Fizyzlosol. – 2024. – T. 44. – C. 384-386.

O‘QUVCHILAR JISMONIY MADANIYATINI RIVOJLANTIRISHNING ZAMONAVIY TENDENSIYALARI

F.K Axmedov JDPU professori, A.T. Kuvondikov - JDPU o‘qituvchisi
S.F.Kuldashev - JDPU mustaqil tadqiqotchisi.

Jamiyat taraqqiyotining barcha davrlarida xam jamiyat azolarining jismoniy yetukligi va salomatligi masalasi eng dolzarb masala bo‘lgan va bugungi kunda ham bu masala asosiy muommolardan biri xisoblanadi. Chunki jamiyat a’zolarining jismoniy jixatdan salomatligi jamiyatni xar tomonlama taraqiyotini, turmush farovonligini oshirishga, marifat va manaviyatni rivojlantirishga, davlat kuch kudratini oshirishga xizmat kiladi. Talim va tarbiya tizimining tarkibiy kismi

bo‘lgan jismoniy madaniyat talimi jamiyat azolarining xar tomonlama barkamolligini va faolligini taminlashda o‘z axamiyatga ega. Buni inobatga olgan xolda mamlakatimizda jismoniy tarbiya va sport talimi asosida axoli jismoniy madaniyatini oshirishga aloxida etibor karatilmoqda. Bu borada O‘zbekiston prezidenti Sh.M. Mirziyoevning qator farmon va karorlarini misol keltirish mumkin. Jumladan: Prezidentining 2024- yil 15-noyabrdagi “Umumiy urta ta’lim maktablarida jismoniy tarbiya fani o‘qitilishini tubdan takomillashtirish xamda ushbu fan o‘qituvchilarining kasbiy faoliyatini rivojlantirish chora-tadbirlari to‘g‘risida” №-392 karori bu borada muxim axamiyatga ega. Ushbu karorda maktabda jismoniy tarbiya darslarini o‘qitishni yanada rivojlantirish, jismoniy tarbiya fani o‘qituvchilarining kasbiy maxorati va malakasini oshirish buyicha o‘quv dasturlarini yanada takomillashtirish, o‘quvchilarni bo‘sh vaqtlarini mazmunli o‘tkazish maqsadida maktab sport klublari faoliyatin yulga kuyish, 2025/2026 o‘quv yilidan boshlab DTS asosida 5-11 sinflar uchun o‘qituvchilarga mo‘ljallangan o‘quv metodik qo‘llanmalar ishlab chikilishi kabi kator ustvor vazifalar belgilab berilgan. Shuningdek joriy yilning 13-fevralida Prezidenimizning Olimpiya va paralimpiya sport turlarini yanada rivojlantirish, ommaviy sportni yangi bosqichga olib chiqish yuzasidan o‘tkazgan vedioselektor yig‘ilishida xam soxa vakillari va mutasaddilarga topshiriqlar asosida katta vazifalar belgilab berildi.

Ushbu farmon va qarorlarning va Davlat raxbari tomonidan berilayotgan topshiriqlarning mazmunidan ko‘rinib turubdiki mamlakatimizda barcha soxalardagi kabi jismoniy tarbiya va sportda xam demokratik yondoshuv va umuminsoniy kadriyatlarga asoslangan g‘oyalarga asoslangan xolda ish tutilmokda.

Vaxolanki Dunyo jismoniy tarbiya va sporti tarixiga oid malumotlarga murojaat qilinganda ba’zi davrlarda undan notug‘ri maqsadlar yo‘lida xam foydalanganlar. Masalan quldorlik davrida kuldorlar kullarning ustidan xukumronlikni kuchaytirish va ularni doimiy ravishda o‘zlariga buysindirish maqsadida, kuldorlargina maxsus jismoniy mashqlar bilan mukammal shug‘ullanganlar. Shuningdek ba’zi agressiv xususiyatga ega davlatlar, yoki ayrim jamiyatlar boshkalar ustidan xukumron bo‘lish, boskinchilik kilish maqsadida xarbiylashtirilgan jismoniy tarbiya tizimini joriy etganlar. Aslida jismoniy madaniyatning jamiyatdagi maqsadi faqat insonparvarlikka va umuminsoniy kadriyatlarga xizmat kilishga karatilgan. Muommoga karatilgan masalalarga murojaat qilish asnosida, avvalom bor soxaga oid asosiy tushunchaga tarif berishni lozim topdik.

