

O'ZBEKISTONDA XOTIN-QIZLARNING JISMONIY TARBIYA VA SPORT BILAN SHUG'ULLANISHLARI UCHUN YARATILAYOTGAN SHAROITLAR

Xurramov Sherzod G'offor O'g'li

Toshkent amaliy fanlar universiteti

O'qituvchi, +998977161828

sherzodxurramov909@gmail.com

<https://doi.org/10.5281/zenodo.18677705>

Annotatsiya

Ushbu maqolada yurtimizda xotin-qizlarni sport bilan shug'ullanishida yurtimizda amalga oshirilayotgan ishlar buning yaqqol misoli bo'lib kelmoqda. Jismoniy tarbiya va sport sog'lom ona, sog'lom bola, sog'lom hayot garovi hisoblanadi. SO'ngi yillarda yurt boshimiz tomonidan bildirilgan ishonch Olimpiada, Jahon, Osiyo chempionatlarida O'z mevasini berib kelmoqda.

Kalit so'z: Xotin-qizlar sporti, Jahon arenalaridagi O'rni, sog'lom ona, sog'lom bola, sport sog'lik garovi, ayollarning sportdagi O'rni.

Annotation

This article discusses the work being done in our country to encourage women to play sports. Physical education and sports are the key to a healthy mother, a healthy child, and a healthy life. The confidence expressed by our head of state in recent years has borne fruit at the Olympics, World and Asian Championships.

Keywords: Women's sports, their place in the world arenas, healthy mother, healthy child, sport as a guarantee of health, the place of women in sports.

Аннотация

Ushbu maqolada mamlakatimizda ayollarni sport bilan shug'ullanishga undash borasida amalga oshirilayotgan ishlar muhokama qilinadi. Jismoniy tarbiya va sport sog'lom ona, sog'lom bola va sog'lom hayotning kalitidir. Davlatimiz rahbari tomonidan so'nggi yillarda bildirilgan ishonch Olimpiya o'yinlari, Jahon chempionatlari va Osiyo chempionatlarida o'z samarasini berdi.

Ключевые слова: Женский спорт, их место на мировых аренах, здоровая мать, здоровый ребенок, спорт - гарантия здоровья, место женщин в спорте.

So'nggi o'n yilliklarda dunyo miqyosida gender tenglik masalasi nafaqat siyosat va ta'limda, balki sport sohasida ham eng dolzarb mavzulardan biriga aylandi. Ayollar sporti – bu nafaqat jismoniy faoliyat, balki inson huquqlari, imkoniyatlar tengligi va jamiyatdagi ijtimoiy adolat mezonlarini o'zida mujassamlashtiruvchi muhim ijtimoiy institutdir [1].

XX asrning ikkinchi yarmidan boshlab ayollar olimpiadalarda, xalqaro musobaqalarda faol ishtirok eta boshlagan bo'lsalarda, hanuzgacha ayrim mamlakatlarda ularga sportda teng imkoniyatlar yaratilmagan [2]. Shu sababli bugungi kunda sportdagi gender tenglikni ta'minlash nafaqat sportchilar, balki butun jamiyat rivoji uchun muhim strategik vazifa sifatida qaralmoqda.

Ayollar sportining tarixiy shakllanishi: Ayollar sportining shakllanish tarixi qadimgi Yunoniston davriga borib taqaladi, biroq o'sha davrda sport faqat erkaklar faoliyati sifatida qaralgan. Faqat XIX asr oxirlarida ayollar sportga kirib kela boshlagan va 1900-yilgi Parij Olimpiadasida ilk bor 22 nafar ayol ishtirok etgan. XX asr davomida sportdagi gender tenglik asta-sekin shakllanib bordi. 1972-yilda AQShda qabul qilingan Title IX qonuni ta'lim

muassasalarida, jumladan, sportda ayollarga teng imkoniyatlar yaratish majburiyatini belgiladi. Bu tarixiy qaror butun dunyo bo'ylab ayollar sportining rivojiga kuchli turtki berdi.

O'zbek xalqi asrlar davomida ezgulikni o'zida aks ettirgan qadimiy va boy milliy madaniyati bilan jahon sivilizatsiyasiga ulkan hissa qo'shgan buyuk xalqlardan biridir. Mustaqil Respublikamizni jahonga tanitishda sportning ahamiyati katta bo'lmoqda. Hozirgi kunda milliy o'yinlar, kurash, uloq shu bilan bir qatorda xalqaro sport turlari - tennis, boks, futbolning dunyo xalqlari o'rtasida o'zbeklarning obro'sini oshirishga xizmat qilayotganligining guvohimiz.

Qadriyatlarni e'zozlash, qadimiy urf-odatlarini shakllantirish, e'tiqodlarni mustahkamlash, avloddan-avlodga o'tib kelayotgan madaniy merosimizni kelajak avlodga yetkazish va yoshlar ongiga milliy xalq o'yinlarining mazmun-mohiyatini chuqur singdirish bugungi dolzarb masaladir.

