

**YURTIMIZDA SPORT MASHG'ULOTLARINI TASHKIL ETISH VA JISMONIY
TARBIYANING RIVOJLANISHI**

Matnizatov Shokir

*Xorazm viloyati Urganch tumanidagi 32 sonli maktabning jismoniy tarbiya fani
o'qituvchisi*

Xasanov Feruzbek

32 sonli maktabning 8 b sinf o'quvchi

Annotatsiya: *Ushbu ilmiy maqolada bugungi kunda yurtimizda sport mashg'ulotlarini tashkil etish va jismoniy tarbiyani rivojntirish haqida so'z yuritilgan.*

Kalit so'zlar: *kurash, sport mashg'ulotlari, milliy sport, texnikalar, rivojlanish bosqichlari, jismoniy tayyorgarlik*

KIRISH

O'zbekiston Respublikasining milliy sport jamoasi xalqaro maydonlarda mustahkam va baland cho'qqilarni zabt etgan holda o'z tarkibiy sonini yildan-yilga ko'paytirib bormoqda. Sportchilarimizning yuqori cho'qqilarga erishishi yosh respublikamizning xalqaro maydondagi obro'sini mustahkamlashda shubhasiz ko'maklashadi. Nufuzli anjumanlarda milliy bayrog'imizni himoya qiluvchi yoshlar mahsus yakka va o'yin sport turlarining professionallari o'z tayyorgarliklarini va mahoratlarini namoyish etib mamlakatimizning boy sport ana'nalariga egaligini namoyon etmoqdalar va tasdiqlamoqdalar.

Jismoniy tarbiya va professional sport sohasida yuqori cho'qqilarga erishish jiddiy yondoshishni, katta mehnatni va moddiy xarajatlarni talab qiladi. Mana shularning barchasi mavjud bo'lgandagina sportning bir me'yorda doimiy rivojlanishiga erishish mumkin.

Ko'pgina mamlakatlarning tajribalariga qaraganda, milliy sport va jismoniy tarbiya taqdirlari haqida davlat tomonidan g'amxo'rlik qilinishi har shubhasiz juda katta foyda keltirmoqda. Ijtimoiy sohadagi ushbu moddalarni qo'llab-quvvatlashda birinchi navbatda o'smir bolalarni va jamiyatning yo'sh muhitini ruhiy-jismoniy sog'lomlashtirish maqsadida barcha qulay sharoitlarni yaratmoqda.

Shuni ta'kidlash muhimki, O'zbekiston mazkur yo'nalish bo'yicha uning yuksak ahamiyatini tushunadigan mamlakatlar qatoridan joy egallagan va uni tark etmay kelmoqda. Mamlakatning hukumat tuzilmalari, jamoat tashkilotlari va sport muassasalari sport va jismoniy tarbiya sohasida moddiy-texnik bazasini rivojlantirish, ommaviylikka erishish, professional sportni kuchaytirish kabi muhim muammolarni har doim birgalikda yechishda hamjihat faoliyat olib bormoqda.

Sportni qo'llab-quvvatlashga yo'naltirilgan kompleks chora-tadbirlar o'zining samarasini bermoqda. Mustaqillik yillarida O'zbekistonning sport delegatsiyasi jami



"PROBLEMS AND PROSPECTS FOR THE IMPLEMENTATION OF INTERDISCIPLINARY RESEARCH"



5ta Olimpiya va 9 ta Osiyo o'yinlarida vatanimiz sporti sha'nini munosib himoya qildilar. Olimpiya o'yinlari davomida O'zbekiston vakillari tomonidan 6ta oltin, 5 ta kumush va 11 bronza medallari, Osiyo o'yinlarida esa 54 ta oltin, 76 kumush va 93 ta bronza medallari qo'lga kiritildi. Bu yutuqlar shundan dalolat beradiki, O'zbekiston yil sayin sport sohasi jadal sur'atlar bilan rivojlanayotgan davlatlar qatoridan joy olmoqda.

