

YANGI O‘ZBEKISTONDA JISMONIY TARBIYANI RIVOJLANTIRISHDA XOTIN-QIZLARNING O‘RNI

Zokirov Ulug‘bek Murodjon o‘g‘li

Chirchiq davlat pedagogika instituti

“Jismoniy madaniyat” kafedrasida o‘qituvchisi

goldman.ulugbek@gmail.com

Ismailova Xilola Botir qizi

Chirchiq davlat pedagogika instituti

“Jismoniy madaniyat” yo‘nalishi 1-bosqich talabasi

ANNOTATSIYA

Ushbu maqolada Yangi O‘zbekistonda jismoniy tarbiya va sportni turli xil yo‘nalishlarini rivojlantirishda xotin-qizlarning tutgan o‘rni haqida muhokamalar va o‘tkazilgan tadqiqotdagi so‘rovnoma natijalari ko‘rib chiqiladi.

***Kalit so‘zlar:** Yangi O‘zbekiston, jismoniy tarbiya, sport turlari, jismoniy tayyorgarlik, trenirovka, xarakat, malaka, ko‘nikma.*

АННОТАЦИЯ

В этой статье будут рассмотрены обсуждения о роли женщин в развитии различных направлений физической культуры и спорта в новом Узбекистане и результаты проведенного опроса.

***Ключевые слова:** Новый Узбекистан, физическое воспитание, спорт, физическая культура, тренировка, движение, квалификация, навыки.*

ABSTRACT

In this article, discussions on the role of women in the development of different directions of physical education and sports in the new Uzbekistan and the results of the survey conducted will be considered.

***Keywords:** New Uzbekistan, physical education, sports, physical culture, training, movement, qualifications, skills.*

KIRISH

Yangi O‘zbekistonda jismoniy tarbiya va sportni turli xil yo‘nalishlarini rivojlantirishda xotin-qizlarning tutgan o‘rni yildan-yilga o‘sib bormokda. Muhtaram prezidentimiz Mirziyoyev Shavkat Miromonovich jismoniy tarbiya va sportni rivojlantirishda nafaqat yoshlarga, xotin-qizlarga ham juda ko‘p imkoniyatlar yaratmoqdalar. 2016 yildan 2022 yilgacha kelib sport va jismoniy tarbiya sohasida juda katta yangiliklar qildilar, xotin-qizlarga ham juda ko‘p imkoniyatlar yaratdilar va

qator qonun farmonlar ishlab chiqildi. 2017-2021 yillarda O‘zbekiston Respublikasini rivojlantirishning beshta ustuvor yo‘nalishi bo‘yicha harakatlar strategiyasini” Yoshlarni qo‘llab-quvvatlash va aholi salomatligini mustahkamlash yili”ni amalga oshirishga davlat dasturiga muvofiq bir qancha ishlar qilindi.

MUHOKAMA VA NATIJALAR

Yangi O‘zbekistonda xotin-qizlarga jismoniy tarbiya va sport sohalarini rivojlantirish uchun prezidentimiz tomonidan ko‘plab qaror va farmonlar qabul qilindi. Buning natijasida ko‘plab xotin va qizlar sportning turli sohalarida muntazam shug‘ullanib kelishmoqda. Prezidentimizning “Xotin-qizlarni qo‘llab-quvvatlash, ularning jamiyat hayotidagi faol ishtirokini ta‘minlash tizimi yanada takomillashtirish chora-tadbirlari to‘g‘risida” 2021 yil 5-martdagi PQ son qaroriga muvofiq:

Xotin-qizlarni har tomonlama qo‘llab-quvvatlash, cog‘liqni saqlash, ayollar sportini rivojlantirish, mehnat va o‘qish sharoitlarini yaxshilash bilan bog‘liq tadbirlarini moliyalashtirishga ko‘maklashish;

2022-2026 yillarga mo‘ljallangan O‘zbekiston Respublikasining “Taraqqiyot strategiyasi” da adolatli ijtimoiy siyosat yuritish, inson kapitalini rivojlantirish “Jismoniy tarbiya va sport” bilan muntazam shug‘ullanadigan fuqarolarning sonini oshirish;

