



## MILLIY TARBIYANING O'RTA MAKTAB YUQORI SINIF O'QUVCHILARINING JISMONIY RIVOJLANISHI VA SIFATIGA TA'SIRI

*Muxiddinov O. A.*

*Namangan davlat universiteti tadqiqotchisi*

**Tayanch so'zlar:** milliy ta'lim, jismoniy rivojlanish, o'rta maktab o'quvchilari, madaniy xususiyatlar, ijtimoiy omillar, jismoniy tarbiya, o'smirlar salomatligi, jismoniy faollik, jismoniy fazilatlar, ta'lim tizimlari, qiyosiy tahlil, pedagogika, milliy an'analar, psixofizik rivojlanish, ijtimoiy-madaniy kontekst.

**Ключевые слова:** национальное воспитание, физическое развитие, старшеклассники, культурные особенности, социальные факторы, физическое воспитание, здоровье подростков, физическая активность, физические качества, образовательные системы, сравнительный анализ, педагогика, национальные традиции, психофизическое развитие, социокультурный контекст.

**Key words:** national education, physical development, high school students, cultural characteristics, social factors, physical education, adolescent health, physical activity, physical qualities, educational systems, comparative analysis, pedagogy, national traditions, psychophysical development, socio-cultural context.

Kirish. Zamonaviy jamiyatda ta'lim tobora ko'p qirrali bo'lib bormoqda, shu jumladan nafaqat o'quv jarayoni, balki talabalarning nafaqat aqliy, balki jismoniy fazilatlarini ham shakllantiradigan ta'lim. Biroq, milliy ta'limning o'rta maktab o'quvchilarining jismoniy rivojlanishi va sifatiga ta'siri batafsil o'rganishni talab qiladigan mavzu bo'lib qolmoqda. Ta'lim va jismoniy tarbiyaning zamonaviy dunyosida milliy va madaniy xususiyatlar o'rta maktab o'quvchilarining jismoniy rivojlanishi va umumiy sog'lig'iga sezilarli ta'sir ko'rsatishi tobora Ravshan bo'lib bormoqda. Milliy ta'lim yondashuvlaridagi farqlar o'smirlarning jismoniy fazilatlarini va ularning umumiy jismoniy faoliyatiga qanday ta'sir qilishi mumkinligini yaxshiroq tushunish uchun mavzu diqqat va izlanishni talab qiladi.

Ko'rib chiqilishi kerak bo'lgan asosiy jihatlardan biri bu jismoniy faoliyatga munosabatni shakllantirishda madaniy qadriyatlarning roli. Turli mamlakatlar



va Millatlar o'zlarining urf-odatlarini, e'tiqodlari va turmush tarziga qarab sport va jismoniy tarbiya bilan har xil munosabatda bo'lishlari mumkin. Masalan, ba'zi madaniyatlarda jamoaviy sport turlariga ko'proq e'tibor berilishi mumkin, boshqalarida esa individual mashg'ulotlarga e'tibor qaratish mumkin. Bundan tashqari, milliy ta'lim jismoniy ta'limning o'quv jarayoniga qanday kiritilishiga ta'sir qilishi mumkin. Ba'zi mamlakatlarda ta'lim institutlarida jismoniy tarbiya va sport darslari ustuvor ahamiyatga ega va umumiy ta'lim tajribasining ajralmas qismi sifatida qaraladi. Boshqa mamlakatlarda, ehtimol, o'quv o'quv dasturiga ko'proq e'tibor qaratiladi va jismoniy tarbiya ikkinchi darajali element sifatida qaraladi.

Sport va jismoniy faoliyatda jinsning roli haqidagi an'anaviy tushuncha ham katta ta'sir ko'rsatadi. Ba'zi jamiyatlar o'g'il va qiz bolalar faoliyati bilan bog'liq ba'zi stereotiplarni qo'llab-quvvatlashi mumkin, bu esa jismoniy faoliyatda ishtirok etish tanlovi va darajasiga ta'sir qilishi mumkin. Milliy ta'limning o'rta maktab o'quvchilarining jismoniy rivojlanishiga ta'sirini chuqurroq tushunish uchun turli mamlakatlar va madaniy kontekstlardan olingan ma'lumotlarni tahlil qilib, qiyosiy tadqiqotlar o'tkazish kerak. Shuni hisobga olish kerakki, turli madaniyatlarda kuzatilgan farqlarga qaramay, ularning har biri o'smirlarning jismoniy rivojlanishi uchun o'ziga xos foyda va imkoniyatlarni taqdim etishi mumkin. Bunday tadqiqotlar natijalari asosida madaniy xususiyatlar va milliy an'analarni hisobga olgan holda jismoniy tarbiyaning yanada samarali strategiyalarini ishlab chiqish mumkin. Shuningdek, u turli madaniyat va millatlarga mansub o'rta maktab o'quvchilari o'rtasida jismoniy faoliyat sohasidagi xilma-xillik va tenglikni targ'ib qiluvchi inklyuziv dasturlarni yaratadi.