Respublikada sportni rivojlantirish bo'yicha asosiy faoliyatni O'zbekiston Respublikasi madaniyat va sport vazirligi olib boradi va muvofiqlashtiradi. Shu bilan bir qatorda olimpiya xarakatini kelgusida rivojlantirish tadbirlarini va ularda respublika sportchilarini ishtirok etishini ta'minlash 1993 yilda Xalqaro Olimpiya xarakatiga a'zo bo'lgan Milliy Olimpiya Qo'mitasi zimmasidadir.

Bugungi kunda O'zbekiston milliy sport federatsiyalari 32 sport turi bo'yicha xalqaro federatsiyalarning a'zosi hisoblanib, ular xalqaro musobaqalarda ishtirok etish huquqiga egadirlar.

Jismoniy tarbiya va sport bo'yicha mutaxassislarni tayyorlashni O'zbekiston davlat jismoniy tarbiya instituti amalga oshiradi. Unda har yili 2 mingga yaqin talabalar tahsil olmoqda. Oliy o'quv yurti jismoniy tarbiya o'qituvchilarini va sport bo'yicha murabbiy-o'qituvchilarni tayyorlamoqda.

Respublikada keyingi yillarda sportning alohida turlari rivojlanmoqada, hamda ularning moddiy-texnik bazasi jahon talablari asosida mustahkamlanmoqda. Shu qatorda 36 nafar jamoadan iborat o'zbek futbolining bazasini misol qilib ko'rsatish mumkin. Uning ixtiyorida 231 ta stadion, 5231 futbol maydonlari, shuningdek kichik-futbol va futzal o'ynaydigan ko'p sonli maydonlar mavjud. Respublikada keng tarqalgan sportning ushbu turi bo'yicha O'zbekistonda Chempionati va birinchiligi, hamda Respublika kubogi o'tkaziladi.

Sportning katta tennis turi ommaviylik bo'yicha "birinchi o'rin"dagi sport turidan qolishmaydi. Respublikada tennisning rivojlanganlik darajasini O'zbekiston tennischilarning muvaffaqiyatlari orqali ko'rish mumkin. 1994 yildan buyon mamlakatning barcha yirik shaharlarida har yili jahonning kuchli tennischilari ishtirokida xalqaro turnirlar o'tkazilmoqda. Respublika poytaxtining asosiy tennis musobaqasi "Prezident sovrini" bo'lgan yillik turniri hisoblanadi.

Har bir xalqning madaniyati o'ziga xos bo'lib, tili, urf-odatlari, urf-odatlari, turmush tarzi, o'yinlarida namoyon bo'ladi. Ma'naviy qadriyatlar, me'yorlar, yutuqlarning davomiyligini saqlash juda muhim, chunki bu meros xalqning millat sifatida yashashining zaruriy shartidir. Ma'lumki, uzoq tarixga ega bo'lgan jismoniy madaniyat umumiy madaniyatning tarkibiy qismi hisoblanadi. O'zbekiston jamoatchiligi uchun ham yuqori saviyadagi sport yutuqlari, ham ommaviy jismoniy tarbiya yutuqlari muhim bo'lib, bunda xalqning ijtimoiy xotirasini etkazuvchi milliy sport turlari yorqin tarkibiy qism hisoblanadi.

Ta'kidlash joizki, zamonaviy sportga yo'l milliy o'yinlardan o'tadi. Jamiyat madaniy xotirasining muhim tarkibiy qismiga aylangan va zamonaviy O'zbekistonda rivojlanayotgan ba'zi an'anaviy sport turlarini sanab o'tamiz.