Jismoniy tarbiya va sport bilan muntazam shug‘ullanadigan aholi sonini 2026-yilda 33 foizga chiqarish;

Respublika yoshlari o‘rtasida milliy sport turlarini ommalashtirish;

O‘zbekiston sportining ommaviyligini oshirish maqsadida milliy sport turlari va xalq o‘yinlarini rivojlantirish;

Barpo etiladigan har bir “Yashil hudud”da yugurish, velosipedda harakatlanish uchun “Salomatlik yo‘lkalari“ xamda badminton, stritbol va vorkaut maydonchalarini tashkil etish;

Vazirlik, idora hamda tashkilotlar xodimlarini va aholini sport tadbirlariga jalb qilish, ular o‘rtasida musobaqalar tashkil qilish;

Milliy olimpiada sport o‘yinlarini o‘tkazish dasturini ishlab chiqish va amalga oshirish;

Sport o‘yinlari o‘tkaziladigan sport ob‘ektlari infratuzilmasini yaxshilash va zarur sport inventarlari bilan jihozlash;

Milliy olimpiada o‘yinlarini yuqori darajada tashkil etish hamda g‘olib va sovrindorlarni munosib rag‘batlantirish;

Milliy olimpiada o‘yinlariga tayyorgarlik ishlarining borishini ommaviy axborot vositalari orqali, shu jumladan Internet jahon axborot tarmog‘ida keng yoritishini tashkil etish;

O‘zbekiston davlat jismoniy tarbiya va sport universiteti hamda uning filiallariga qabul ko‘rsatkichlarini oshirish hisobiga faoliyat yuritayotgan oliy ma‘lumotli trenerlarning amaldagi 54 foizlik ulushini 2022 yilda 62 foizga, 2026 yilda 85 foizga oshirish;

O‘zbekiston davlat jismoniy tarbiya va sport universiteti va uning filiallari bitiruvchilarini sport ta‘limi muassasalariga jalb etish;

Xotin-qizlarni qo‘llab-quvvatlash, ularning jamiyat hayotidagi faol ishtirokini ta‘minlash;

Jamiyatda xotin-qizlarga tazyiq va zo‘ravonlikka nisbatan murossasizlik muhitini yaratish, xotin-qizlarning huquqlari va qonuniy manfaatlarini ta‘minlash;

Gender tenglikni ta‘minlash siyosatini davom ettirish, xotin-qizlarning ijtimoiy-siyosiy faolligini oshirish, ularni qo‘llab-quvvatlashga doir islohotlarni amalga oshirish. Xotin-qizlarning ta‘lim va kasbiy ko‘nikmalar olishlari, munosib ish topishlariga har tomonlama ko‘maklashish, tadbirkorligini qo‘llab-quvvatlash, iqtidorli yosh xotin-qizlarni aniqlash va ularning qobiliyatlarini to‘g‘ri yo‘naltirish kabi masalalarni qamrab olgan.

Hududlarda, ayniqsa, qishloqlarda xotin-qizlarga ko‘rsatiladigan tibbiy-ijtimoiy xizmatlar sifatini, ular o‘rtasida sog‘lom turmush tarzini ta‘minlash borasidagi ishlar samaradorligini oshirish.

Turar joyga muhtoj xotin-qizlarni uy-joy bilan ta‘minlash, turmush va mehnat sharoitlarini yaxshilash, daromadlarini ko‘paytirish borasida tizimli chora-tadbirlarni belgilash.

Og‘ir ijtimoiy ahvolga tushib qolgan xotin-qizlarga ijtimoiy-huquqiy, psixologik yordam ko‘rsatish, ularni manzilli qo‘llab-quvvatlash.