Mutaxasislar (L.P. Matveev, B.A. Ashmarin, O.Yu. Masalova, S.D. Neverchuk, R.Abdumalikov, X.Rafiev, I.S. Barchukov, A.Abdullaev, F.K. Axmedov v.b) tomonidan berilgan ta’riflar, soxaga oid mavjud lug‘atlar va

ensiklopediyalardagi ma'lumotlarga tayandik va jismoniy madaniyat tushunchasiga nisbatan quyidagi xulosaga keldik**. Jismoniy madaniyat umumiy madaniyatning tarkibiy qismi xisoblanib u jismoniy tarbiya, sport, sport faoliyati, sport musobaqalari, jismoniy tayyorgarlik, jismoniy rivojlanish, jismoniy tarbiya va sport talimi uning vositalari, metodlari, sport inshootlari, sport jixozlari jismoniy tarbiya va sport tizimi kabi soxaga oid barcha tushunchalar va faoliyat turlarini qamrab oladi.** Shuning uchun xam biz mazkur masala yuzasidan olib boradigan fikr muloxazalarimizni ukuvchilar jismoniy madaniyatini rivojlantirish muomolariga karatdik. Shu urinda dunyoda axoli, yoki malum bir kontingentning jismoniy miadaniyatini rivojlanganlik darajasi kuyidagi kursatgichlar asosida belgilanadi: 1. Sport inshootlarining mavjudligi va ularning xolati. 2. Axolining turmush tarziga jismoniy tarbiya va sportning singdirilganlik darajasi. 3. Sport musobokalaridagi erishilgan natijalar. 4.Axolining salomatlik darajasi kabi kursatgichlar belgilangan xudud va butun bir mamalakatda jismoniy madaniyatning rivojlanganlik darajasini belgilab beradi. Mamlakatni xar tomonlama rivojlanishi sifatli talim asosida amalga oshiriladi. Axoli jismoniy madaniyatini rivojlantirish xam bevosita jismoniy madaniyat talimni tugri yulga kuyish bilan uz yechimini topadi. Vaxolanki xozirgi vaktda deyarlik butun dunyoda bolalar va yoshlar amaldagi talim tizimida ukiydi tarbiyalanadi belgilangan boskichlarni bosib utadi va voyaga yetadi. Bizning mamlakatimizda xam zamonaviy talablar asosidagi talim tizimi yulga kuyilgan va u bolalar va yoshlarni tulik kamrab olgan. Bu tizim uz ichiga maktabgacha,umumiy urta ,kasb xunar va oliy talim,oliy talimdan keyingi talim boskichlarini kamrab oladi. Xar bir talim tizimi boskichi jismoniy madaniyati uziga xos vazifalarni amalga oshiradi. Tadkikot jarayonida kator ilmiy uslubiy adabiyotlar taxlil etildi. Shu bilan birgalikda bazi rivojlangan mamlakatlarning talim tizimida jismoniy madaniyatning maksad vazifalari amaldagi maktabgacha va boshlangich sinflar jismoniy tarbiyasi tajribalari urganildi. Chunki talimning asosiy poydevori shu boskichlarda kuriladi. Shuningt uchun xam aynan maktabgacha va boshlangich sinflar jismoniy tarbiyasi taxlil etildi. jumladan**:**

Rossiya federatsiyasida maktabgacha va boshlangich sinflar jismoniy madaniyati ukuv dasturiga asosan kuyidagi maksad vazifalarni amalga oshiradi.

-bolalarni jismoniy mashklarga va soglom turmush tarziga ijobiy va faol yondoshuvini shakillantirish;

- bolpalarda jismoniy madaniyatga ongli ravishda kizikishi va soglom turmush tarziga ijobiy yondoshuvini shakillantirish;

- bolalarni dastlabki xarakat kunikmalarini, xarakatlar koordinatsiyasini, kaddu komatni tugri tutishni, turli sport uyinlari va musobokalarida ishtirok etishga intilish, ularni tashkilotchisi bulish va belgilangan tartib koidalarga amal kilish odatlarini shakillantirish.

- jismoniy mashklar va turli uyinlar jarayonida xavfsizlik koidalariga amal kilishga doir dastlabki tushunchalarni shakillantirish.

Xitoy xalk respublikasida jismoniy tarbiya tizimida maktabgacha yoshdagi bolalarni maktabga tayyorlashda kuyidagilarga asosiy etibor karatilgan:

- yosh xususiyatiga kura jismoniy rivojlanishning asosiy boskichi bulgan davrga tayyorlash;
- bolaning ijtimoiy sifatlarini shakillantirish (katiyatlilik,tugrisuzlik,javobgarlik xissi, xakikatguylik, uzaro xamkorlik kilish v.b)
- jismoniy mashklar bilan shugullanishga kizikishini va faol turmush tarzini kechirishni shakillantirish;
- zaruriy xarakat malakalarini rivojlantirish va xavfsizlik koidalariga rioya kilish buyicha dastlabki tushunchalarni berish.