MUHOKAMA VA NATIJALAR

Shunday qilib, ot sporti juda mashhur musobaqa turi bo'lgan va shunday bo'lib qoladi. Masalan, chavandozlardan topqirlik va epchillikni talab qiladigan ko'pkari (uloq) ot sporti musobaqasining bir turi miloddan avvalgi 2—3-asrlarning boshlarida shakllangan. Turkiy tillarda "ko'pkari" nomining etimologik ma'nosi yo'qolib, an'anaviy ravishda inventar – "ulak" nomi bilan atala boshlandi. Yuz chavandozning oldidagi musobaqada ular echki yoki buzoqning tana go'shtini tashladilar; chavandozlar jasadni otdan tushmasdan ko'tarishga harakat qilishdi; vazifa olomondan qochish, ta'qibchilarga qarshi kurashishdir. Uloq, avvalo, bayram, to'y-marosimlarda o'tkaziladigan musobaqa, o'yin bo'lib, unga yaqin-atrofdagi qishloqlardan chavandozlar jalb qilingan, qoidalarga ko'ra ikki guruhga bo'lingan. Natijalarga ko'ra g'oliblar nomi e'lon qilindi, ularga sovg'alar, sovg'alar (chorva mollari, kiyim-kechak, gilamlar, pul mukofotlari va boshqalar) topshirildi. Ming yillar davomida o'yin xalq asoslari bilan shakllangan, rivojlangan, mashhurlikka erishgan, milliy an'analar va turmush tarzi bilan chambarchas bog'liq.

Alaman-bayga (poyga) – o'rta asrlarda eng yuqori rivojlanishga erishgan xalq poygasi. U, qoida tariqasida, bayram kunlarida o'tkazildi, o'z ahamiyatini yo'qotmadi, imkon qadar bayramlar va sport va yengil atletika dasturiga kiritilgan. Qoidalarga ko'ra: ular otlarini egarlab, bir qatorga tizilishdi va signal bilan ma'lum bir joyga oldinga yugurishdi, keyin butun chopayotgan otliqlar orqaga burilib ketishdi; birinchi qaytgan kishi g'olib deb topildi.

Baiga (poyga) – uzoq masofaga sakrash. Odatda 50 km masofaga poyga shaklida yirik kompleks musobaqalar paytida o'tkazildi.

Chogan – ot polosi. Rivojlanishning boshlanishi 7-8-asrlarga to'g'ri keladi, o'yin jangchilarning asosiy o'yin-kulgilaridan biri edi. Chavandozlarning maxsus tayoqlari (suljonlar) bo'lib, ular yordamida to'pni urib tushiradi. O'yinchilar ikki partiyaga bo'lingan; har bir jamoa to'pni raqib darvozasiga uzatishga harakat qildi. Ba'zida chogan zamonaviy xokkeyni eslatuvchi otda o'ynalmagan.

Ot sporti bilan bir qatorda dorbozlik, ya'ni qo'zg'almas arqonda muvozanat nuri (langar) bilan ijro etish san'ati ham muvaffaqiyat qozondi. Muvozanat san'ati 2,5 ming yil oldin Sharqda paydo bo'lgan va keyin butun dunyoga tarqaldi. Ajoyib jismoniy tayyorgarligi va yaxshi koordinatsiyani namoyish etgan arqonchilar bayram va tantanalarda chiqish qildilar.



Xalq mehrini qozongan navbatdagi sport turi kurash, milliy belbog'li kurashdir. Tarixiy merosni tiklash bo'yicha chora-tadbirlarni amalga oshirishda jang san'atining ushbu turiga alohida e'tibor qaratildi, chunki bugungi kunda aynan O'zbekiston boshqa jang san'atlari orasida o'zini tanib olish, sport turi sifatida muayyan qoidalarni ishlab chiqish va sportning barcha turlarini rivojlantirishda birinchi o'rinda turadi. bu xalqaro maqom. Duel milliy boylik bo'lib, ko'p asrlik falsafa, qadriyatlar, raqibga hurmat, insonparvarlik, halollikni o'zida mujassam etgan. Qanday oddiy qoidalar tasdiqlaydi, biz eslaymiz: og'riqli va bo'g'uvchi usullar, beldan pastroq tutqichlar va har qanday tajovuzkorlik va xo'rlik ko'rinishlari taqiqlanadi; jang faqat pozitsiyada bo'lib o'tadi, moyil holatda kurashish taqiqlanadi, raqibning tanasi uchinchi nuqtada qo'llab-quvvatlansa, jang to'xtaydi. Kurash, avvalambor, kuch va epchillik musobaqasi bo'lib, raqiblarning bir-birini hurmat qilishidan iborat. Bularning barchasi kurashni oddiy, tushunarli, ajoyib, jo'shqin va xavfsiz sport turiga aylantiradi, uni yoshlar ham, keksa yoshdagilar ham qo'llab-quvvatlaydi. Va, masalan, "kurash", "halol", "taazim", "to'xta", "yonbosh" atamallari xalqaro sport lug'atiga tabiiy ravishda kirib keldi.

