

JISMONIY TARBIYA VA SPORTNING JAMIYATDAGI O'RNI.

Lutpullayev Bunyod Ismatilayevich

Jizzax davlat pedagogika

universiteti o'qituvchisi

Annotatsiya: Mazkur maqolada sog'lom turmush tarzini shakllantirish, millat genofondini yanada sog'lomlashtirish va barkamol avlodni tarbiyalash borasida amalga oshirilayotgan ishlar hamda mamlakatimizdagi barkamol avlodni shakllantirish bilan bog'liq islohatlar haqida fikr yuritilgan.

Kalit so'zlar: jismoniy tayyorgarlik, sog'lom turmush tarzi, jismoniy tarbiya, sport, jismoniy madaniyat.

РОЛЬ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ И СПОРТА В ОБЩЕСТВЕ.

Лутпуллаев Бунед Исматилаевич

Преподаватель Джизакского государственного

педагогического университета

Аннотация: В данной статье рассматривается работа, проводимая по формированию здорового образа жизни, оздоровлению генофонда нации, воспитанию зрелого поколения, а также реформы, связанные с формированием зрелого поколения в нашей стране.

Ключевые слова: физическая подготовленность, здоровый образ жизни, физическое воспитание, спорт, физическая культура.

THE ROLE OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS IN SOCIETY

Lutpullayev Bunyod Ismatilayevich

Teacher of Jizzakh State Pedagogical University

Abstract: This article discusses the work being done to create a healthy lifestyle, make the nation's gene pool more healthy, and educate a mature generation, as well as reforms related to the formation of a mature generation in our country.

Keywords: physical fitness, healthy lifestyle, physical education, sport, physical culture.

Taraqqiyotning hozirgi bosqichida, jamiyat hayotining barcha jabhalarini sifat jihatidan o'zgartirish sharoitida fuqarolarning muvaffaqiyatli mehnat qilishi uchun zarur bo'lgan jismoniy tayyorgarligiga qo'yiladigan talablar ham ortib bormoqda.

Dunyo jamiyati ilg'or rivojlanish bosqichiga kirdi, unda ijtimoiy-iqtisodiy va siyosiy o'zgarishlar insonparvarlik qadriyatlari va ideallarini o'rnatishga, rivojlangan iqtisodiyot va barqaror demokratik tizimni yaratishga qaratilgan. Bu jarayonda muhim o'rinni insonning o'zi hayoti, uning salomatligi va turmush tarzi bilan bog'liq masalalar egallaydi. Shaxs, jamoa, ijtimoiy guruh, millat hayotining barcha sohalarini birlashtirgan "Sog'lom turmush tarzi" tushunchasi yig'indisidan jismoniy tarbiya va sport eng dolzarb komponent hisoblanadi. Jismoniy tarbiya sohasi jamiyatda ko'plab funksiyalarni bajaradi va aholining barcha yosh guruhlarini qamrab oladi. Sohaning polifunksionalligi shundan dalolat beradiki, jismoniy madaniyat inson shaxsining jismoniy, estetik va axloqiy fazilatlarini rivojlantirish, ijtimoiy foydali faoliyatni, aholining bo'sh vaqtini tashkil etish, kasalliklarning oldini olish, yosh avlodni tarbiyalashdir. Jismoniy madaniyat umuminsoniy madaniyat bilan bir vaqtda vujudga keldi va rivojlandi va uning organik qismidir. U ijtimoiy faol foydali faoliyat orqali shaxsning o'zini o'zi ifoda etishining ba'zi shakllarida muloqot, o'yin va o'yin-kulgiga bo'lgan ijtimoiy ehtiyojlarni qondiradi. Shaxs rivojlanishining uyg'unligi barcha xalqlar tomonidan va hamma davrda qadrlangan. Dastlab "madaniyat" so'zi lotin tilida "o'stirish", "qayta ishlash" degan ma'noni anglatadi. Jamiyat taraqqiyoti sari "madaniyat" tushunchasi yangi mazmun bilan to'ldirildi. Bugungi kunda umumiy insoniy tushunchada bu so'z ham shaxsning ma'lum xususiyatlarini (ta'lim, aniqlik va boshqalar) va inson xatti-harakatlarining shakllarini (odoblilik, o'zini o'zi boshqarish va boshqalar), yoki ijtimoiy, kasbiy va ishlab chiqarish faoliyati (ishlab chiqarish) shakllarini anglatadi. madaniyat, turmush, dam olish va boshqalar). Ilmiy ma'noda "Madaniyat" so'zi ijtimoiy hayotning barcha shakllari, kishilar faoliyat yo'llaridir. Bu, bir tomondan, odamlarning moddiy va ma'naviy faoliyati jarayoni bo'lsa, ikkinchi tomondan, bu ushbu faoliyatning natijalari (mahsulotlari).

