayyorgarligiga ijobiy ta'sir ko'rsatadi.

Jismoniy tarbiya va sport sohadagi OTMlarning o'quv dasturlariga ilm-fan yutuqlariga asoslangan ma'ruza va seminar mashg'ulotlarini kiritish: aholining

jismoniy tarbiya va sportga bo'lgan qiziqishini aniqlash bo'yicha metodologiya ishlab chiqish, sport ta'lim muassasalarida o'quv-mashg'ulotlarini ilm-fan yutuqlari asosida tashkil qilish bo'yicha o'quv dasturi ishlab chiqish, trenerlarning kasbiy kompetentligini rivojlantirish bo'yicha modulli mashg'ulotlar rejasi, dasturlar hamda fan modullari tayyorlash, hududlarning shart-sharoitlari, sport ta'lim muassasalari inobatga olgan holda o'quv-mashg'ulotlarini tashkil qilish mezonlarini o'rganish, yoshlarni jismoniy tarbiya va sportga qiziqtirish, sport ta'lim muassasalari ta'lim berish sifatini oshirishga xizmat qilishi ochib berilgan.

Oliy ta'lim muassasasi talabalarida jismoniy madaniyatni rivojlantirishning muhim sharti jismoniy faoliyatni talaba-yoshlarning kundalik ishiga aylantirish hisoblanadi. Hozirgi kunda mamlakatimizning maktabgacha ta'lim tizimi, maktablar, akademik litsey va kasb hunar maktablarida ham jismoniy tarbiyaga alohida e'tibor berish orqali jamiyatda yuksak jismoniy madaniyatni shakllantirish bilan bir qatorda kelajak avlodni sog'lom qilib tarbiyalash maqsad qilib olingan. Talaba-yoshlarni yetuk kadr va kuchli mutaxassis bo'lib yetishishlarida ham jismoniy sog'lomlashtirish faoliyatining o'rni yaqori hisoblanadi. Chunki sog'lom tanda intellektual sog'lomlik va salohiyat bo'lishi tajribalarda asoslangan. Demak, birinchi navbatda talabalarni jahon standartlariga javob beradigan raqobatbardosh kadrlar qilib tarbiyalashda kuchli ta'lim-tarbiya bilan birga jismoniy madaniyatni ham shakllantirish zarur.

Jismoniy tarbiya – jismoniy kamolotga erishish uchun yo'naltirilgan pedagogik jarayon bo'lib, harakat malaka va ko'nikmalarda o'rtacha va jismoniy sifatlarni rivojlantirishga qaratilgan jarayon hisoblanadi. Jismoniy tarbiya jarayonida aqliy, axloqiy, estetik va mehnat tarbiyasi bir vaqtda amalga oshiriladi. [2,3]

Jismoniy madaniyat, barcha jamiyat a'zolarining jismoniy barkamolligini ta'minlash orqali, insonlarni komillikka erishtirishda asosiy omillardan biri sifatida, har bir davlat va dunyo miqyosida o'zining tizimiga egaligi bugungi kunda yaqqol ko'zga tashlanmoqda. Hozirgi zamon jismoniy madaniyat tizimining rivojlanish tarixi juda qadim zamonlarga borib taqaladi. Hozirgi zamon

umumbashariy jismoniy madaniyat tizimida, inson jismoniy barkamolligini takomillashtirishga to'liq imkoniyat yaratib berilgan.[4,5]

Jismoniy madaniyatning yer sharida va har bir davlatning ta'lim tizimidagi o'rnini o'rganish, uning har bir insonning turmush tarziga singib borishining ahamiyatini tahlil qilishga oid ko'plab ilmiy tadqiqotlar o'tkazilgan. O'tkazilgan ilmiy tadqiqot ishlarining natijasida jismoniy madaniyat tizimi dunyo va har bir davlat miqyosida o'z salohiyatiga ega ekanligi ilmiy asoslanib, o'ziga xos tamoyillari ishlab chiqildi. Bu tamoyillarni quyidagicha izohlaymiz:

