

UDC 796.06

**THE IMPORTANCE OF SPORTS CLUBS OF STUDENTS IN HIGHER EDUCATION**Zh.Zh. Atamuradov<sup>1</sup>, Ya.Z. Fayziev<sup>2</sup>*Abstract*

The article stresses the importance of organizing sports clubs in higher education.

*Keywords:* physically strong, intellectually mature, healthy lifestyle, healthy.

Жамиятимизга баркамол соғлом авлод тарбиялашда жисмоний маданият ва спортнинг аҳамияти Мустақил Ўзбекистоннинг порлоқ келажagini таъминлаш учун теран фикрли, ҳам жисмонан, ҳам маънавий жиҳатидан етук ва баркамол авлодни тарбиялаш, вояга етказиш давлат сиёсатининг бош масаласидир. Мамлакатимизда ёшларни камол топтириш, уларнинг қалбида миллий ғоя, миллий мафкура, Ватанни англаш, умумбашарий қадриятлар руҳида тарбиялаш масалаларига катта эътибор берилиб, давлат сиёсатининг асосий, улугвор йўналишларидан бирига айланиб бормоқда. Инсон шахс бўлиб шаклланиши учун у аввало жисмоний чиниққан, ақлий баркамол, онг ва тафаккури шакланган маънавий етук, дунёқараши кенг, жамият тараққиётида фаол қатнашадиган, инсон ҳаётида учрайдиган баъзи ноахлоқий ҳатти-ҳаракатларидан (ичиш, чекиш, наркотик моддалар истеъмол қилиш, жиноятчилик ва ҳ.к) ҳали, уларга нисбатан мурасасиз бўлмоғи лозим. Баркамол авлод тарбияси миллий ҳамда умуминсоний характерга эга бўлиб, у барқарор ва баркамол жамият асосидир. Шу сабабли инсоният пайдо бўлгандан бошлаб шу кунгача у жамиятда мавжуд барча институт ва фуқаролар олдида турган долзарб масала бўлиб келмоқда. Ўзбекистонда мустақиллик йилларида жисмоний ва маънавий баркамол авлод тарбияси масаласи давлат сиёсатининг устивор йўналишларидан бирига айланди. Инсон узоқ ва тинч ҳаёт кечириш мақсадида соғлом, тетик ва бақувват бўлиши, ўз ёшлиги, ҳусни ҳамда ишчанлик қобилиятини сақлашга эришишнинг асосий омилларидан бири жисмоний ҳаракат саналади.

Республикаимизда жисмоний жиҳатдан етук, соғлом авлодни тарбиялаш борасидаги туб ислоҳатлар босқичма-босқич амалга оширилиб келинмоқда. Жисмоний тарбиянинг энг асосий вазифаси инсон саломатлигини асраш ва муштақамлашдир. Шунинг учун инсон саломатлиги тиббий-педагогик тадқиқотларнинг объекти бўлиши керак. Бу ерда жисмоний ривожланиш, гавда тузилиши, юрак-қон тизимининг ишлаши, жисмоний тайёргарлик ва жисмоний аҳвол саломатликнинг таркибий элементлари эканлигини қайд этиш муҳим. Жамиятда соғлом турмуш тарзини шакллантириш, аҳолининг барча қатламларини, айниқса ёшларни жисмоний тарбия ва спорт билан шуғилланишида жисмоний тарбия ва спортни ривожлантириш давлат дастурини амалга ошириш муҳим ўрин тутди. Бунда олий таълим муассасаларида спорт турлари бўйича шуъбаларнинг фаолиятини жонлантириш ва уларга ёшларни кенг жалб этиш, талабаларни бўш вақтларидан фаол фойдаланиш, уларни соғломлантириш мақсадида талабалар уйида гигиеник гимнастика ва спорт турлари бўйича мавжуд шуъбаларни мунтазам равишда ишлашини, институт профессор-ўқитувчилари, талабалари учун спорт билан мунтазам шуғулланишлари учун шароитлар яратиш кабилар назарда тутилган. Шундай экан, олий ўқув юртларида юқори даражали спортчиларни тайёрлаш билан бирга кўпроқ оммавий спорт соғломлаштириш ишларига эътиборни қаратиш, кишиларда соғлом турмуш тарзини шакллантириш, оммавий

<sup>1</sup>Атамуратов Жамшид Жалилович – преподаватель кафедры Информационных технологий, Бухарский государственный университет, Узбекистан.

<sup>2</sup>Файзиев Яхши Зиёевич – преподаватель, факультет физической культуры, Бухарский государственный университет, Узбекистан.

мусобақаларни мунтазам ўтказиш, жисмоний тарбия дарсларининг мазмунли ва сифатли ўтишини таъминлаш ёшларнинг соғлом ва баркамол инсон ҳамда илғор билимли мутахассис бўлиб етишишига асосий омил бўлиб ҳисобланади.