Keng ma'noda "Madaniyat" mazmuniga, masalan, falsafa va fan hamda mafkura, huquq, shaxsning har tomonlama rivojlanishi, shaxsning tafakkur darajasi va xarakteri, uning nutqi, qobiliyati va boshqalar kiradi. Demak, "madaniyat" shaxsning ijodiy ijodiy faoliyatidir. "Madaniyat" rivojlanishining madaniy-psixologik jarayonining asosi va mazmuni, eng avvalo, insonning jismoniy va aqliy qobiliyatlarini, uning axloqiy va estetik fazilatlarini rivojlantirishdir. Bundan kelib chiqadiki, jismoniy madaniyat umumiy madaniyatning tarkibiy qismlaridan biri bo'lib, u jamiyatning moddiy va ma'naviy madaniyati bilan bir vaqtda vujudga keladi va rivojlanadi. Jismoniy madaniyat to'rtta asosiy shaklga ega: Muayyan faoliyat uchun jismoniy tarbiya va jismoniy tarbiya (professional-amaliy jismoniy tarbiya); Jismoniy tarbiya yordamida sog'lig'ini yoki yo'qolgan kuchini tiklash - reabilitatsiya; Sport sohasidagi eng yuqori yutuq. Shuni ta'kidlash kerakki, insonning madaniyat darajasi uning bo'sh vaqt kabi ijtimoiy ne'matdan oqilona, to'liq foydalanish qobiliyatida namoyon bo'ladi. Chet elda jismoniy tarbiya va sport barcha darajadagi odamlar salomatligini mustahkamlashning universal mexanizmi, insonning o'zini o'zi anglash, o'zini namoyon qilish va rivojlantirish yo'li, shuningdek, g'ayriijtimoiy hodisalarga qarshi kurash vositasidir. Shuning uchun ham keyingi yillarda zamonaviy madaniyat qadriyatlari tizimida jismoniy tarbiya va sportning o'rni keskin oshdi. Shunday qilib, butun dunyoda jismoniy madaniyatning jamiyatdagi rolini oshirishning barqaror tendensiyasi mavjud bo'lib, u o'zini namoyon qiladi: Jismoniy tarbiya, bu sohadagi tashkil etishning ijtimoiy shakllari va faoliyatini rivojlantirishni qo'llab-quvvatlashda davlatning rolini oshirishda; Kasalliklarning oldini olish va aholi salomatligini mustahkamlashda jismoniy madaniyatdan keng foydalanishda; Odamlarning faol ijodiy uzoq umrini uzaytirishda; Yoshlarning bo'sh vaqtini tashkil etishda va yoshlarning g'ayriijtimoiy xatti-harakatlarining oldini olishda; Talaba yoshlarning axloqiy, estetik va intellektual rivojlanishining muhim tarkibiy qismi sifatida jismoniy tarbiyadan foydalanishda; Mehnatga layoqatli aholini jismoniy tarbiyaga jalb etishda; Nogironlarning, etimlarning ijtimoiy va jismoniy moslashuvida

jismoniy madaniyatdan foydalanishda; Sogʻlom turmush tarzini shakllantirishda jismoniy madaniyatni rivojlantirishda sport koʻrsatuvlari va televideniyaning oʻrni ortib borayotganida; aholining manfaatlari va ehtiyojlarini hisobga olgan holda jismoniy tarbiya, sogʻlomlashtirish va sport infratuzilmasini rivojlantirishda; Sogʻliqni saqlash, fitnes va sport xizmatlari bozorida taklif etilayotgan turli xil shakllar, usullar va vositalarda.

Umuman sogʻlom turmush tarzi, xususan, jismoniy madaniyat kuchli davlat va sogʻlom jamiyat rivojiga xizmat qiluvchi ijtimoiy hodisa, birlashtiruvchi kuch va milliy gʻoyaga aylanib bormoqda. Koʻpgina xorijiy mamlakatlarda jismoniy tarbiya, sogʻlomlashtirish va sport tadbirlari davlat, uning hukumati, jamoat va xususiy tashkilotlar, muassasalar va ijtimoiy institutlarning saʼy-harakatlarini uzviy ravishda birlashtiradi.