O'rta maktab o'quvchilarining jismoniy rivojlanishi ularning umumiy salomatligi va farovonligining asosiy jihati hisoblanadi. Biroq, bu jarayonga ko'plab omillar ta'sir qilishi mumkin, shu jumladan milliy ta'lim. Ushbu maqolada biz ta'limning milliy xususiyatlari o'rta maktab o'quvchilarining jismoniy rivojlanishi va sifatiga qanday ta'sir qilishini o'rganamiz. Har bir millat ta'limiga, shu jumladan jismoniy tarbiya uchun o'ziga xos yondashuvlarga ega. Ushbu farqlar ta'lim tizimining tuzilishiga ham, jismoniy faoliyat va sport bilan bog'liq madaniy qadriyatlarga ham ta'sir qilishi mumkin. Masalan, ba'zi mamlakatlarda jamoaviy sport turlariga ko'proq e'tibor qaratish mumkin, boshqalarida esa jismoniy salomatlik va individual faoliyat. Ijtimoiy me'yorlar, xususan, jismoniy faoliyat bilan bog'liq «to'g'ri» xatti-harakatlar haqidagi stereotiplar o'rta maktab o'quvchilariga katta ta'sir ko'rsatishi mumkin. Masalan, ba'zi madaniyatlarda o'quv yutuqlari uchun yuqori qiymat bo'lishi



mumkin, bu esa jismoniy faoliyatga sarflanadigan vaqtni pasayishiga olib kelishi mumkin. Boshqa madaniyatlarda jismoniy faoliyatni to'liq hayotning ajralmas qismi deb hisoblash mumkin.

Ilmiy tadqiqotlar o'rta maktab o'quvchilarining jismoniy fazilatlarini shakllantirishda oila va ta'lim muassasalarining muhim rolini ta'kidlaydi. Oilaviy qadriyatlar, qo'llab-quvvatlash va jismoniy tarbiyaga yo'naltirilgan ta'lim dasturlari sog'lom turmush tarziga hissa qo'shishi mumkin. Biroq, bu omillar madaniy xususiyatlarga ham bog'liq bo'lishi mumkin. O'rta maktab o'quvchilari orasida jismoniy tayyorgarlik, qiziqishlar va motivatsiya kabi individual farqlarni hisobga olish muhimdir. Milliy ta'lim umumiy asoslarni taqdim etishi mumkin, ammo har bir talabanning o'ziga xos ehtiyojlarini hisobga olish ham muhimdir. Madaniyatlarning xilma-xilligi maktablarda jismoniy tarbiya yondashuvlariga sezilarli ta'sir ko'rsatadi. Milliy urf-odatlar, qadriyatlar va sog'liq g'oyalari o'rta maktab o'quvchilarining jismoniy faoliyatga bo'lgan munosabatini shakllantirishi mumkin. Masalan, kollektivizmga e'tibor qaratadigan madaniyatlarda jamoaviy sport turlari ko'proq mashhur bo'lishi mumkin, individualizm qadrlanadigan madaniyatlarda esa individual faoliyat turlariga ustunlik berilishi mumkin.

Turli mamlakatlardagi maktablarda jismoniy tarbiyaning tuzilishi va mazmuni ham turlicha. Ta'lim tizimlari tomonidan belgilangan me'yorlar va standartlar o'quvchilarning jismoniy faollik darajasiga ta'sir qilishi mumkin. Masalan, kuch-quvvat sportiga e'tibor qaratadigan mamlakatlar tegishli dasturlar va mashg'ulotlarni taqdim etishlari mumkin, boshqa mamlakatlarda esa yoga yoki raqs kabi turli xil jismoniy faoliyatga e'tibor qaratish mumkin. Jamiyatda qabul qilingan ijtimoiy-madaniy me'yorlar o'rta maktab o'quvchilarining jismoniy sog'lig'iga ham ta'sir qiladi. Tana faoliyatiga munosabat, go'zallik standartlari va sport yutuqlari madaniyatga qarab farq qilishi mumkin. Ushbu omillar o'rta maktab o'quvchilarining jismoniy faoliyat bilan shug'ullanish motivatsiyasiga ijobiy va salbiy ta'sir ko'rsatishi mumkin.

