

YOSHLAR ORASIDA SPORTNI OMMALASHTIRISH DOLZARB MASALA SIFATIDA

Mamirova Dilorom Tavakulovna

O'zbekiston davlat san'at va madaniyat instituti

*"Sahna harakati va jismoniy
madaniyat" kafedrasi professor v.b.*

Annotatsiya. Ushbu maqolada yoshlar orasida sportni ommalashtirish, ularning bo'sh vaqtlarini mazmunli o'tkazishlarini tashkil qilish dolzarb masala sifatida tahlil qilingan. Unda sog'lom turmush tarzini shakllantirish, yosh avlodning jismoniy va ma'naviy barkamolligini ta'minlash, sport infratuzilmasini takomillashtirish hamda ommaviy jismoniy tarbiya tadbirlarini keng joriy etish masalalari yoritilgan. Shuningdek, yoshlar sportiga oid davlat siyosati, ta'lim muassasalarida sport faoliyatining yo'lga qo'yilishi, ommaviy sport tadbirlarining ijtimoiy-psixologik ta'siri kabi jihatlar ilmiy asosda ko'rib chiqilgan.

Kalit so'zlar: sport, yoshlar, ijtimoiy, madaniyat, tafakkur, sog'lik, vaqt, renessans, taraqqiyot.

ПОПУЛЯРИЗАЦИЯ СПОРТА СРЕДИ МОЛОДЕЖИ – АКТУАЛЬНАЯ ПРОБЛЕМА

Аннотация. В данной статье в качестве актуального вопроса анализируется популяризация спорта среди молодежи, организация их содержательного досуга. В нем освещаются вопросы формирования здорового образа жизни, обеспечения физического и духовного развития молодого поколения, совершенствования спортивной инфраструктуры и широкого внедрения массовых физкультурных мероприятий. Также на научной основе рассмотрены такие аспекты, как государственная политика в отношении молодежного спорта, налаживание спортивной деятельности в образовательных учреждениях, социально-психологическое влияние массовых спортивных мероприятий.

Ключевые слова: спорт, молодежь, общество, культура, мышление, здоровье, время, ренессанс, прогресс.

POPULARIZATION OF SPORTS AMONG YOUTH IS A CURRENT ISSUE

Abstract. This article analyzes the popularization of sports among young people and the organization of their meaningful leisure time as a pressing issue. It covers issues of forming a healthy lifestyle, ensuring the physical and spiritual development of the younger generation, improving sports infrastructure, and widely implementing mass physical education events. Also, such aspects as state policy regarding youth sports, the establishment of sports activities

in educational institutions, and the socio-psychological impact of mass sports events are examined on a scientific basis.

Keywords: *sports, youth, society, culture, thinking, health, time, renaissance, progress.*

KIRISH

Bugungi globallashuv va tezkor axborot asrida yoshlarning sog'lom turmush tarzini shakllantirish, ularni jismoniy faollikka jalb etish davlat siyosatining ustuvor yo'nalishlaridan biriga aylangan. Sportning ommalashuvi nafaqat yoshlarning jismoniy rivojlanishi, balki ularning ma'naviy barkamolligi, irodasi, ijtimoiy faolligi va sog'lom psixologik muhitda voyaga yetishida ham muhim omil hisoblanadi. Shuning uchun ham mamlakatimizda yoshlarni sportga keng jalb etish, zamonaviy sport infratuzilmasini yaratish, sport-ta'lim tizimini takomillashtirish va ommaviy sport tadbirlarini ko'paytirish bo'yicha izchil islohotlar amalga oshirilmoqda.

Yoshlar orasida sportni ommalashtirish masalasi ijtimoiy-siyosiy, pedagogik, iqtisodiy hamda madaniy jihatlardan ham dolzarb bo'lib, zamonaviy jamiyat taraqqiyotida alohida ahamiyat kasb etadi. Chunki sport nafaqat salomatlikni mustahkamlaydi, balki yoshlarning bo'sh vaqtini mazmunli tashkil etish, ularni salbiy illatlardan himoya qilish, ijtimoiy faollikka undash va vatanparvarlik ruhida tarbiyalashning samarali vositasidir.

Mazkur maqolada yoshlar orasida sportni ommalashtirishning mohiyati, uning bugungi kundagi dolzarbligi, mavjud muammolar hamda ularni bartaraf etish yo'llari tahlil qilinadi. Shuningdek, sportning yoshlar tarbiyasidagi o'рни, davlat tomonidan olib borilayotgan siyosatning mazmun-mohiyati hamda sport faoliyatini yanada takomillashtirish bo'yicha taklif va tavsiyalar ko'rib chiqiladi.

