



TALABALARNING MA’NAVIY-AXLOQIY SIFATLARINI SHAKLLANTIRISHDA JISMONIY TARBIYA VA SPORTNING O’RNI

Kuniyazov Xojabay Avezbaevich

NMPI Sport pánleri kafedrası assistent-oqıtıwshısı

DOI: <https://doi.org/10.5281/zenodo.15079282>

***Annotatsiya:** Muallif bu tanlagan mavzusida har qanday jamiyat azal-azaldan o‘zining axloq normalari va ularning talablari bilan biri-biridan ajralib turgan, ayrim holda keskin farqlangan. Bu talablar va normalardan jamiyatning mavkei, o‘rni, darajasini belgilash, baholashda foydalanilgan. Axloqiy tarbiya ularga jamiyat a‘zolari rioya qilishidek zarur muammolarni hal qilishda jismoniy mashqlar bilan shug‘ullanish mashg‘ulotlari, sport trenirovkalari, turli xil musobaqalar va ko‘ngil ochish tadbirlari axloq normalarini shakllanishi, tarbiyalanishida vosita rolini hozirgi kunda ham o‘ynab kelmoqda.*

***Kalt so‘zlar:** jismoniy tarbiya, sport, mashqlar, jismoniy sifatlar, tarbiya jarayoni, musobaqalar, sport tadbirlari.*

Jismoniy tarbiya va sportning shakllanishi va rivojlanishi juda qadim tarixga borib taqaladi. Qazilmalar natijasida topilgan har xil uy – ro‘zg‘or buyumlari, turli yodgorliklar, qoyalardagi rasmlar va tasvirlar, avloddan avlodga o‘tgan doston va afsonalar qadimgi avlodlarning madaniyati, jumladan jismoniy madaniyati haqida fikr yuritishga olib keladi.

Dastlab jismoniy tarbiya hayotiy zarurat sifatida vujudga kelgan. Jamoada ovchilik bilan shug‘ullanish uchun insondan chaqqonlikni, egtluvchan va jismonan sog‘lom, tez harakat qilishni talab qilish ekanligini bildiradi.

Mehnat qilish va turli xil harbiy urushlar insondan o‘z – o‘zidan jismonan tayyorgarlikni, jismoniy mashqlar bilan shug‘ullanishni talab etgan, kishilar “ov” qilish, mehnat qilish, urushlar uchun maxsus jismoniy mashqlar bilan tayyorgarlik ko‘rgan. Shunday qilib, jismoniy tarbiyaning vujudga kelishi va dastlabki rivojlanishi mehnat faoliyatlari, janglar va “ov” qilishlari katta ahamiyatga ega. Bunday mehnat faoliyat jarayonida jismoniy madaniyat va tarbiya alohida o‘rin olgan. Bu haqda qadimiy Sparta, Afrosiyobdagi yodgorliklar, arxeologiya qazilmalari ma‘lum qiladi. Bu yodgorliklar o‘zlarida jismoniy madaniyat va tadbirlar belgilari bilan bog‘liqdir.

O‘zbekistonda xuduidga qadimga halqlarning jismoniy kuchi, mardligi, chaqqonligi, jasurligi chidamligi haqida o‘zbek halqining bir qator asarlari “Farhod va Shirin”, “Go‘ro‘g‘li”, “Tohir va Zuxra”, “Alpomish va Barchinoy” boshqalarida aytib o‘tilgan.

Ko‘p milliy yig‘inlar va tantanalar yakka kurash, turli o‘yinlar va qurollardan fydalangan holda olib borilar edi, hamda bolalarning jismoniy tarbiyasiga katta



e'tiborberilgan. Masalan, otda yurish, kamon otish va qilichbozlik san'atiga o'rgaishni eng kichik yoshdanoq olib borilgan.