1. Sog'lomlashtirish.
2. Shaxsni har tomonlama rivojlantirish.
3. Mehnat va harbiy amaliyot bilan bog'liqlik.[5]

Mamlakatimiz mustaqillikka erishganidan so'ng jismoniy tarbiya va sport sohasiga juda katta e'tibor qaratildi. Buning isbotini maxsus qonunlar, Prezident farmonlari, Vazirlar Mahkamasining qarorlari qabul qilinganligidan ko'rishimiz mumkin. Bularning barchasi davlatimizda jismoniy madaniyat tizimining rivojlanishiga asos bo'ldi. O'zbekistonda jismoniy madaniyat tizimi respublika aholisining barcha qatlamlarini jismoniy tarbiya va sport bilan shug'ullanishlarini ta'minlabgina qolmay davlat siyosati darajasigasha ko'tarildi. Yuqoridagi islohatlarni oliy ta'lim tizimida ham olib borish orqali talabalarning jismoniy salomatligi va tarbiyasini rivojlantirish muhim ahamiyat kasb etadi.

Jismoniy madaniyatni rivojlantirishning maqsadi va mazmuni davlatimizda amalga oshirilayotgan iqtisodiy, siyosiy ijtimoiy sohalarga ijodiy o'zgarishlarga mos bo'lib, uning o'ziga xos tamoyillari bo'lishi kerak. Ko'pgina ilmiy tadqiqotlar, fikr mulohazalar asosida jismoniy madaniyat umuminsoniy va milliy madaniyatning ajralmas bo'lagi sifatida, uning bosh maqsadi odamlar jismoniy madaniyatini shakllantirish orqali jismoniy barkamollikka erishishini ta'minlashga qaratilgan. Bu, albatta, jismoniy madaniyatning o'ziga xos bo'lgan ta'lim-tarbiyasi jarajida amalga oshiriladi.

Bugungi kunga kelib davlat boshqaruv sohasidagi mutaxassislarning har tomonlama kamolotga yetishgani, ham jismonan, ham aqlan yuksak salohiyatga

egaligi muhim ahamiyat kasb etmoqda. Shuning uchun ham ta'lim-tarbiya jarayoniga jismoniy tarbiya va sportni uyg'unlashtirish orqali oliy ta'lim muassasasi talabalarini jismoniy va aqliy salohiyatini oshirish va jahon standartlariga javob beradigan kadrlarni yetishtirishni maqsad qilingan.

Oliy ta'lim muassasalari talabalarini jismonan yuksak, aqlan yetuk qilib tarbiyalash orqali quyidagi vazifalar hal qilinadi:

1. Talabalarda kasbga qiziqish, vijdonan ishlash, haqiqatparvarlik, odamlarga hurmat, ular bilan yaxshi muomalada bo'lish, mehnatga muhabbatni tarbiyalash mumkin.

2. Talabalarda kuchli xotira, tashkilotchilikka oid malaka va ko'nikmalarni shakllantiradi.

3. Talabalarda markaziy asab, yarak-qon aylanish, nafas olish tizimlari ishini yaxshilash, kfrish, eshitish qobiliyatini yaxshi rivojlantiradi.

4. Talabalarda salomatlikni mustahkamlash, turli kasalliklardan himoyalash va immunitetni oshiradi.

5. Talabalarda ruhiy barqarorlik sifatlarini shakllantirish, jismoniy zo'riqishlar, tana, bel va qo'l mushaklarining umumiy va statik chidamliligini oshirish, turli murakkab harakatlarni tez va aniq bajarish, chaqqonlik, chidamlilikni o'stiriadi.

6. Talabalarda diqqatni bir joyga jamlay olish sifatini, tezkor fikr yuritish, iroda sifatleri - maqsadga intilish, intizomlilik, tashabbuskorlik, qat'iylik, o'zini tuta bilish kabi xususiyatlarni rivojlantiradi.

