ZAMONAVIY SHAROITDA YOSHLAR BILAN ISHLASHDA JISMONIY TARBIYANING O‘RNI

Maxammatov Fazliddin Xolmuradovich - Jismoniy madaniyat ta’lim yo‘nalishi talabasi
Umarov Iqbol Asliddin o‘gli - Jismoniy madaniyat ta’lim yo‘nalishi talabasi
iqbol02071@gmail.com

Annotation: generational experience proves that the more actively a person is involved in sports activities, the less he is given to chance, someone's help, contacts, the ability to adapt. He learns to trust himself, his own experience and ability, and relies on his ability, talent, hard work, and conscientiousness to determine a goal to achieve well-being.

Annotatsiya : Avlodlar tajribasi shuni isbotlaydiki, inson sport faoliyatiga qanchalik faol jalb etilsa, u tasodifga, kimningdir yordamiga, aloqalariga, moslashish qobiliyatiga shunchalik kam beriladi. U o‘ziga, o‘z tajribasi va qobiliyatiga ishonishni o‘rganadi va farovonlikka erishish uchun maqsadni aniqlashga, o‘z qobiliyati, iste’dodi, mehnatsevarligi va vijdonliligiga tayanadi.

Tadqiqotning maqsadi va vazifalari. Demak, nazariy tadqiqotning maqsadi jismoniy tarbiya fanining o‘quvchilar hayotining ijtimoiy tomoniga ta’sir etishdagi o‘rnini aniqlashdan iborat.

Tadqiqotning vazifalari: 1. Talaba hayotining ijtimoiy tomoniga jismoniy madaniyatning ta’sirini aniqlash uchun nazariy manbalar va ilmiy-amaliy materiallarni tahlil qilish.

2. Tahlil qilingan materialni umumlashtirish, strukturalashtirish, xulosalar chiqarish. Jismoniy madaniyatga nisbatan shaxs bevosita madaniyatning ham, uning qadriyatlarining ham tashuvchisidir. U yangi fazilatlarni o‘zlashtirish va mavjud fazilatlarni rivojlantirish orqali qadriyatlar yaratadi. Jismoniy tarbiyaning insonning biologik va ma’naviy tomoniga ta’sirini unutmaslik kerak. Zero, sport birinchi navbatda salomatlikni saqlash uchun yaratilgan. Shuning uchun jamiyat oila, maktab, din kabi ijtimoiy institutlarda shaxsning rivojlanishiga e’tibor qaratadi. Bunday holda, shuni yodda tutish kerakki, bir maqsad bilan birlashtirilgan odamlar doirasi u yoki bu tarzda o‘ziga xos institut rolini o‘ynaydi, bu yerda shaxs muvaffaqiyatli hayot uchun zarur bo‘lgan muloqot ko‘nikmalarini oladi. Shunday qilib, jismoniy madaniyat fan sifatida inson hayotida muhim ijtimoiy jihat sifatida namoyon bo‘lishi uchun doiralar va maqsadlarni aniqlashga muhtoj. Sport bilan shug‘ullanish natijasida xilma-xil o‘ziga xos raqobat va hamkorlik munosabatlari tarkib topadi. Ushbu munosabatlar yig‘indisi sportning shaxsga shakllantiruvchi

ta’siri, ijtimoiy tajribaning shakllanishi asosini tashkil etadi. P.S. Aleksandrov har qanday insoniy ijod ijtimoiy hodisa ekanligini ta’kidlagan:..."buyuk yozuvchi o‘z asari o‘quvchilarga ega bo‘lmasligini aniq bilgan holda, hayoti davomida arzigulik biror narsa yozishi dargumon. Xuddi shunday, muhandis hech bo‘lmaganda suhbat mavzusi bo‘lishi kerak bo‘lmagan mashinani o‘ylab topmaydi, sportchi esa hech qachon rekord o‘rnatmaydi, chunki uning oldida faqat yengib o‘tish kerak bo‘lgan reja bor." Bizning jamiyat bilan bog‘lanish usulimiz aynan shunda yashiringan [4]. Sport mashg‘ulotlari hayot tarziga, subyektning individual yoki guruh hayotiy faoliyatini amalga oshirish usuliga aylandi. Insonning jismoniy tarbiya va sportga bo‘lgan munosabati faol muntazam yoki epizodik mashg‘ulotlarda ifodalanadi. Ye.V. Kuzmichev va B.G. Fadeevlarning tadqiqot natijalariga ko‘ra, Moskva shahrida aholining 6,3 foizi sport hayotiga jalb qilingan bo‘lib, shundan 7 foizi maktabgacha yoshdagi bolalar, 7 foizi kattalar, 2,5 foizi maktab o‘quvchilari va talabalar 23 foizni tashkil etadi. Shunga ko‘ra, yoshlar muhitida sport sohasidagi zamonaviy tendensiyalarni hisobga olgan holda "jismoniy salomatlik"ka qaratilgan dasturlarni o‘tkazishga to‘g‘ri yondashilganda,