Jahon miqyosidagi tendensiya ham zamonaviy madaniyatdagi tub oʻzgarishlarni aks ettiruvchi elita sportiga qiziqishning keskin ortishidir. Globallashuv jarayonlariga zamonaviy sport turlari, ayniqsa, olimpiya sport turlari maʼlum darajada turtki boʻldi. Jismoniy madaniyat - sogʻligʻini saqlash va mustahkamlash, ongli jismoniy faoliyat jarayonida shaxsning psixofizik qobiliyatlarini rivojlantirishga qaratilgan ijtimoiy faoliyat sohasi. Jamiyatda jismoniy madaniyat holatining asosiy koʻrsatkichlari quyidagilardan iborat: odamlarning sogʻligʻi va jismoniy rivojlanishi darajasi va jismoniy madaniyatdan tarbiya va taʼlim sohasida, ishlab chiqarishda va kundalik hayotda foydalanish darajasi. Jamiyatda jismoniy madaniyat holatining koʻrsatkichlari quyidagilardir: Uning rivojlanishining ommaviy xarakteri; Taʼlim va tarbiya sohasida jismoniy madaniyat vositalaridan foydalanish darajasi; Salomatlik darajasi va jismoniy qobiliyatlarning har tomonlama rivojlanishi; Sport yutuqlari darajasi; Kasbiy va davlat jismoniy tarbiya xodimlarining mavjudligi va malaka darajasi; Jismoniy tarbiya va sportni rivojlantirish; Jismoniy tarbiya oldida turgan vazifalar sohasida ommaviy axborot vositalaridan foydalanish darajasi va xarakteri; Fanning holati va rivojlangan jismoniy tarbiya tizimining mavjudligi. Shunday qilib, bularning

barchasi jismoniy madaniyat jamiyat madaniyatining tabiiy qismi ekanligini aniq ko'rsatadi. Hozirgi bosqichda jismoniy madaniyat o'zining o'ziga xosligi tufayli muhim ijtimoiy hodisa sifatida jamiyatning barcha qatlamlarini qamrab olgan, jamiyat hayotining asosiy sohalariga keng ta'sir ko'rsatmoqda.

Jismoniy tarbiya darslarida kishilar nafaqat jismoniy mahorat va malakalarini oshiribgina qolmay, balki kuchli irodali, axloqiy fazilatlarni ham tarbiyalaydilar. Musobaqa va mashg'ulotlar paytida yuzaga keladigan vaziyatlar ishtirokchilarning xarakterini yumshatadi, ularni boshqalarga to'g'ri munosabatda bo'lishga o'rgatadi. Binobarin, jismoniy madaniyat insonning umumiy madaniyati, uning sog'lom turmush tarzining jabhalaridan biri bo'lib, ko'p jihatdan insonning ta'lim, mehnat, kundalik hayot, muloqotdagi xatti-harakatlarini belgilaydi, ijtimoiy-iqtisodiy, ta'lim va sog'liqni saqlash muammolarini hal qilishga yordam beradi. Bular. bu inson yetishtirish jarayonidir. Bu shaxsning imkoniyatlarini ochib berish uchun o'ziga xos vositalar va usullardan foydalanishga imkon beradi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati

1. Goncharov, V.D. Ijtimoiy faoliyat tizimida jismoniy madaniyat / V.D. Goncharov//. - SPb., 1994. - S. 193. 2. Ionin, L.G. Madaniyat sotsiologiyasi / L.G. Ionin//.-Moskva.,2006.-280-bet.
- Morozova E.V. Jismoniy madaniyat shaxsning umumiy madaniyatining ajralmas qismi sifatida / E.V. Morozova // Udmurt universiteti axborotnomasi. - 2003. - 10-son.-P.161.
- Jismoniy madaniyatning ijtimoiy va biologik asoslari: Darslik / Ed. ed. D.N. Davidenko. -Sankt-Peterburg,2001.-S.208.
- Nikolaev Yu.M. Jismoniy madaniyat nazariyasi: funksional, qimmatli, faollik, natijaviy jihatlar / Yu.M. Nikolaev. - Sankt-Peterburg: P.F.Lesgaft nomidagi SPbGAFK,2000.-P.456.
- Ilyinich V.I. Talabaning jismoniy madaniyati / V.I. Ilyinich. - M.: Gardarika, 2008. -B.463.
7. Panachev V.D. Sport va shaxsiyat: sotsiologik tahlil tajribasi / V.D. Panachev //

SOCIS.-2007.-11-son.-B.125-128.