Sport mashg'ulotlari katta ahamiyatga ega. Jismoniy tarbiya bilan shug'ullanishda albatta sport musobaqalari bo'lishi kerak. Musobaqaning o'z ixtisosi bo'yicha har xil darajalari bo'lishi mumkin. Har holda sport bilan shug'ullanuvchi talaba o'zining bajargan mashqlari natijasini ko'rishga qiziqadi. Ommaviy yugurishlar, suzishlar, velosiped poygalari va shu kabilarni o'tkazishda talaba-yoshlar ishtiroki faollashadi. Musobaqalarda ishtirok etish jismoniy tarbiya bilan shug'ullanishga turtki beradi, ommaviy musobaqalarning gazeta-jurnallarda

yoritilishi, radio va televideniye orqali olib berilishi ommaviy jismoniy tarbiya harakatini keng targ'ib qilishda katta ahamiyatga ega[1].

Sharqda bayram va sayillar dorbozlarning chiqishisiz o'tmagan, har xil milliy o'yinlar va musobaqalar bilan polvonlarning chiqishlari, tosh ko'tarish o'yinlari bo'lgan.

Jismoniy madaniyat umumiy madaniyatning bir qismi bo'lib, inson salomatligi maxsus vositalarini yaratish va foydalanish ishida jamiyat erishgan muvaffaqiyatlarning yig'indisidir. Demak, bu tushuncha faqat salomatlik va u bilan bog'liq tadbirlarni aks ettiradi, uning ya'ni insonning tabiatda va jamiyatda yashashi va mehnat qilishi uchun zarur bo'lgan jismoniy tayyorgarlik va uning zarur darajasini ta'minlashni aks ettirmaydi. Shuning uchun, yuqoridagi ta'rifning "inson salomatligi" degan so'zidan keyin va "jismoniy kamolotim" degan so'zni qo'shish maqsadga muvofiq bo'lib, shunda u "Jismoniy madaniyat umumiy madaniyatning bir qismi bo'lib" inson salomatligi va jismoniy kamolotining maxsus vositalarini yaratish va foydalanish ishida jamiyat erishgan muvaffaqiyatlarning yig'indisidir, deyilib faoliyat sohasini to'laroq aks ettirar edi[2].

ADABIYOTLAR TAHLILI VA METODOLOGIYA.

O'zbekiston Respublikasi Prezidenti, Milliy Olimpiya qo'mitasi raisi Shavkat Mirziyoyev boshchiligida 13-fevral kuni olimpiya va paralimpiya harakati, ixtisoslashtirilgan va ommaviy sportni yangi bosqichga olib chiqish hamda aholi jismoniy faolligini oshirish chora-tadbirlari bo'yicha videoselektor yig'ilishi o'tkazildi. Muhtaram Prezidentimiz ta'biri bilan aytganda "Har bir ota-ona, har bir millatning niyati – jismoniy va ma'naviy barkamol avlodni tarbiyalashdir.

Bunga esa jismoniy tarbiya va sportsiz erishib bo'lmaydi"[3]. Sport sog'lom xalq, sog'lom avlodning tayanch ustunidir. Shu tufayli davlatimiz tomonidan ushbu sohaga ulkan e'tibor qaratilmoqda. So'nggi to'rt yilda budjetdan sportga ajratilayotgan mablag' 1,5 trillion so'mdan 3 trillion so'mga oshdi. Murabbiylarning o'rtacha maoshi 2 barobar ko'paydi. 101 ta yirik sport inshootlari qurildi, 67 tasi rekonstruksiya qilindi. Sportchilarimizning Parij Olimpiadasida erishgan yutuqlari bu e'tiborning yorqin natijalari bo'ldi.

Endi 2028-yilda Los-Anjelesda bo'ladigan Olimpiya o'yinlarida kuchli o'ntalikka kirish maqsad qilingan. Buning uchun tayyorgarlikni kuchaytirish, sport federatsiyalarini rivojlantirish zarur. Bo'lib o'tgan yig'ilishda bu masalalar 26 ta sport federatsiyasi va tumanlar o'rtasida tahlil qilindi.