Har qanday jamiyat azal-azaldan o'zining axloq normalari va ularning talablari bilan biri-biridan ajralib turgan, ayrim holda keskin farqlangan. Bu talablar va normalardan jamiyatning mavkei, o'rni, darajasini belgilash, baholashda foydalanilgan. Axloqiy tarbiya ularga jamiyat a'zolari rioya qilishidek zarur muammolarni hal qilishda jismoniy mashqlar bilan shug'ullanish mashg'ulotlari, sport trenirovkalari, turli xil musobaqalar va ko'ngil ochish tadbirlari axloq normalarini shakllanishi, tarbiyalanishida vosita rolini hozirgi kunda ham o'ynab kelmoqda. O'zaro munosabat, muloqot, umuminsoniy qadriyatlar, millati, xalqi, davlati, shoni-shuhrati uchun kayg'urish hissiyoti jismoniy tarbiya jarayonida to'g'ridan-to'g'ri tarbiyalangan. Mamlakat sportchisining axloqi—bu, millat vakili, mavjud jamiyat kishisining axloqidir.

Sportchisining axloq normalari maxsus, alohida emas. Ular ham jamiyatning oddiy a'zosining axloqi normalaridan farq qilmaydi. Sport sayoz bilimli, mustaqil fikriga ega bo'lmagan faqat sport bilan shug'ullanadigan baquvat insonlarni emas, balki ma'nan boy, o'z pozitsiyasi va mustaqil fikriga ega, teran tafakkur egalarini tarbiyalashi zarur. Jismoniy tarbiya va sport kirishuvchan, tashkilotchi, o'zgaralar dardini his qila oladigan, g'amho'r, fidoiy shaxslarni tarbiyalashi lozim.

Bugungi kunda jismoniy tarbiya va sport mashg'ulotlarida talabalar axloqiy tarbiyasining asosiy xususiyatlari, uni jismoniy tarbiya jarayonini yo'lga ko'yilishi quyidagi yo'nalishda va shaklda bo'lishiga e'tibor qaratilmoqda:

Jamoatchilik burchiga ijtimoiy munosabatda bo'lish, jamiyat ishini o'z shaxsiy ishi bilan teng qo'yish, jamiyat va davlat ishini darajasini pasaytirmaslik. O'zining jismi tarbiyasiga ongli munosabatda bo'lish, Vatan mudofaasiga doimo tayyorlik har bir jamiyat a'zosining umumiy burchiga aylangan bo'lishligi sport hayotidagi maqsadni birligi va umumiyliги barcha uchun yagona qonuniy ahamiyatga ega bo'lishligi, uni jamoa faoliyatida gavdalanishi, jamiyati jismoniy madaniyati tarixi, an'analari, millatining shoni uchun jamoaning kuchini umumlashtira bilishlik xususiyati. Mamlakat sportchisi xalqaro maydondagi g'alabalarning xal qiluvchi omili ekanligi, o'z xalki, Vatani oldidagi javobgarlik burchini his kilabilishlik xususiyati.

Jamoat mulkiga (sport inshoati, undagi jixoz va anjomlarga) ijtimoiy munosabatni shakllantirish. Sport maydonlarini jihozlash va qayta jihozlash ishida ishtirok etish.

Jamiyat a'zolarining axloq normalarini eng asosiy mehnatga ijtimoiy munosabatda bo'lishlikdir. Jismoniy mashqlar bilan shug'ullanish shug'ullanuvchi



mehnatda, ishlab chiqarish jarayonida har tomonlama garmonik rivojlanishini amalga oshirish imkoniyatini yuzaga keltiradi. Sportchini sport natijasiga erishishi mashaqqatli bo‘lib, chidamli mehnatni talab qiladi. U rekordlarnigina yangilash bilan mehnat jarayoni uchun iroda, intizom, mehnat qilishga odatni shakllantiradi, mehnatni qadrlashga o‘rganadi.

Jismoniy madaniyat jamiyat qonunchiligiga bo‘ysunishga o‘rgatadi. Gimnastika, o‘yinlar, sport, turizm va boshqa jismoniy mashqlar bilan shug‘ullanish tarbiyalanuvchilardan belgilangan qoidaga, tartibga qat‘iyyan rioya kilish talabini qo‘yadi. Ularga bo‘ysunmaslik sportchini yoki tarbiyalanuvchini umumiy maksaddan uzoqlashtiradi. Sport faoliyati sportchi xayotini havf ostida koldirishi — masalan, to‘p uchun kurashayotganda o‘yinchilar bir-biri bilan to‘knashib ketdi. Kimdir aybdor. Ko‘pollikka javob qilgingiz keladi. Lekin sportchi axloq normalari, o‘zini qo‘lga olish va nizoli holatni tinch yo‘l bilan xal qilish uchun lozim bo‘lgan axloqiy normalar, talablarni ustun kelishi xususiyati.