Yaponiya jismoniy tarbiya tizimida kichik maktab yoshidagi bolalar jismoniy tarbiyasi kuyidagi vazifalarni bajarishini zarur deb xisoblaydi;

- xayotiy zarur xarakatlarni rivojlantirish ;
- akliy rivojlantirish;
- atrof muxitga va odamlarga tugri munosabatni shakillantirish;
- umumiy tartib koidalarga katiy amal kilishga urgatish ;

Finlandiyada maktabgacha yoshdagilar jismoniy tarbiyasining asosiy vazifasi:

-bolalarni asosiy va zaruriy xarakat malaka ,kunikmalariga moslashtirish, takomillashtirish,

- bolalarni jismoniy mashklarga bulgan kizikishlarini oshirish,
- bolalarda jismoniy tarbiya va sportga ongli yondoshuvini shakillantirishdan iborat.

Kurinib turibdiki yukoridagi mamlakatlarda maktabgacha talim va boshlangich sinf ukuvchilariga jismoniy madaniyatning asosiy fundamental bilim kunikma va amallari berilishi nazarda tutilgan. Urganilgan malumotlarga kura Dunyoda axoli jismoniy faolligi darajasi , Germaniya, Yaponiya,Xitoy,Finlandiya kabi davlatlarda yukori. Aynan manashu davlatlarda axolining shifokorlarga va formakologik maxsulotlarga bulgan extiyoji xam bizga nisbatan uta past darajada. (JSST ning bergan malumotlaridan olingan malumot) Bundan shunday xulosa kilish mumkinki ushbu mamlakatlarda ukuvchilarga yetarli darajada jismoniy talim berilgan. Jismoniy talim olgan shaxs albatta sogligini jismoniy mashklar bilan mustaxkamlab borish yullarini biladi va ongli, maksadli ravishda umri davomida muntazam jismoniy tarbiya va sport bilan faol shugullanadi. Xar bir shaxsning salomatligi butun mamlakat salomatligini tashkil etadi. Prezidentimiz aytganidek “ Soglom inson – soglom millat “ umummilliy xarakatini talim tizimining boshlangich bugunlaridan yangilangan ukuv dasturlari asosida boshlash kelgusida

uzining yukori darajadagi ijobiy natijalarini beradi. Buni kuyidagi formula asosida kursatish mumkin:

Jismony talim +jismoniy tarbiya = Soglom turmush tarzi.

Sport talimi +Sport tarbiyasi= Natija

(Yukoridagi formulaning ilmiy asoslangan malumotlari aloxida takdim tilishi rejalashtirilgan)

Uzbekistonda xam maktabgacha va boshlangich talim yoshidagi bolalarning jismoniy madaniyatining uziga xos maksad vazifalari mavjud, ammo bu tizimni yanada takomillashtirishga karatilgan zamonaviy anik maksad vazifalarini belgilab olish zaruratdan xoli emas. Chunki mamlakatimizda talim tizimi tubdan islox etilishi natijasida maktabgacha yoshdagi bolalar talim tarbiyasiga kuyilayotgan talablar xam yangicha bulishini takozo etmokda. Albatta takomillashtirilgan zamonaviy jismoniy madaniyatni joriy etishda shu davrgacha orttirilgan tajribalar asosida shakillantirilishi va rivojlantirilishi maksadga muvofik .

Talim tizimi jismoniy madaniyatining keyingi boskichlarida xam uziga xos maksad vazifalari belgilab berilgan bulib, jismoniy tarbiya uzluksiz ravishda amalga oshiriladi. (tizimning keyingi boskichlarining maksad vazifalari muommolari yuzasidan aloxida malumotlar beriladi) Jismoniy madaniyatning talim tizimidagi urni va vazifalari va uning axamiyatini nakadar muximligini anglagan xolda ish yuritish uzining samarali natijalarini beradi.

Mavjud talim tizimi davomida jamiyatda xar tomonlamia barkamol shaxsni tarbiyalash maksad kilib olingan. Shunday ekan jismoniy madaniyatni ushbu tizimning ajralmas tarkibiy kismi sifatida karash va uni muntazam ravishda takomillashtirib borish zarur. Ta’lim tizimining barcha bugunlari jismoniy madaniyatiga aloxida bir muommo sifatida karash va uning uzviyligini taminlash orkali talim tarbiyada kuzlangan maksadga erishiladi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

1. Узбекистон Республикаси Президентининг 2024 йил 15 ноябрдаги №-392 карори .
2. Ахмедов Ф.К. Жисмоний тарбия ва спорт назарияси .Т.: 2020 йил 317 бет. Дарслик .
3. Ашмарин Б.А. Теория и методика педогогических исследований в физическом воспитании.Москва 2003 йил.224 стр. Монография.
4. БарчуковИ.С. Теория методика физического воспитания и спорта . Москва 2021 год.365 стр. Учебник.

5. Гуриев С.В.Теория и методика физического воспитания с практикумом (детей дошколного и младшегро школного возроста) Москва 211 стр. Учебник.