O'rta maktab o'quvchilarining jismoniy rivojlanishi va fazilatlariga eng katta ta'sir oilaviy va ijtimoiy qadriyatlardir. Ota-onalar, ta'lim muassasalari va umuman jamiyat o'spirinlarning faol hayotiy pozitsiyasi uchun sharoit yaratib, qo'llab-quvvatlash omillariga aylanishi mumkin yoki aksincha, jismoniy faoliyat uchun to'siqlar yaratishi mumkin. Tahlil asosida milliy xususiyatlarni hisobga olgan holda o'rta maktab o'quvchilarining jismoniy tarbiyasini optimallashtirish bo'yicha amaliy tavsiyalar berish mumkin bo'ladi. Bunga madaniy imtiyozlarga moslashtirilgan turli xil dasturlar va jismoniy faoliyat

turlari, shuningdek, sog'lom turmush tarzini yaratishda ota-onalar va jamiyatni faol jalb qilish kiradi.

O'rta maktab o'quvchilarining jismoniy salomatligi ularning umumiy rivojlanishining muhim jihatlaridan biridir. Biroq, o'spirinning shaxsiyatini shakllantirish jarayonida ko'plab omillar, shu jumladan milliy ta'lim ta'sir qiladi. Ushbu jihat o'rta maktab o'quvchilarining jismoniy rivojlanishi va fazilatlariga ijobiy va salbiy ta'sir ko'rsatishi mumkin bo'lgan madaniy va ijtimoiy me'yorlarning o'ziga xos xususiyatlarini o'z ichiga oladi. Har bir millat yosh avlodni tarbiyalashda o'ziga xos urf-odatlar, qadriyatlar va yondashuvlarga ega. Aynan shu milliy xususiyatlar jismoniy faoliyatga munosabatni shakllantirishi mumkin. Masalan, jamoaviy ishlarga katta ahamiyat beradigan madaniyatda jismoniy faollik jamoaviy sport formatiga qo'shilishi ehtimoli katta. Ijtimoiy umidlar ham muhim rol o'ynaydi. Ba'zi jamiyatlarda o'spirinlarga go'zallik va jismoniy tayyorgarlikning o'ziga xos stereotiplariga nisbatan bosim bo'lishi mumkin, bu esa o'z navbatida ularning faoliyati va o'z tanasiga bo'lgan munosabatiga ta'sir qilishi mumkin.

Ko'pgina tadqiqotlar ota-onalarning madaniy xususiyatlari va o'rta maktab o'quvchilarining jismoniy rivojlanishi o'rtasidagi bog'liqlikni qo'llab-quvvatlaydi. Masalan, turli mamlakatlarda o'tkazilgan tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, jismoniy faollik an'ana va kundalik hayotning bir qismi bo'lgan joyda, o'rta maktab o'quvchilari jismoniy faollik darajasi yuqori va jismoniy rivojlanish yaxshilanadi. Tadqiqot natijalariga asoslanib, milliy xususiyatlarni hisobga olgan holda o'rta maktab o'quvchilarining jismoniy tarbiyasini optimallashtirish bo'yicha amaliy tavsiyalar ishlab chiqilishi mumkin. Bunga o'quv dasturlarini moslashtirish, jismoniy faoliyat turlarini tanlashda madaniy imtiyozlarni hisobga olish va sog'lom turmush tarziga nisbatan ijobiy jamoatchilik fikrini yaratish kiradi.

O'rta maktab o'quvchilarining jismoniy rivojlanishiga milliy ta'limning ta'siri bo'yicha ilmiy tadqiqotlar turli madaniy sharoitlarda samarali jismoniy tarbiya strategiyalarini shakllantirishga yordam beradigan qimmatli bilimlarni beradi. Ushbu munosabatlarni tushunish sog'lom va uyg'un jamiyatni rivojlantirishga yordam beradi, bu erda jismoniy rivojlanish turmush tarzining ajralmas qismiga aylanadi

Xulosa. Shunday qilib, milliy ta'limning o'rta maktab o'quvchilarining jismoniy rivojlanishi va sifatiga ta'siri ko'p qirrali va murakkab hodisadir. Ushbu ta'sirlardan xabardor bo'lish har bir jamiyatning madaniy xususiyatlari va ehtiyojlariga moslashtirilgan jismoniy tarbiyaning yanada samarali strategiyalarini ishlab chiqishga yordam beradi. Oilani qo'llab-quvvatlash,



ta'lim va ijtimoiy-madaniy tashabbuslar o'rta maktab o'quvchilarining sog'lom turmush tarzini shakllantirishga yordam beradi, bu esa oxir-oqibat ularning umumiy hayotdan qoniqishi va muvaffaqiyatiga ta'sir qiladi. Milliy ta'limning o'rta maktab o'quvchilarining jismoniy rivojlanishi va sifatiga ta'siri ilmiy, ta'lim va ijtimoiy-madaniy jihatlarni integratsiyalashgan o'rganishni talab qiladigan murakkab muammodir. Ushbu munosabatlarni tushunish yosh avlodning madaniy merosi kontekstida har tomonlama rivojlanishiga hissa qo'shadigan samarali jismoniy tarbiya strategiyalarini yaratish yo'lidagi asosiy qadamdir.