Bugungi kunda mamlakatimiz yoshlari o'rtasida sportni yoyish bo'yicha olib borilgan kuzatuv va o'rganishlar shuni ko'rsatadiki, so'nggi yillarda mamlakatimizda sportga bo'lgan qiziqish sezilarli darajada oshdi. Ushbu holat birinchi navbatda davlat tomonidan yaratilayotgan shart-sharoitlar, yangi sport inshootlarining qurilishi va zamon talablariga mos sport dasturlarining joriy etilishi bilan bog'liqdir. Olib borilgan tadqiqotlardan shuni anglash mumkinki, oliy ta'lim muassasalarida sport mashg'ulotlarining muntazam yo'lga qo'yilishi yoshlarni sportga jalb etishning eng samarali mexanizmlaridan biridir. Maktab va kollej o'quvchilarining sport to'garaklarida ishtiroki ularning jismoniy tayyorgarligi, intizomi va jamoaviy ishlash ko'nikmalarini kuchaytirishga sezilarli ta'sir ko'rsatmoqda. Shuningdek, oliy ta'lim muassasalarida o'tkazilayotgan "Universiada", "besh tashasbbus olimpiadalari" kabi tanlovlar yoshlar o'rtasida sog'lom raqobatni yuzaga keltirmoqda.

Ommaviy sport tadbirlarining ko'payishi esa sportning ijtimoiy-psixologik ta'sirini oshirgan. Tadqiqotlar natijasida aniqlanishicha, muntazam sport bilan shug'ullanayotgan yoshlarning salomatlik ko'rsatkichlari yaxshiroq, stressga chidamliligi yuqori va ijtimoiy faolligi kuchli bo'ladi. Bu esa sportning nafaqat jismoniy, balki ma'naviy tarbiya vositasi sifatida ham o'ta muhim ekanini tasdiqlaydi.

Biroq o'rganishlar jarayonida ayrim muammolar ham kuzatildi. Jumladan, ayrim hududlarda sport infratuzilmasining yetarli emasligi, sport to'garaklaridagi malakali murabbiylar yetishmasligi, ayrim yoshlarning bo'sh vaqtini samarali tashkil eta olmasligi ommaviy sport ko'lamini cheklab qo'yayotgani qayd etildi. Ushbu kamchiliklarni bartaraf etish uchun hududiy sport maktablarini modernizatsiya qilish, yosh mutaxassislarni rag'batlantirish va sport haqida tushuntirish-targ'ibot ishlarini kuchaytirish zarur.

MUHOKAMA

Sportni ommalashtirishning dolzarbligi, eng avvalo, yosh avlodning sog'lig'i va ijtimoiy faolligini ta'minlash bilan bog'liq. Bugungi kunda ko'plab mamlakatlarda, jumladan O'zbekistonda ham, yoshlar orasida harakatsizlik, ortiqcha vazn, psixologik bosim, internetga qaramlik kabi muammolar kuzatilmoqda. Sport esa bu jarayonlarni yumshatish, sog'lom psixologik muhit yaratish, yoshlarni maqsad sari intiluvchanlik va intizomga o'rgatishning eng samarali vositasi sifatida namoyon bo'ladi. Jismoniy faollik yoshlar organizmini chiniqtiradi, immun tizimini mustahkamlaydi, stressga qarshi kurashish qobiliyatini oshiradi va ularning ma'naviy yetuklikka erishishida muhim omil sifatida xizmat qiladi.

Shu bilan birga, sport yoshlarning ijtimoiy integratsiya jarayonida ham muhim rol o'ynaydi. Jamoaviy sport turlari orqali ular muloqot, hamkorlik, liderlik, mas'uliyat, o'zaro hurmat kabi ko'plab ijtimoiy kompetensiyalarni egallaydilar. Bu jarayon yoshlarni nafaqat sport maydonida, balki ta'lim, kasb-hunar, mehnat bozorida ham faol va raqobatbardosh shaxs sifatida shakllanishiga zamin yaratadi. Sport bilan shug'ullanuvchi yoshlarning ijtimoiy tajribasi, o'zini boshqara olish ko'nikmalari, maqsad sari intilishi va qat'iyati yuqori bo'lishi tajribada ko'p bor tasdiqlangan. Sportning ommalashuvi yoshlar orasida zararli odatlar — chekish, ichimlikka ruju qo'yish, bekorchi vaqt o'tkazish, axborot xurujlariga berilish kabi salbiy holatlarning oldini olishda ham samarali profilaktik vosita hisoblanadi. Mazkur jarayon yoshlarning bo'sh vaqtini mazmunli tashkil etish, ularni ijtimoiy-foydali faoliyatga yo'naltirishga yordam beradi.