«Ayollar daftari» bilan manzilli ishlash, mutasaddi tashkilotlar tomonidan xotin-qizlarning muammolari o‘z vaqtida bartaraf etilishi ustidan jamoatchilik nazoratini amalga oshirish. Bundan tashkari, xotin qizlarni sportni rivojlanishidagi o‘rnini jismoniy tayyorgarlik malakali sportchi xotin-qizlarni tayyorlashda eng muhim poydevor sifatida sport mahoratining samarali shakllanishida beqiyos omil bo‘lib hisoblanadi. Shu bilan bir qatorda ilmiy metodik adabiyotlarning tahliliga ko‘ra, har qanday jismoniy tayyorgarlik jarayoni ham jismoniy sifatning samarali ravishda rivojlanishiga olib kelavermaydi va texnik taktik mahoratining shakllanishiga ijobiy ta‘sir etmasligi mumkin. Ko‘p hollarda sport mahoratiga salbiy ta‘sir etishi ham

ehtimoldan xoli emas. Xotin-qizlar sportini rivojlantirish kelajakda sogʻlom farzandlarni tugʻishiga olib keladi. Zero, farzandlarimizning sogʻlom boʻlishi yurtimizning farovon, gullab yashnashini taʼminlaydi. Chunki, kelajagimiz bu bizning farzandlarimizdir. Natijada osiyo chempionlari jahon chempionlari hamda olimpiyada chimpionlari yetishib chiqmoqda imkoniyatlar va sharoitlar yaratib berilmoqda.

2021-yil 23-yildan boshlangan. Tokio olimpiada oʻyinlarida ham yangi Oʻzbekiston sportchi xotin-qizlari xam qatnashib yaxshi natijalarga erishishdi. Yurtimizga oltin, kumush va bronza medallar bilan kelishdi. Olimpiyada oʻyinlarida Yangi Oʻzbekiston nomidan qatnashgan sportchilar hozirgacha jami 32 ta medallarni qoʻlga kiritishgan. Bularni ichida sportchi ayol va qizlar xam oʻz xissalarini qoʻshishgan. 2020-2021-yildagi Tokio olimpiya oʻyinlarida 30 ta sportchi ayol va qizlar qatnashgan bulardan;

Boks: Rayhona Qodirova (60 kg).

Erkin kurash: Nigora Tursunqulova (67 kg).

Ogʻir atletika: Muattar Nabiyev (55 kg).

Qilichbozlik: (*shpocha ayollar*) Malika Xakimova, (*sabla ayollar*) Zaynab Dayibokova.

Yengil atletika: (*balandlikka sakrash*) Svetlana Radzivil va Saxina Sadullayeva.

Uzunlikka sakrash: Darya Reznigenka.

Uch xatlab sakrash: Roksona Xudoyorova.

Kup kurash: Yekatarina Voronina.

Zyudo: Diyora Keldiyorova (52 kg) va Farangiz Xojiyev (63 kg).

Suzish: (*100 metr bross*) Yulduz Quchqorova.

Kanoeda eshkak eshish: (*S-2500 m*) Dilnoza Raxmotova va Nilufar Zokirova, (*S-1200 m*) Dilnoza Raxmotova. Nilufar Zokirova.

Sport gimnastikasi: Yakkalik dastur; Oksana Chusovitina.

Badiiy gimnastika: (kup kurash) Sabina Tashkenboyeva.

Gurux mashq: Nilufar Shomurodova Kseniya Aleksandrova Dinora Ravshanbekova Sevara Sofayeva va Komola Ernazarova.

Oʻq otish: -10 m -50m. miltiqdan 3 xolatda. Muxtasar Toxirova.

Velosport guruh poygasi ayollar: Olga Zabilinskaya.

Zamonaviy beshkurash: (*yakkalik*) Alise Faxrutdinova.

Bu sportchi ayol va qizlar yangi Oʻzbekistonni sportdagi rivojlanishi uchun qoʻllaridan kelganicha harakat qilishmoqda bularni koʻrgan yoshlar esa ulardan oʻrnak olishi ularga oʻxshab jismoniy tarbiya bilan yoshligidanoq shugʻullanib turli

xil sport turlariga qatnashsalar o'z ustlarida yaxshi ishlasalar albatta bundan yuqori natijalarga erishishi mumkin.