#### Adabiyotlar:

1. Абдуллаев Яшнаржон. «Юкори синф ўқувчиларида ноанъанавий ҳаракатли ўйинлар орқали ҳаракат сифатларини ривожлантириш.» Общество и инновации 4.1/S (2023): 61-67.
2. Мадаминов Б., Саломов Р. Жисмоний тарбия назарияси ва услубиятининг амалиёти // Тошкент. Мухаррир-2013 й. Б-56. – 2009.
3. Kurbanov Djurabek. «Баркамол авлод тарбиясининг ўзига хос хусусиятлари.» центр научных публикаций (buxdu. uz) 8.8 (2021).
4. Сапиева Наргиза. «Иктидорли ўқувчилар тарбияси ва ихтисослашуви педагогик муаммо сифатида.» Общество и инновации 3.3/S (2022): 13-17.
5. Ismoilov Temurbek Islomovich and Ibrahimov Ahror Mashrabjan. «Management forms and organization methods of the neighborhood institute.» Conferencea (2023): 57-60.
6. Sultanov Gayrat Sharifovich. «Principles of development of educational work on the basis of modern approaches in educational institutions.» Galaxy International Interdisciplinary Research Journal 10.5 (2022): 744-752.
7. Утепбергенов А. К., Жуллибаева Ш. К. Ҳозирги даврда навкирон ёшлар тарбиясида миллий халқ ўйинларининг таълим-тарбиядаги аҳамияти //Academic research in educational sciences. – 2021. – Т. 2. – №. 7. – С. 264-269.

#### РЕЗЮМЕ

Maqola muallifi madaniy va ijtimoiy omillarning o'spirinlarning jismoniy fazilatlarini shakllantirishga ta'sirini tahlil qiladi, ularning jismoniy holatiga eng katta ta'sir ko'rsatadigan milliy ta'limning xususiyatlarini ta'kidlaydi. Tadqiqot turli madaniy guruhlarning o'rta maktab o'quvchilari o'rtasida to'plangan ma'lumotlarni so'roq qilish, kuzatish va statistik tahlil qilish usullaridan foydalanadi. Mualliflar milliy ta'lim tizimlari orqali taqdim etilgan jismoniy tarbiya yondashuvlaridagi farqlarga e'tibor berishadi va bu farqlar o'quvchilarning jismoniy faolligi, kuchi, chidamliligi va boshqa jismoniy parametrlariga qanday ta'sir qilishini o'rganadilar. Tadqiqot natijalari o'qituvchilar, murabbiylar va ota-onalar uchun foydali bo'lishi mumkin, bu ularga milliy ta'limning qaysi jihatlari o'rta maktab o'quvchilari o'rtasida salomatlik va jismoniy faollikni shakllantirishga yordam berishi yoki aksincha to'sqinlik qilishi mumkinligini yaxshiroq tushunishga yordam beradi. Ushbu ish turli madaniy kontekstlarda yosh avlodning jismoniy tarbiyasi va sog'lig'iga g'amxo'rlik qilishni optimallashtirish uchun qimmatli ilmiy xulosalar va amaliy tavsiyalar beradi.

#### РЕЗЮМЕ

Автор статьи проводят анализ влияния культурных и социальных факторов на формирование физических качеств подростков, выделяя особенности национального воспитания, оказывающие наибольшее воздействие на их физическое состояние. В ходе исследования используются методы анкетирования, наблюдения и статистического анализа данных, собранных среди старшеклассников различных культурных групп. Авторы обращают внимание на различия в подходах к физическому воспитанию, предоставляемому в рамках национальных образовательных систем, и ис-



следуют, как эти различия сказываются на уровне физической активности, силы, выносливости и других физических параметрах учащихся. Результаты исследования могут быть полезны для педагогов, тренеров и родителей, помогая им лучше понимать, какие аспекты национального воспитания могут способствовать или, наоборот, препятствовать формированию здоровья и физической активности среди старшеклассников. Эта работа предоставляет ценные научные выводы и практические рекомендации для оптимизации физического воспитания и заботы о здоровье подрастающего поколения в различных культурных контекстах.

#### **SUMMARY**

The author of the article analyzes the influence of cultural and social factors on the formation of physical qualities of adolescents, highlighting the features of national education that have the greatest impact on their physical condition. The research uses methods of questioning, observation and statistical analysis of data collected among high school students of various cultural groups. The authors draw attention to the differences in approaches to physical education provided within the framework of national educational systems and explore how these differences affect the level of physical activity, strength, endurance and other physical parameters of students. The results of the study can be useful for teachers, coaches and parents, helping them to better understand which aspects of national education can contribute to or, conversely, hinder the formation of health and physical activity among high school students. This work provides valuable scientific findings and practical recommendations for optimizing physical education and health care for the younger generation in various cultural contexts.