yosh avlod jismoniy tarbiya mashg‘ulotlariga tobora ko‘proq vaqt ajratmoqda. Demak, bu nafaqat sog‘lomlashtirish faoliyatiga, balki o‘quvchilarning ijtimoiy moslashuviga ham ta’sir ko‘rsatadi. Vospitaniye cheloveka v sfere fizicheskoy kulturы i sporta vklyuchayet: - rasprostraneniye duxovnogo, ideologicheskogo, gumanisticheskogo vozdeystviya sotsialnoy sredы na vse storonы fizkulturno-sportivnoy deyatelnosti i na raznoobraznыe formы, vidы i metodы fizkulturno-ozdorovitelnoy i sportivnoy raboty; ispolzovaniye sovokupnosti ekonomicheskix, sotsialnыx i duxovnыx usloviy fizkulturno-ozdorovitelnoy i sportivnoy deyatelnosti; seleustremlennoye ispolzovaniye razlichnыx form, sredstv i metodov fizicheskogo vospitaniya kak spetsificheskoy sferы obrazovatelnoy i sotsialno-pedagogicheskoy deyatelnosti [2]. Chunonchi, jismoniy tarbiya va sport bilan shug‘ullanish insonparvarlik, odamlarga hurmat bilan munosabatda bo‘lish, shaxs huquq va erkinliklarining qadriyatli negizlari, shuningdek, do‘stlik va sog‘lom musobaqalashuv ruhi kabi fazilatlarni rivojlantirish imkonini beradi. Tarbiya bilan faoliyatning faol subyekti, xususan, murabbiy shug‘ullanadi, bunda o‘quvchi, sportchi passiv obyekt bo‘lib qolmaydi, balki o‘z tomonidan eng yaxshi natijalarga ijodiy erishishga intilib, jismoniy tarbiya va sport faoliyatiga faol kirishadi. Qoidalar murabbiy, sportchi va hakam o‘rtasidagi munosabatlarni tartibga soladi. Shunday qilib, mashg‘ulotlar jarayonida inson huquqiy axloq darsini oladi. O‘tish yoshida ochiqdan ochiq negativizm ochiqdan ochiq konformlik, mustaqillikka intilish, yordam so‘rash bilan qo‘shilib ketishi mumkin. Shunday vaziyat yuzaga kelishi mumkinki, bir lahzada shaxs g‘ayratga to‘ladi, ammo bir muncha vaqt

o‘tgach, u endi passiv ravishda "oqim bo‘ylab suzadi." Bunday o‘zgarishlar shaxsning jamiyat tomonidan "yetukligi" e’tirof etilgunga qadar xarakterlidir. Ushbu e’tirof quyidagi mezonlar bilan belgilanadi - o‘z xatti-harakatlari uchun qonun oldida to‘liq javob berish majburiyati va jamiyat ishlarida to‘liq ishtirok etish imkoniyati. Shunday qilib, sport sohasida shaxsning rivojlanishi ushbu jarayonni tezlashtirishga yordam beradi. Adaptiv jismoniy tarbiya kabi yo‘nalish nogironlar bilan jismoniy tarbiya-sog‘lomlashtirish ishlarini taklif etadi. Shunday qilib, mashg‘ulotlarga imkoniyati cheklangan bolalar jalb etilgan bo‘lib, bu ularning sog‘lom tengdoshlari muhitiga integratsiyalashuvini osonlashtiradi.

Jismoniy tarbiyachilarning dam olish xarakteri ularning turli xil qiziqishlari, dunyoga ochiqligi bilan bog‘liq. Sportchi nafaqat o‘zi ijtimoiy faol, balki atrofdagilarni ham sport bilan shug‘ullanishga jalb etib, yaqinlari, do‘stlari, qarindoshlari va hamkasblariga ijobiy ta’sir ko‘rsatadi. Jismoniy mashqlar bilan shug‘ullanish shaxsni intizomlashtiradi, bo‘sh vaqtdan oqilona foydalanish ko‘nikmasini egallashga, muloqotga kirishuvchanlikni, o‘z muvaffaqiyatlari va muvaffaqiyatsizliklarini tahlil qilish qobiliyatini rivojlantirishga, yangi cho‘qqilarni egallashga intilishga imkon beradi. L. I. Lubisheva sportni "xarakter, jasorat, iroda maktabi" deb ta’kidlaydi. Uning so‘zlariga ko‘ra, agar sport yaxlit tartibga solingan ijtimoiy-pedagogik tizimga uzviy ravishda kiritilgan bo‘lsa, demak, u shaxsni tarbiyalashning eng samarali vositalaridan biridir [5].