Ayniqsa, mahalla va ta'lim muassasalarida muntazam sport tadbirlarini yo'lga qo'yish, yoshlarni sport to'garaklariga jalb etish, sport festivallari va musobaqalar tashkil etish bu borada muhim ahamiyatga ega.

Yoshlar orasida sportni ommalashtirishning samaradorligi nafaqat infratuzilma bilan, balki sport ta'limi va targ'ibot tizimining sifatiga ham bog'liq. Murabbiylar malakasi, ta'lim dasturlarining zamonaviyligi, sport mashg'ulotlarini jismoniy tayyorgarlik bilan bir qatorda psixologik va motivatsion yondashuvlar bilan boyitish zarur. Raqamli texnologiyalar asosida mashg'ulot jarayoniga yangi

metodlarni joriy etish, mobil ilovalar va onlayn platformalar yordamida sportga bo'lgan qiziqishni kuchaytirish ham zamonaviy talablardandir.

Umumiy qiyoslab aytganda, tahlil natijalari shuni ko'rsatadiki, yoshlar orasida sportni ommalashtirish jamiyat taraqqiyotining muhim omili bo'lib, sog'lom avlodni tarbiyalashda muhim strategik ahamiyatga ega. Mavjud salohiyatdan unumli foydalanish, sport siyosatini izchil davom ettirish va yoshlarni sportga keng jalb etish bo'yicha belgilangan vazifalarning bosqichma-bosqich amalga oshirilishi o'zining yaxshi samaralarini ko'rsatmoqda.

XULOSA

Sport yoshlarni jismoniy va ma'naviy barkamollikka yetaklaydi, ularni jamiyatning faal ishtirokchisiga aylantiradi, sog'lom va kuchli avlodni tarbiyalashga xizmat qiladi. Kelajakda sportni ommalashtirish jarayonini yanada takomillashtirish uchun sport infratuzilmasini kengaytirish, sport ta'limini modernizatsiya qilish, mahallalarda sport madaniyatini shakllantirish va raqamli texnologiyalarni kengroq joriy etish zarur. Bu jarayon yoshlarning sog'lom avlod sifatida voyaga yetishida va O'zbekistonning ijtimoiy-iqtisodiy rivojida beqiyos ahamiyatga ega. Yurtimizdagi yosh avlod ichida sportni ommalashtirish bugungi kunda jamiyatning ijtimoiy-iqtisodiy rivoji, sog'lom avlodni tarbiyalash va ma'naviy barqarorlikni ta'minlashda muhim jihat ekanligi ma'lum. Tadqiqotlar va tahlillar natijasida quyidagi xulosalarga kelindi:

Sportning yoshlar hayotidagi roli oshib bormoqda. Muntazam sport bilan shug'ullanish yoshlarning jismoniy sog'lig'ini mustahkamlash bilan birga, ularning irodaviy sifatlari, intizomi, maqsadga intilishi, jamoaviy ishlash ko'nikmalarini shakllantiradi.

Yoshlar sportida bir qancha muammolar kuzatilmoqda va ular hali o'z yechimini topgani yo'q. Olis joylarda sport infratuzilmasining yetishmasligi, malakali murabbiylar sonining kamligi, sport to'garaklari faoliyatining barcha o'quvchilarni qamrab olmasligi sportni ommalashtirish jarayonini sekinlashtirmoqda.

Yakunlovchi xulosa sifatida yoshlar orasida sportni ommalashtirish nafaqat sog'lom turmush tarzini shakllantirishning asosiy omillaridan hisoblanadi, balki

jamiyatning ijtimoiy farovonligi va barqaror rivoji uchun ham muhim zamin yaratadi. Mavjud imkoniyatlardan samarali foydalanish, yutuqlarni mustahkamlash va dolzarb muammolarni bosqichma-bosqich bartaraf etish orqali sportni ommaviylashtirish jarayoni yanada yuqori bosqichga kelishi tahmin qilinmoqda.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. Normurodov A. N. Jismoniy tarbiya. — Toshkent: Tafakkur bostoni, 2011. — 192 b.
2. Xolova Sh. M. Jismoniy madaniyat va sport: o'quv qo'llanma. — Toshkent, 2017. — 183 b.
3. Sport – sog'lom xalq, sog'lom avlodning tayanch ustuni // President.uz. O'zbekiston Respublikasi Prezidenti rasmiy sayti. 2025-yil 13-fevral.