Qadimdan ma'lumki, eramizdan avval ham jismoniy tarbiya bilan ayol va qizlar xam shug'ullanishgan, ya'ni quldorlik qullik davrida qadimgi Yunonistondagi davrlarda qullarni boshqarish uchun ayollar xam jismoniy tarbiya bilan shug'ullanishgan, ya'ni ular sparta tizimida kurash, qilichbozlik, kamonda o'q otish shular bilan shug'ullanishgan. Bundan tashqari, To'marisni ham misol qila olishimiz mumkin u xaqiqiy jangchi mukammal jismoniy sifatlarga boy ayol bo'la olgan. Yurtini tinchligi uchun bor kuch salohiyatini va aql idrokini hamda jismoniy qobiliyatlari yordamida tinchlikni ta'minlab bergan sarkarda ayollardan deb bilamiz. Ajdodlarimmizdan o'tgan jismoniy qobiliyat hozirgacha ayollarimizda namoyon bo'lmoqda. Yillar o'tib jismoniy tarbiyaga ehtiyoj oshib hozirgi kungacha juda xam rivojlanib ketdi bemalol ayol qizlar ham jismoniy tarbiya va sport bilan shug'ullana olishadi. Erkaklardan sabr matonat borasida ancha sabrli ayollarimiz hozirgi kunda kuch jihatdan ham ulardan o'zishmoqda. Og'ir-og'ir toshlarni ko'tara oladigan sportchi qiz ayollarimiz mavjud, bulardan yuqori natijalarga erishgan Muattar Nabiyevni misol qila olishimiz mumkin. Boks bo'yicha esa xam erkaklarga o'xshab jang qila oladigan sportchi ayollarimiz ham bor va yaxshi natijalarni O'zbekistonimizga taqdim etishyapdi bulardan, Rayxona Qodirovani misol qila olamiz. Boshqa sport turlaridan ham tengma-teng erkaklar bilan ayolman nozik xilqatman demay jismoniy tarbiya va sportning qiyin og'ir turlari bilan qatnanashib kelishmoqda. Ular har tomonlama kuchli, abjir, chaqqon chidamkorlik epchillilik xamda sabrli fidokor ayol va qizlar deb bilamiz. Sport bilan shug'ullangan inson hech qachon yomonlik qila olmaydi. Yaxshi inson deb xisoblaymiz.

So'rovnomada 1 ta savol berildi va javoblar tahlil qilindi. So'rovnoma quyidagi savoldan iborat:

Jismoniy mashqlar bilan shug'ullanish xotin-qizlar organizmiga ta'siri bormi va ahamiyati haqida nimalarni bilasiz?

Izoh: Jismoniy madaniyat yo'nalishi xotin-qizlar bo'yicha.

So'rovnomada 28 nafar ishtirokchidan 78 % savolga ijobiy fikr bildirishgan, 22 % loqaydsizlik bilan javob berishgan ya'ni ularda yetarli darajada jismoniy mashqlar bo'yicha nazariy bilim va amaliy ko'nikmani mavjud emasligi aniqlandi.

Albatta jismoniy tarbiya bilan shug'illangan ayol-qizlar bilan shug'ullanmagan ayol qizlani o'rtasida katta farq bor. Sport bilan shug'ullanmay uy ishlari bilan shug'ullansa ham jismoniy mashqlarga kiradi lekin jismoniy tarbiya bilan shug'ullanib o'zini ustida ishlasa u sog'lom va chiniqqan buladi. Yoshligidan

jismoniy tarbiya bilan ya'ni, sport turlariga farzandlarimizni jalb etsak ularni o'sish jarayoniga ham fikrlash jarayoniga ham katta ta'sir etadi. O'zi jismoniy tarbiya – inson organizmining morfologik va funksional jihatdan takomillashishi, uning hayoti uchun zarur bo'lgan zaruriy harakat ko'nikmalari va malakalarini shakllantirishi hamda jismoniy sifatlarni rivojlantirishiga yo'naltirilgan ko'p yillik pedagogik jarayon bo'lib, u nafaqat harakat faoliyatimizga ta'sir kursatmay fikrlash asab tizimlarimizni tiklashga ham ta'siri katta. Nuqsonli bolalarni ham vrach tavsiyasi bilan sport bilan shug'ullanishga tavsiya etadilar bu xammamizga ma'lum foydasi borligi uchun. Shuning uchun xam yoshligidan sport bilan shug'ullanib o'smir yoshga yetib uni davom ettirsa albatta sog'ligida muammo bo'lmaydi va sportga muhabbati oshadi va O'zbekistonimizda sog'lom yoshlar, qizlar hamda ayollar ko'payadi va albatta yangi chempionlar. Sog'lom ayol – yurt kelajagi deganday katta axamiyati bor . Shuning uchun albatta ayollar sport bilan shug'ullanishi shart deb o'ylayman. Bizda ham sportchi qizlar yoshligidan sport bilan shug'ullangan qizlar juda ko'p. Ko'p muvaffaqiyatlarga erishgan chempionlar ko'p ular sportga o'zi qiziqishi bilan ayrimlari esa onalari otalari orqali sportga kirib kelgan va hozirda ular ota-onalaridan juda xam minnatdorlar. Shuning uchun ota-onani ham farzandni to'g'ri yo'lda yurishiga katta hissasi bor. Biz ayollar bunga e'tiborli bo'lsak yurtimizda chempionlar ko'payadi.