Avlodlar tajribasi shuni isbotlaydiki, inson sport faoliyatiga qanchalik faol jalb etilsa, u tasodifga, kimningdir yordamiga, aloqalariga, moslashish qobiliyatiga shunchalik kam beriladi. U o‘ziga, o‘z tajribasi va qobiliyatiga ishonishni o‘rganadi va farovonlikka erishish uchun maqsadni aniqlashga, o‘z qobiliyati, iste’dodi, mehnatsevarligi va vijdonliligiga tayanadi. Jismoniy tarbiya va sportning eng muhim ijtimoiy vazifalari aynan shundan iborat. Tadqiqot natijalari. Yuqoridagi ma’lumotlar jismoniy tarbiyaning ijtimoiy rolini aniqlash uchun uning asosiy funksiyalarini ajratib ko‘rsatish imkonini beradi:

1) rivojlantiruvchi funksiyasi organizmning funksional imkoniyatlarini kengaytirish, jismoniy mashqlar bilan muntazam shug‘ullanishda jismoniy sifatlarni tarbiyalashda ifodalanadi;

2) umumiy maqsad bilan birlashgan atrofdagilar bilan aloqa o‘rnatishga imkon beradigan integratsiya funksiyasi;

3) rekreatsion funksiya to‘liq darajada zo‘riqishdan xalos bo‘lishga yordam beradi, bu esa muloqot sifatini oshirishga yordam beradi; 4) maxsus-ta’limiy funksiya. Jismoniy madaniyatning funksiyalari o‘z "men"ini qaror toptirish va

jamiyatda o‘z o‘rnini topishga muhtoj bo‘lgan talaba shaxsining ijtimoiy tomonini rivojlantirishni ta’minlashga qaratilgan. Bizning fikrimizcha, universitetimizda ushbu omillarga hissa qo‘shadigan asosiy tadbirlar quyidagilardir:

1) ta’lim muassasasida dastur doirasida o‘tkaziladigan ham nazariy, ham amaliy mashg‘ulotlar;

2) sport xarakteridagi musobaqa tadbirlarini o‘tkazish: basketbol, voleybol turnirlari va boshqalar; 3) sport aksiyalari, fleshmoblar;

4) ixtisoslashgan, tor yo‘nalishdagi seksiyalar: raqs seksiyasi, step-aerobika va boshqalar. Shunday qilib, yoshlarning ijtimoiy moslashuvi, shubhasiz, jismoniy madaniyatning vazifalaridan biri bo‘lishi kerak. Buning uchun talabalarni jalb qilish predmeti sifatida jismoniy tarbiyaning ijobiy qiyofasini shakllantirish zarur, chunki bizning postindustrial jamiyatimizda savodsizlarcha qo‘yilgan ustuvorliklar va buzilgan qadriyat yo‘nalishlari tufayli biz ko‘pincha "olomon ichida yolg‘izlik" effektiga ega bo‘lamiz. Ushbu ishda keltirilgan misollar va tushunchalar zamonaviy talaba hayotida sportning ta’sirini aniq baholashga imkon beradi. Jismoniy madaniyatning shaxsga ijobiy ta’siri sog‘lom millatning rivojlanishiga turtki beradi. Jismoniy madaniyat talabalar hayoti doirasida ushbu jihatga moddiy ta’sir ko‘rsatadi, bu esa bizni quyidagi xulosaga olib keladi: jismoniy va ijtimoiy tarkibiy qismlar birgalikda sportning har bir inson hayotidagi bebaho rolini keltirib chiqaradi.

ADABIYOTLAR RO‘YXATI

1. Svechkarev, V.G. Zdoroviy obraz jizni / V.G. Svechkarev, T.A. Ivashenko, Ye.S. Dvoynikova. - Maykop, 2018.

2. Virk, O.V. Sport i fizicheskaya kultura v protsesse sotsializatsii lichnosti / O.V. Virk, T.V. Bondarchuk. Chelyabinsk, YUURGU, 2011.

3. Aleksandrov, P.S. O vajneyshix predmetax vospitaniya / P.S. Aleksandrov. - M., S. 116-126. 4. Lubыsheva, L.I. Sotsiologiya fizicheskoy kulturы i sporta / L.I. Lubыsheva. - M.: Akademiya, 2004. - 48 b. 5. Svechkarev, V.G. Zdorove cheloveka-ekonomichesko-meditsinskiy aspekt / V.G. Svechkarev, Ye.S. Dvoynikova. - Maykop, MGTU, 2009. - 78-79 b.