Kurash kurashiga bo'lgan qiziqish jang san'atining boshqa turlarining rivojlanishiga sabab bo'ldi. Masalan, mintaqa xalqlari jang san'atining ko'p asrlik an'analarini o'zida mujassam etgan zamonaviy jang san'ati turi – "O'zbek jang san'ati" (o'zbek jang san'ati) ayniqsa, yoshlar o'rtasida ommalashgani buni tasdiqlaydi. Ushbu jang san'ati o'rganilgan meros asosida yaratilgan, turli jangovar tizimlarning samarali usullari bilan boyitilgan. Ushbu jang san'ati ma'lum yo'nalishlar bilan ajralib turadi: sport, sog'lomlashtirish (40 yoshdan keyin), qo'l san'ati (3000 qo'l texnikasi), temuriylar jang san'ati (pichoq, qilich, tayoq, nayza bilan ishlash), jangovar kurash. Himoya va hujum harakatlarning komplekslari

tarixiy shaxslar nomi bilan atalgan, bu, shubhasiz, vatanparvarlik tarbiyasiga hissa qo'shadi.

XULOSA

Jang san'atining yana bir qiziq turi, uni e'tibordan chetda qoldirib bo'lmaydi, bu Turon (so'zning tarixiy ma'nosi epchil, kuchli, qo'rqmas) – bu jang san'atidir, ular qadimgi davrlarda sodir bo'lgan janglarda uchragan turli xil uslublar elementlarini o'z ichiga oladi. Hozirgi O'zbekiston hududi. Mutaxassislarining fikricha, o'tmishda savdo shaharlarida Buyuk ipak yo'li bo'ylab yurgan karvonlarni kuzatib borish va himoya qilish bilan shug'ullanuvchi kishilar bo'lgan. Ular noyob jangovar mahoratga ega edilar, bu ularga ko'plab va yaxshi qurollangan raqiblarga qarshi muvaffaqiyatli kurashish imkonini berdi. To'g'ri tizimlashtirilgan va qayta ishlab chiqilgan bu jangovar mahoratlar Turon jang san'atining asosini tashkil etadi. Shu bilan birga, jang san'ati o'ziga xos falsafani, dunyoqarash tizimini o'z ichiga olishi, bu bilan tanishish jangchiga zarur psixologik tayyorgarlik darajasiga erishishga imkon berishini hisobga olish kerak.

Sanab o'tilgan milliy o'yinlar, jismoniy mashqlar, asrlar davomida shakllangan milliy sport turlari, albatta, nafaqat jismoniy sifatlarni (kuch, tezlik, chidamlilik, epchillik, moslashuvchanlik), balki axloqiy va irodaviy fazilatlarni ham har tomonlama rivojlantirdi.