Республикада жисмоний тарбия ва спортга бўлган эътиборнинг йилдан-йилга ўсиб бориши талабаларнинг унга бўлган муносабатини янада юқори поғонага кўтаришини тақозо этади. Ўзбекистон Республикасининг «Таълим тўғрисида»ги Қонуни ва «Кадрлар тайёрлаш миллий дастури»да белгиланган вазифаларда таълим олувчиларнинг жисмоний тарбия ва спортдаги фаоллигини кучайтириш ҳамда жисмоний камолот даражасини ошириш зарурлиги кўрсатилган. Талабалар дарсдан бўш вақтларида доимий равишда спорт билан шуғулланишлари ва бу уларнинг кундалик эҳтиёжига айланмоғи зарур, шу билан бирга спорт талабаларни ҳар томонлама ривожланишида, соғлом турмуш тарзида, баркамол инсон бўлиб етишишига, қонунбузарлик ва ҳар хил иллатлардан халос этишда асосий омил бўлиб ҳисобланади. Республикада аҳолини ва энг аввало, ёшларни қўллаб-қувватлаш устивор вазифа бўлиб келмоқда. Ушбу жараён узоқ давом этадиган жараён бўлиб, у кишиларнинг онгини ва маънавиятини ривожлантириш билан боғлиқ. Ёшлар ва умуман, инсоннинг баркамоллиги жисмонан, маънан ва ақлан етуклик даражаси билан белгиланади. Ана шу уч жиҳатнинг уйғунликда ривожланиши баркамолликни таъминлаши мумкин. Соғлом инсон исталган жамиятда катта кучга эга яратувчилик вазифасини бажаради, қувонч, интеллектуал ва жисмоний қобилиятнинг манбаси ҳисобланади. Инсон эҳтиёжи бўлмиш саломатликни мустаҳкамлаш долзарб муаммо бўлиб қолмоқда. Бундан жамиятнинг ҳар бир аъзосида инсон ҳаётида энг муҳим бўлган саломатликка бўлган муносабатини тарбиялаш масаласи ётади. Бунинг учун соғлом инсон моделини, педагогик назорат тизимини ва жисмоний камолотга эришишнинг эффе́ктив усул ва услубларини ишлаб чиқиш лозим. Жамиятда соғлом ҳаёт тарзини шакллантириш, аҳоли саломатлигини мустаҳкамлаш, жисмонан соғлом, маънан бой ёш авлодни тарбиялаш, фуқароларни жисмоний тарбия ва спорт билан фаол шуғилланишга кенг жалб этишни таъминлашга йўналтирилган, комплекс тадбирларни амалга ошириш мақсадга мувофиқдир. Олий таълим истиқбол тараққиётининг асосий муаммоларини ҳал этиш, ёшларни жисмоний тарбия қилиш тизимини қайта кўриш долзарб муаммолардан бири ҳисобланади.

Педагогикада ёшлар жисмоний тарбияси саломатликни сақлаш ва яхшилашга, соғломлаштирувчи жисмоний тарбия турлари, услуб ва усулларига, соғлом турмуш тарзи кўникмаларини шакллантиришга йўналтирилган, соғломлаштириш тизими сифатида кўриб чиқилади. Дарсдан ташқари ташкил этилган спорт тўғаракларнинг асосий мақсади келажакда касб-ҳунар ҳақидаги кўникмаларнинг шаклланишига хизмат қилади. Спорт тўғаракларида қатнашган ёшлар ҳаётий зарур кўникма малакалар билан қуролланади, қийинчиликларни енгиб ўтиш, фаоллик, довураклик, қатъиятлик, интизомликни намоён этадилар. Ёшларни ҳар томонлама баркамол ва юксак фазилатли сифатида тарбиялашда жисмоний маданият ва спортнинг аҳамияти беқиёсдир. Чунки Республикамиз таълим тизимида ўзбек миллий халқ ўйинларининг ва спорт тўғаракларининг ёшларни жисмоний, маънавий ривожлантириш воситаси эканлиги мустақилликка эришгандан бери олиб борилаётган ишлардан ҳам билсак бўлади. Спорт тўғараклари ҳаётда ёшларнинг тетик, эпчил, бақувват, мувозанатни ҳис этиш, ўзини қаршиликлардан ҳимоя қилиш, соғликни мустаҳкамлаш каби хислатларни шакллантиришда катта рол ўйнайди.

Фойдаланилган адабиётлар:

1. Узлуксиз таълимда оммавий спорт-соғломлаштириш ишларини самарали бошқариш. Ахматов М. С. Тошкент. 2005
2. Шарипова Д.Д. и др. Формирование здорового образа жизни. Учебное пособие. 2001 г.

© Zh.Zh. Atamuradov, Ya.Z. Fayziev, 2018