XULOSA

Shunday qilib, sport bo'yicha erishilgan yutuqlarda albatta Yangi O'zbekistonimiz yuqori reytinglarga yanada ko'tariladi. O'zbek ayollari judayam serkirrali bo'lishadi nafakat uy ishlari bola tarbiyasi o'zlarini sevimli ishlari bilan ham shug'ullanishadi shunga qo'shib jismoniy tarbiya va sport bilan shug'ullanishsa hamma ayollar xam sog'lom baquvvat bo'lishgan bo'lar edi. Ayrim ayollar bunday emas berilayotgan imkoniyatlardan sharoitlardan oqilona foydalana olmaydi. Foydalana ololgan ayollar esa jismoniy kamolotga erishgan inson bo'lib rivojlanadi va jismoniy sog'lom onadan sog'lom zurriyodlar dunyoga keladi. Jismoniy sog'lom inson esa sog'lom fikrlaydi.

REFERENCES

1. Мирджамалова Н.З. Жамиятда хотин-қизлар спортининг ривожда жисмоний тайёргарлик ва унинг урни\\ Oriental Art and Culture\\Scientfic – Methodical Journal.
2. Ulugbek Zokirov. Individual Features Of Development Of Information And Communicative Competence In Masters Of Higher Pedagogical Education. The

American Journal of Social Science and Education Innovations. № 3 (3), 486-491. (2021). <https://usajournalshub.com/index.php/tajssei/article/view/2423/2314>

3. Зокиров У.М. “Совершенствование тренировочного процесса студентов факультета физической культуры специализирующихся в спортивной борьбе” маг. Диссертация ФерГУ 2020 г. 25,26,27,28.

4. Зокиров У.М., Каримов Т.Р. “Умумий ўрта таълим мактаб ўқувчиларини жисмоний тарбия дарсларида миллий ҳаракатли ўйинларни бажариш орқали жисмоний тайёргарлигини ривожлантириш”. The Journal Of Academic Research In Educational Sciences. № 2 (4), 1166-1171. (2021).

5. Зокиров У.М., Курбанова П.С. “Олий таълим муассасалари талабаларида соғлом турмуш тарзини ривожлантириш”. The journal of academic research in educational sciences. № 2 (5), 150-155. (2021).

6. Хонкелдиев Ш.Х., Закиров У.М., Меликузиев А.А. Эффективность разработанной методики повышения физической подготовленности юных борцов вольного стиля. Наука сегодня вызовы и решения материалы международной научно-практической конференции. №1(1), 164-168. 2020.

7. Зокиров У.М. “Индивидуализация технико-тактической подготовки борцов курашистов при моделировании соревновательной деятельности”. Мамлакатимиз олий таълим тизимида жисмоний маданият таълимини модернизациялаш стратегияси муаммолари ва таълим мазмунининг янги моделлари мавзусидаги республика илмий-амалий анжуман материаллари 2019. 82-85.

8. Ханкелдиев Ш., Зокиров У. Оздоровительная направленность занятий физической культурой в сельских общеобразовательных школах в республике узбекистан. Наука сегодня реальность и перспективы. №1 (1), 113-114. 2019.

9. Ҳаракатлар стратегияси.

10. Тараққиёт стратегияси.

11. www.olympic.uz

12. www.ziyonet.uz

13. www.lex.uz