ADABIYOTLAR RO'YXATI:

1. Shermamatovich, M., Yalgashevich, K., & Narkulovich, S. (2021). The development of physical preparedness of student young people. *Psychology and Education Journal*, 58(1), 2699-2704.
2. Муродов М., & Хусаинов, Ш. (2022). РОЛЬ ЛЕЧЕБНОЙ ФИЗКУЛЬТУРЫ В ВОССТАНОВЛЕНИИ. *Журнал кардиореспираторных исследований*, 1(SI-1), 68–69. <https://doi.org/10.26739.2181-0974-2020-SI-1-22>
3. Shermamatovich, M. M., Tursunovna, H. U., Zayniddinovich, N. I., Boltayevich, A. S., & Yalgashevich, K. S. (2021). Physical education of student youth in modern conditions. *ACADEMICIA: AN INTERNATIONAL MULTIDISCIPLINARY RESEARCH JOURNAL*, 11(2), 1589-1593
4. Yalgashevich, X. S., & Shermamatovich, M. M. Enhancing Athletes' Regained Performance Through Rational Nutrition. *International Journal of Innovations in Engineering Research and Technology*, (1), 1-6.
5. Qodirovich, B. D. (2023). Forming a Culture of Life Activity Safety in General Secondary Education Institutions. *Eurasian Research Bulletin*, 17, 1-3.
6. Yalgashevich, Xusainov S., and Murodov M. Shermamatovich. «Enhancing Athletes' Regained Performance Through Rational Nutrition.»



International Journal of Innovations in Engineering Research and Technology, no. 1, 2020, pp. 1-6

7. Shermamatovich, M. M., & Latif, T. (2023). DEVELOPMENT OF SPORTS IN THE REPUBLIC OF UZBEKISTAN. Galaxy International Interdisciplinary Research Journal, 11(3), 374-377.

8. Shermamatovich, M. M. (2023). Psychological Description Of Sport And Psychological Development Of Sportsmen. Eurasian Research Bulletin, 17, 7-9

9. Shermamatovich, M. M., Norkulovich, S. K., & Tursunovna, H. U. (2022). PLACE AND ROLE OF PSYCHOLOGICAL AND VOLITIONAL TRAINING IN THE TRAINING PROCESS OF STUDENTS-BOXERS. World Bulletin of Management and Law, 8, 141-144.

10. Shermamatovich, M. M., & Boltaevich, A. (2022). INTERACTIVE LEARNING METHODS IN THE PROCESS OF TEACHING PHYSICAL CULTURE. World Bulletin of Management and Law, 7, 99-100

11. Shermamatovich, M. M., & Boltaevich, A. (2022). INTERACTIVE LEARNING METHODS IN THE PROCESS OF TEACHING PHYSICAL CULTURE. World Bulletin of Management and Law, 7, 99-100.

12. Даминова Н.К. Замонавий оламда шахснинг Ижтимоийлашуви //Academic research in educational sciences. – 2021. – Т. 2. – №. 2. – С. 274-278

13. Mukhtarovna, B. D., & Kudratovna, D. N. (2022). Professional socialization of youth in family education. European Scholar Journal, 3(3), 92-94.

14. Даминова, Н. К. (2021). ЗАМОНАВИЙ ОЛАМДА ШАХСНИНГ ИЖТИМОЙЛАШУВИ. Academic research in educational sciences, 2(2), 274-278.

15. Daminova, N. K. (2022). YOSHLARDA INSONPARVARLIK FAZILATLARINI SHAKLLANTIRISH-DAVR TALABI. Journal of Integrated Education and Research, 1(7), 169-171.

16. KUDRATOVNA, D. N. (2022). Improving the pedagogical content of professional socialization of youth and students in the context of globalization. ISJ Theoretical & Applied Science.

17. Begmatova, D. M., Daminova, N. K., & Vaydulla, M. M. (2022). Improving the pedagogical content of professional socialization of youth and students in the context of globalization. ISJ Theoretical & Applied Science, 01 (105), 756-759.

18. Даминова, Н. К., Мамедова, А., & Камилова, М. НАУЧНОТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ВЗГЛЯДЫ И ИДЕИ ДЛЯ ОБЕСПЕЧЕНИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ СОЦИАЛИЗАЦИИ МОЛОДЕЖИ В УСЛОВИЯХ ГЛОБАЛИЗАЦИИ. JURNALI, 41.