Jismoniy tarbiya va sport bilan shug'ullanish talabalar shaxsiy fikrlash doirasini rivojlantirib, ularning qaddi-qomatini takomillashadi. Shuningdek, morfologik va funksional o'zgarishlar sodir bo'ladi, tana tuzilishi, vazni, mushak kuchi, o'pkaning tiriklik sig'imi ko'krak qafasi aylanasi yaqori ko'rsatkichlarga ega bo'ladi, aqliy, axloqiy sifatleri tarbiyalanadi. Jismoniy tarbiya va sport mashg'ulotlarida talabalarga o'qituvchi-murabbiylar tomonidan milliy va xalq harakatli o'yinlarini tashkil qilish va o'tkazishni rejalashtirish bo'yicha ko'nikma va malakalar beriladi va mustaqil ishlash ushun adabiyotlarni tavsiya qiladi.

Talabalarga milliy harakatli o'yinlarini tashkil etish va o'tkazishda pedagogik mahoratni shakllantirish ushuni o'qituvchi-murabbiy tomonidan quyidagi jihatlarga e'tibor beriladi:

- harakatli o'yinlarni o'tkazishning metodik asoslari yuzasidan bilim ko'nikma va malakalar bilan qurollantiriladi;
- to'g'ri tashkil etilgan o'yinlar sog'likni mustahkamlaydi, ochiq havolarda tashkil etish esa organizmni chiniqtiradi.

Xulosa

Xulosa qilib aytganda hozirgi kunda oliy ta'lim muassasalari talaba-yoshlarining jismoniy madaniyatini rivojlantirish, har tomonlama barkamol shaxs bo'lib ulg'ayishlarida jismoniy madaniyat, jismoniy tarbiya, sog'lomlashtirish, jismoniy kamolot, jismoniy rivojlanish, salomatlikni mustahkamlash, sog'lom turmush tarzini targ'ib qilishda yangicha yondashuv asosida ta'lim berish zarurati dolzarb vazifa sifatida yuzaga chiqmoqda. Jismoniy madaniyat boshqa madaniyat shakllari kabi shaxsning kompleks rivojlantiruvchi tizimning bir qismi sifatida ifodalanadi. Oliy ta'lim muassasalari talabalarini o'z sog'lig'i haqida g'amxo'rlik qilishga o'rgatish, sport bilan muntazam shug'ullanish orqali ularda sog'lom turmush tarzini yaratish, jismoniy tarbiya bilan mustaqil shug'ullanish ko'nikmalarini shakllantirish bugungi kunda pedagogik jarayonning bosh maqsadi hisoblanadi. Jismoniy madaniyat –insonning jismoniy rivojlanishi va barkamollashuvi uchun xizmat qiladigan maxsus vositalar, metodlar hamda sharoitlarni yaratish shuningdek ulardan oqilona foydalanish bo'yicha erishilgan yutuqlar majmuasi ekanligi bilan ahamiyatlidir.

ADABIYOTLAR RO'YXATI

1. Mirziyoyev SH.M. O'zbekiston Respublikasi Prezidenti Shavkat Mirziyoyevning Oliy Majlisga Murojaatnomasi // Xalq so'zi, 2018yil 23dekabr.
2. Usmonxodjayev T. va bosh. "Harakatli o'yinlar". O'qituvchilar uchun qo'llanma. –Toshkent, "O'QITUVCHI", 1992, B. 48-52.

3. Shopulatov A.N. Jismoniy tarbiya va sport sohasida malakali kadrlar tayyorlash tizimi mexanizmlarini takomillashtirish //Pedagogika fanlari doktori (DSc) dissertatsiyasi avtoreferati, 2023. - 76 b.

4. Mahkamdjanov K., Salamov R., Ikromov I., Jismoniy madaniyat nazariyasi va metodikasi.–Toshkent.:Iqtisod-moliya, 2008.–B.14-26.

5. Ro‘ziqulov B.B. Turli o‘yin amplusiga qarab yosh futbolchilarni antropogenetik mezonlari va jismoniy tayyorgarligi asosida istiqbolini bashoratlash //Pedagogika fanlari bo‘yicha falsafa doktori PhD dissertatsiyasi avtoreferati, 2023. - 64 b.

6. Ro‘ziqulov B.B. Oliy ta’lim muassasalari talabalarining jismoniy madaniyatini rivojlantirishning yangicha asoslari. Tadbirkorlik va pedagogika. ilmiy-uslubiy jurnal. ISSN: 2181-2659. 2/2023. 140-146 bet.