TALABANING JISMONIY MADANIYATI BO‘LAJAK MUTAXASSIS UMUMIY MADANIYATINING BIR QISMI SIFATIDA

Sayliyev Doniyor - GulDPI, Jismoniy madaniyat, 39-23 guruh

doniyorsayliyev24@gmail.com

Sayfiddinov Asadbek - GulDPI, Jismoniy madaniyat, 39-23 guruh

asadbeksayfutdinov9@gmail.com

Annotation: In the most general understanding, culture is considered by scientists as a multidimensional phenomenon that includes a set of knowledge, skills, qualifications aimed at the reproduction, preservation, self-improvement and self-development of a person. It is embodied in certain standards of life, behavior, thinking, practical actions, customs, traditions, etc. Often, spiritual and material, internal and external culture, culture of a separate person or society are distinguished.

Eng umumiy tushunchada madaniyat olimlar tomonidan insonning takror ishlab chiqarish, saqlash, o‘z-o‘zini takomillashtirish va o‘z-o‘zini rivojlantirishga qaratilgan bilim, ko‘nikma, malakalar to‘plamini o‘z ichiga olgan ko‘p o‘lchovli hodisa sifatida qaraladi. U muayyan hayot me’yorlari, xulq-atvor, tafakkur, amaliy harakatlar, urf-odatlar, an’analar va hokazolarda mujassamlashadi. Ko‘pincha ma’naviy va moddiy, ichki va tashqi madaniyat, alohida shaxs yoki jamiyat madaniyati ajratiladi. Mana shu o‘ziga xosliklarning hammasida shaxsning jismoniy madaniyati go‘yo alohida-alohida quriladi. Bu uning jamiyat hayotida chetda qolganligini ko‘rsatmaydi, balki zamonaviy insonning, ayniqsa bizning mamlakatimizda unga bo‘lgan munosabatini tavsiflaydi [1]. Shaxsning jismoniy madaniyati inson va umuman jamiyatning umumiy madaniyatiga bevosita bog‘liq holda shakllanadi. Hozirgi sharoitda bu ikkala tushuncha ham o‘zgardi va ko‘proq oddiy odamga xos bo‘lgan ommaviy madaniyat bilan tavsiflanadi. Xususan, sotsiologik tadqiqotlar shundan dalolat beradi. Katta yoshli rossiyaliklarning aksariyati bo‘sh vaqtini televizor bilan cheklaydi (28%), ikkinchi o‘rinda kitob o‘qish (14%). Jismoniy tarbiya va sport bilan shug‘ullanish reytingning pastki qismida bo‘lgan [2]. "Jismoniy tarbiya va sport to‘g‘risida"gi Federal qonunda jismoniy tarbiya deganda "madaniyatning tarkibiy qismi, ijtimoiy faoliyat sohasi bo‘lib, insonning jismoniy rivojlanishi, uning salomatligini mustahkamlash va harakat faoliyatini takomillashtirish maqsadida jamiyat tomonidan yaratilgan va foydalaniladigan ma’naviy va moddiy qadriyatlar majmui" tushuniladi. Talaba-yoshlar uchun jismoniy madaniyatning nafaqat insonning o‘sishi va rivojlanishi,

balki uning ijtimoiylashuvi, kasbiy faoliyatining shakllanishi va takomillashuvi jarayonidagi ajralmas tarkibiy qism sifatidagi ahamiyati masalasi eng qiziqarli hisoblanadi. Oliy kasb-hunar ta'limi tizimida jismoniy tarbiya va sog'lom turmush tarzi masalalariga jiddiy e'tibor qaratilayotgani muhim jihatdir. Ta'lim va sog'liqni saqlash vazirliklari ma'lumotlariga ko'ra, Rossiya maktablarining deyarli sog'lom bitiruvchilari soni 10 foizdan 15 foizgacha. Darslardan ozod qilingan yoki salomatligi tufayli maxsus tibbiy guruhga kiritilgan talabalar soni ortib bormoqda. Shunday qilib, ularning soni 2014-yildan 2019-yilgacha umuman mamlakat bo'yicha 7,7 dan 31,2% gacha, ba'zi hududlarda esa mos ravishda 50% gacha oshdi. Biroq hozirgi zamonning yuksak talablariga ko'pchilik hollarda faqat sog'lom odamgina eng yaxshi tarzda javob bera oladi. Shuning uchun talabalarning jismoniy tarbiyasi bo'yicha ta'lim jarayonining asosiy maqsadi ularni bo'lajak mutaxassis shaxsining jismoniy madaniyatini faol shakllantirishga yo'naltirish bo'lishi kerak. Bunday yondashuvda jismoniy madaniyat talabaning umumiy madaniyati va kasbiy madaniyatining tarkibiy qismi sifatida namoyon bo'ladi.