Mamlakatimizda jismoniy tarbiya va sportni ommalashtirish, ijtimoiy siyosatning muhim yo'nalishlaridan biri etib belgilangan. Chunki sport aholi salomatligini mustahkamlaydi, yosh avlodni sog'lom va barkamol etib tarbiyalash orqali jamiyatda sog'lom turmush tarzini qaror toptiradi. Turli kasalliklar, yoshlar o'rtasida zararli odatlarning oldini oladi. Sport yuksak madaniyat, vatanparvarlik tuyg'ularini shakllantirishda ham muhim o'rin tutadi. Bu sohada erishilgan yutuqlar mamlakatni dunyoga tanitadi, barcha yurtdoshlarga g'urur-iftixor bag'ishlaydi. Yosh sportchilarning dastlabki bosqichda tayyorgarlik ishlarini o'rgatish ko'nikma hosil qilish, sport mashg'ulotlarini tashkillashtirishning eng muhim tarkibiy qismlaridan hisoblanib, organizmni har tomonlama rivojlantirish, sog'liqni mustahkamlash, jismoniy qobiliyatlarni O'zbekiston Respublikasi Prezidenti Shavkat Mirziyoyevning oktyabrdagi jismoniy tarbiya va sport sohasida boshqarish tizimini takomillashtirish, ommaviy sportni rivojlantirish, iqtidorli sportchilarni tanlash va tarbiyalash, sohani malakali kadrlar bilan mustahkamlash hamda zamonaviy sport inshootlarini barpo etish masalalariga bag'ishlangan videoselektordagi ma'ruzasi takomillashtirish va tayyorgarlikning boshqa bosqichi uchun mustahkam funksional baza yaratishga yo'naltirilgan jarayon sifatida tushuniladi. Insonning sportga oid faoliyati qanday maqsad va mazmun yoki qaysi yo'nalishda amalga oshirilmasin, uning pirovard unumdorligi va harakat samaradorligi, o'z navbatida muvofiq jismoniy sifatlar, harakat malakalari, ko'nikmalari va albatta organizmning funksional imkoniyatlariga tayaniladi. [3]

Mustaqilligimiz yillarida mamlakatimizda amalga oshirilayotgan keng ko'lamli islohotlar samarasi, eng avvalo, turmushimiz tobora farovonlashayotganida, erishayotgan muvaffaqiyatlarimiz dunyo hamjamiyati tomonidan munosib e'tirof etilayotganida yaqqol namoyon bo'lmoqda. Mamlakatimizning barcha hududlarida zamonaviy sport komplekslari, jumladan gimnastika zallari, tennis kortlari, suzish havzalari, fitnes zallari bunyod etilgani, ularda xotin-qiz murabbiylar faoliyat yuritayotgani, qizlar o'rtasida sportning ommalashishida muhim omil bo'lmoqda. Bugungi kunda Respublikamiz shaharlarida qiz bolalarning 48 foizi, qishloq joylarda esa 45,7 foizi sport bilan shug'ullanmoqda. Bu ko'rsatkich ham xotin-qizlar sportining mamlakatimizning barcha hududlarida shiddat bilan rivojlanib borayotganidan dalolat beradi. Sport-qizlar salomatligini mustahkamlash bilan birga ularning dunyoqarashini kengaytirib, tibbiy madaniyatini yuksaltirmoqda. Mashg'ulotlarda toblangan qizlar oila, jamiyat, Vatan oldidagi mas'uliyatini teran anglab, sog'lom va baxtli turmush qurmoqda. Ko'plab qizlar professional sportchi bo'lib yetishib, mamlakatimiz, qit'a va jahon miqyosidagi musobaqalarda ulkan natijalarga erishmoqda. 38 nafar qiz sportdagi yutuqlari uchun Zulfiya

nomidagi Davlat mukofotiga sazovor bo'lgani ayollar sportiga qaratilayotgan e'tibor namunasidir. "Sog'lom ona va bola yili" Davlat dasturida bu yo'nalishdagi ishlarni yangi bosqichga olib chiqish, ayollarni jismoniy tarbiya va sportga keng jalb etish, ularning salomatligini mustahkamlash bo'yicha qator chora-tadbirlar belgilangan.

Ayol sportchilarimizni Xalqaro maydonda erishgan yutuqlari.

Fransiya poytaxti Parij shahrida XXXIII yozgi Olimpiadada O'zbekiston delegasiyasi 19 ta sport turi doirasida 86 nafar sportchi bilan 73 ta dasturda ishtirok etdi.

Ahamiyatlisi, Parij Olimpiadasida O'zbekiston tarkibida 32 nafar ayol sportchi g'oliblik uchun kurash olib boradi. Bu mutlaq rekord natija hisoblanadi.

O'zbekiston delegasiyasi tarkibida ayol sportchilarning yozgi Olimpiadalardagi ishtiroki:

Atlanta-1996 Olimpiadasida - 8 nafar sportchi

Sidney-2000 Olimpiadasida - 18 nafar sportchi

Afina-2004 Olimpiadasida - 18 nafar sportchi

Pekin-2008 Olimpiadasida - 15 nafar sportchi, 1 ta bronza Ekaterina Xilko.