Insonparvarlik, insonni hurmat qilish, kelajak uchun, tinchlik uchun kurashishga zamin, bir-birini qo‘llash, yordam berish, ayniksa, musobaqalar davomida o‘zaro o‘rtoqlik yordami o‘z raqiblariga nisbatan hkrmat ruhida turkiy xalqlarda o‘ta yuqori bo‘lganligi, mustahkam salomatlik va jisman tayyorgarlik jamiyat a‘zosining axlok normalari, irodasi va boshqa xususiyatlarni tarbiyalash xususiyatlarini shakllantiradi.

Jismoniy tarbiya va sport sog‘lomlashtirish tadbirlari maqsadi Talabalarni organizmini jismoniy rivojlantirish va sog‘lom turmush tarzi kechirish talablariga o‘rgatishdan iborat bo‘ladi. Shu bilan birga jismoniy tarbiya sport va sog‘lomlashtirish tadbirlari mutaxassislik mashg‘ulotlarini ijobiy o‘zlashtirishga katta yordam beradi.

Talabalar jismoniy tarbiya tadbirlari ertalabki badantarbiya, jismoniy tarbiya darslari, sport to‘garak mashg‘ulotlari, sport sog‘lomlashtirish musobaqalari va bayramlari shakllarida bo‘ladi. Ertalabki badantarbiya mashg‘ulotlari talabalar yotoqxonasida ommaviy xolda, yashash joylari va oilada mustaqil holda bajariladi.

Ertalabki badantarbiya mashg‘ulotlari qo‘l, oyoq va gavda muskullari uchun mashg‘ulotlardan, nafas olish mashqlaridan iborat bo‘lishi mumkin. Jismoniy tarbiya darslari talabalar o‘quv rejasiga muvofiq tashkil etiladi. Jismoniy tarbiya darslarida talabalar futbol, basketbol, voleybol, gandbol o‘yinlarining texnikasi shakllantiriladi. Shuningdek, yengil atletika, gimnastika, kurash va suzish sporti harakatlari malaka va ko‘nikmalari o‘rgatiladi hamda shakllantiriladi.

Kun tartibidagi sport bayramlari va musobaqalariga sayyohlik yurishlari, suv muolajalari qabul qilish, suzish va cho‘milish mashg‘ulotlari, guruhlar o‘rtasidagi



bellashuvlar va musobaqalarni kiritish mumkin. Sport to‘garaklari mashg‘ulotlarida sport turlari bo‘yicha mutaxassislikka erishib boradilar.

Talabalar sport musobaqalari va sport bayramlarida jismoniy, texnik va taktik tayyorgarliklarini namoyon etadilar.

Shuningdek talabalarni turizm mashg‘ulotlarida tabiat omillari suv, quyosh va havo ta’sirida chiniqtirish muolajalarini qabul qilish uslublari o‘rganildi.

Talabalarni jismoniy tarbiya va sport, sog‘lomlashtirish ishlarida ishtirok etish jarayonlarida jismoniy rivojlanishini tibbiy nazorat qilish va jismoniy tayyorgarlik darajasini amaliy test sinovlari bilan baholash tashkil etildi.

Shu bilan birgalikda, jismoniy tarbiya va sport mashg‘ulotlarida tarli jamoviy o‘yinlarni birga bajarish davomida talabalarda guruh bilan ishlash, bir-birini tushunish malakasi shakllanadi. Talabalar o‘rtasidagi sog‘lom raqobat guruhdagi sog‘lom ijtimoiy-psixologik muxit shakllanishiga olib keladi.

Ádebiyatlar:

1. Юнусова Ю.М. Теория и методика физической культуры. Учебное пособия Тошкент УзГосИФК 2007 г.
2. Саломов Р.С. Спорт машғулотнинг назарий асослари – Тошкент., Ўқув қўлланма ЎзДЖТИ, 2005 йил - 238 б.
3. Маҳкамджанов К.М. Жисмоний маданият назарияси ва методикаси Тошкент., дарслик “Иқтисод -молия” 2008 йил - 300 б.