Oliy ta'lim muassasasida o'qish va tanlangan kasbni egallash jarayonida shaxsning kasbiy shakllanishi alohida qiziqish uyg'otadi va sog'lom turmush tarziga yo'nalganlikning kasbiy-shaxsiy tarkibiy qismini, demak, yuqori kasbiy yutuqlarga yo'naltirilgan shaxsni shakllantirishni ajratib ko'rsatish imkonini beradi. Shu bilan birga, mutaxassisning kasbiy faoliyatida o'z sog'lom turmush tarzini shakllantirish orqali sog'lig'ini saqlash va mustahkamlash qobiliyati alohida ahamiyat kasb etadi [4]. Insonning sog'lom turmush tarzi, kasbiy uzoq umr ko'rishi va mutaxassisning mobilligidan jamiyat, davlat, tashkilotlar - ish beruvchilar va birinchi navbatda uning o'zi manfaatdor. Barcha nomlangan subyektlar insonning sog'lom turmush tarzini shakllantirish uning butun hayoti davomida sodir bo'ladi, mutaxassisning sog'lom turmush tarzini shakllantirish esa dastlab uning kasbiy tayyorgarlik bosqichida, ya'ni OTMda o'qish davrida sodir bo'ladi degan tushunchada birlashadi. Mutaxassisning kasbiy faoliyatida o'z sog'lig'ini saqlash va mustahkamlash, o'z sog'lom turmush tarzini shakllantirish orqali yaxshi psixologik va jismoniy holatni saqlab qolish qobiliyati alohida ahamiyat kasb etadi [3]. Inson hayotida jismoniy madaniyatning aniq pozitsiyasi yo'qligining sabablaridan biri yosh avlod tomonidan uning qadri va ahamiyatini tushunmaslikdir. Afsuski, zamonaviy talabalarning aksariyati oliy o'quv yurtidagi jismoniy tarbiyaga har qanday yo'l bilan imtihon topshirish mumkin bo'lgan fan sifatida qaraydi. Talabalar jismoniy madaniyatining asosiy maqsadi sifatida yosh mutaxassisda ta'lim jarayonida intellektni takomillashtirish, ijtimoiy tajribani o'zlashtirish va boshqalar bilan parallel ravishda rivojlanadigan shaxsning ijtimoiy zarur individual fazilatlarini shakllantirishni ko'rsatish mumkin. Jismoniy

tarbiyaning alohida o‘rni talabalar shaxsini har tomonlama rivojlantirishdan iborat bo‘lib, u uchta asosiy yo‘nalishda namoyon bo‘ladi. Birinchidan, u harakat sifatlarining yuqori darajada rivojlanishini, kasbiy faoliyatni muvaffaqiyatli bajarish uchun zarur bo‘lgan bilim, ko‘nikma va malakalarni egallashni, shuningdek, o‘quv mehnat faoliyatining yuqori darajasini, sog‘liqni saqlash va mustahkamlashni ta’minlaydi. Ikkinchidan, talabalarni jismoniy mashqlar bilan muntazam shug‘ullanishga, oliy o‘quv yurtining sport hayotida faol ishtirok etishga jalb qiladi. Uchinchidan, jismoniy tarbiya xarakterning ijtimoiy ahamiyatga ega xususiyatlarini, ijtimoiy faollikni rivojlantirishga yordam beradi, talaba shaxsining ma’naviy dunyosini shakllantirishga, axloqiy va estetik rivojlanishiga ta’sir ko‘rsatadi. Shuni ta’kidlashni istardikki, butun jamiyat va alohida yosh mutaxassisning jismoniy madaniyatini shakllantirishni o‘z vaqtida va to‘g‘ri rag‘batlantirish davlat yoshlar siyosati doirasida amalga oshirilayotgan asosiy vazifalardan biridir. Jismoniy madaniyatning jamiyatdagi ahamiyatini aniq belgilash va uni barcha ijtimoiy toifalarda targ‘ib qilish millatni sog‘lom saqlashga yordam beradi, binobarin, mamlakatning ijtimoiy-iqtisodiy taraqqiyotiga hissa qo‘shadi.

ADABIYOTLAR RO‘YXATI

1. Baranov V. A. Fizicheskaya kultura v kontekste obshey kulturi lichnosti (sotsialno-filosofskiy aspekt) // Voprosi kulturologii. - No 6, 2009, S. 73-78. 2.

2.Gruzenkin V. I. Organizatsiya upravleniya fizicheskoy kulturoy i sportom // Teoriya i praktika fizicheskoy kulturi. - No 6, 2005, S. 61-62. 3.

3.Stolyarenko A. M. Obshaya i professionalnaya psixologiya: ucheb. posobiye dlya srednix professionalnix uchebnix zavedeniy / A. M. Stolyarenko. - M.: YUNITI - DANA, 2003. S. 121-129. 4.

4.Yosh mutaxassislarning kasbiy harakatchanligini oshirishda sog‘lom turmush tarzining o‘rni // Jismoniy tarbiya: ta’lim, tarbiya, mashg‘ulot. - No 1, 2009. S. 64-65.