London-2012 Olimpiadasida - 18 nafar sportchi

Rio-2016 Olimpiadasida - 23 nafar sportchi

Tokio-2020 Olimpiadasida - 30 nafar sportchi.

Parij-2024 Olimpiadasida - 32 nafar sportchi, 1 ta oltin Diyora Keldiyorova, 1 ta kumush Svetlana Osipova.[4]

Ushbu natijalar yurtimizda xotin-qizlar sportiga qaratilayotgan e'tibor natijasi bo'lib hisoblanadi va bu yutuqlar Jahon arenalarida O'z sO'zini aytib kelmoqda.

Sog'lom oila, sog'lom ona, sog'lom bola, sog'lom turmush tarzi tushunchalarini anglab yetish o'quv maskanlarida sog'lomlashtirish tadbirlarini tashkil etish, jismoniy tarbiya bilan muntazam shug'ullanishga odatlanish, sog'lom bolani voyaga yetkazishning poydevori desak maqsadga muvofiq bo'ladi. Jismoniy madaniyat umumiy madaniyatning bir qismidir. Shuningdek, insonning jismoniy sifatlarini rivojlantirish, salomatlikni mustahkamlashga yo'naltirilgan ijtimoiy sohalardan biridir. Ma'lumki, jismoniy tarbiya va sport har tomonlama barkamol insonni tarbiyalashda muhim vosita hisoblanadi. Jismoniy mashqlar bilan muntazam shug'ullanish inson organizmini mustahkamlaydi. Ish qobiliyatini o'stiradi, sog'lom hayot tarzidagi ehtiyojini qondiradi. Bu esa uzoq yillar davomida salomatlikni ijobiy bo'lishiga olib keladi. Jismoniy harakat insonning ruhiy faoliyatiga ijobiy ta'sir ko'rsatadi. U salbiy, ruhiy ta'sirlar, aqliy charchashni bartaraf etish vositasi sifatida xizmat qiladi. Jismoniy mashqlar natijasida bola organizimida qon aylanishi yaxshilanadi. Jismoniy tarbiya mashg'ulotlarining kundalik maxsus qirralaridan biri bo'lgan tabiatning sog'lomlashtiruvchi kuchlari va gigienik omillar deganda quyidagilarni tushunishimiz kerak: havo, quyosh nuri, suv jismoniy tarbiya jarayonida tabiatning sog'lomlashtiruvchi kuchlari tarzida tarbiyaning vositasi sifatida foydalaniladi. Hayotiy ehtiyoj, muhit insonni turli sharoitda moddiy ne'mat yaratish, yashashga majbur qiladi. Bu jarayonga o'quvchilarni tayyorlash, ko'nikish hosil qilish muhim ahamiyatga ega. Shuning uchun tabiatning in'omi-havo, suv, quyosh nuri inson ish qobiliyatini oshirish, salomatligini mustahkamlashning asosiy vositasidir.

Oilada bola tarbiyasi uning jismoniy va ma'naviy sog'lom bo'lib yetishishini o'z vaqtida bosqichma-bosqich amalga oshirilib borilishi maqsadga muvofiqdir. Xotin-qizlarni jismoniy tarbiya va sportga yanada kengroq jalb qilinsa oila sog'lom bo'ladi, sog'lom bola dunyoga keladi.

Buning uchun mahalla va xotin-qizlar qo'mitalarining faolligini oshirish, oilalar bilan doimiy ishlashni yanada kuchaytirish lozim.[5]

Xulosa: Mamlakatimiz kelajagi, eng avvalo, o'z Vataniga sodiq, fidoyi va yuksak ma'naviy fazilatlar egasi bo'lgan, zamonaviy fan va texnika yutuqlarini mukammal egallagan, barkamol yoshlarga bog'liq. Bugungi kunda bir qator farmon va qarorlar har bir oilada jismonan va ruhan barkamol farzand tug'ilishi va oilada jismoniy yetuk bo'lib voyaga yetishlariga e'tibor qaratilmoqda. Jismoniy tarbiyani, birinchi navbatda, oiladan boshlash maqsadga muvofiqdir. Oila muhitida jismoniy tarbiya tizimini chuqurlashtirishni yoshlarimiz oila qurmaslaridan oldin anglashlari zarurdir.

References:

1. UNESCO. Gender Equality in Sport: Balancing the Playing Field. Paris, 2020.
2. Hargreaves, J. Sporting Females: Critical Issues in the History and Sociology of Women's Sport. Routledge, 1994.
3. Samadova, X. S. (2022). sog'lom turmush tarzi inson salomatligining asosidir. barqarorlik va yetakchi tadqiqotlar onlayn ilmiy jurnali, 2(9), 198-201.
4. <https://Www.Gazeta.Uz/Oz/2024/08/11/Historical-Olympiad/>
5. "хотин – қизлар спорти: имкониятлар ва истиқболлар" 2018-yil