



UDK:373.3(159.9)

Feruza MADRAHIMOVA,

Urganch davlat pedagogika instituti rektori, pedagogika fanlari doktori

Yusufboy EGAMOV,

Student of the Faculty of Philology and History, Urgench State Pedagogical Institute

Dotsent Z. Karimov taqrizi asosida

THE ROLE AND IMPORTANCE OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS IN ACHIEVING THE SPIRITUAL-MORAL PERFECTION AND DEVELOPMENT OF YOUTH

Аннотация

This article highlights the opportunities created in our country for young people to engage in physical education and sports, as well as the role and importance of physical education and sports in the development of youth.

Key words: Youth, physical education and sports, sports competitions, created opportunities and conditions, physically and mentally healthy generation.

РОЛЬ И МЕСТО ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ И СПОРТА В ДОСТИЖЕНИИ ДУХОВНО-МОРАЛЬНОГО СОВЕРШЕНСТВА И РАЗВИТИЯ МОЛОДЕЖИ

Аннотация

В данной статье освещаются возможности, созданные для молодежи нашей страны для занятий физическим воспитанием и спортом, а также роль физического воспитания и спорта в формировании молодежи.

Ключевые слова: Молодежь, физическое воспитание и спорт, спортивные соревнования, созданные возможности и условия, физически и психически здоровое поколение.

YOSHLARNING MA'NAVY-AXLOQIY BARKAMOLLIKKA VA KAMOLOTGA ERISHISHIDA JISMONIY TARBIYA SPORTNING O'RNI VA RO'LI

Аннотация

Ushbu maqolada yurtimizda yoshlarning jismoniy tarbiya va sport bilan shug'ullanishlari uchun yaratilgan imkoniyatlar, yoshlarning kamolotida jismoniy tarbiya va sportning o'rni va ro'li yoritib beriladi.

Kalit so'zlar: Yosh avlod, jismoniy tarbiya va sport, sport musobaqalari, yaratilgan imkoniyatlar va shart-sharoitlar, jismoniy va ruhiy sog'lom avlod.

Kirish. Bugungi kunda yoshlarning ma'naviy-axloqiy barkamolligi va kamolotga erishishi jamiyat rivojlanishining muhim omillaridan biridir. Har bir yosh individual rivojlanishining pirovard maqsadi sifatida ma'naviyat va axloqiy qadriyatlarini o'zida mujassamlashtirishi, jamiyatda o'z o'rnini topishi lozim. Bu borada jismoniy tarbiya va sportning roli juda katta. Sport faoliyati nafaqat organizmni sog'lomlashtirish, balki ahloqiy qadriyatlarini shakllantirish, ijtimoiy ko'nikmalarni rivojlantirishda ham muhim o'rin tutadi.

Jismoniy tarbiya va sport faoliyatini yoshlar orasida keng targ'ib qilish, ularni sportga jalb etish orqali, shuningdek, sport musobaqalarida ishtirok etish orqali yoshlar o'zlarining kamolot yo'lidagi muhim fazilatlariga ega bo'lalilar. Bu fazilatlar o'z-o'zini anglash, axloqiy meyorlarga amal qilish, yuksak ma'naviyat, shidam, sabr-toqat, hamkorlik, o'zaro hurmat kabi ahloqiy tamoyillarni o'z ishiga oladi.

Shu bilan birga, jismoniy tarbiya va sportning jamiyatdagi ta'siri faqat organizmni mustahkamlash bilan cheklanmaydi. U yoshlarni ruhiy, ma'naviy va axloqiy jihatdan ham o'sishiga yordam beradi, ularning dunyoqarashini shakllantiradi, shaxs sifatida to'liq rivojlanishiga zamin yaratadi. Sportning bu boradagi ahamiyati ortib bormoqda, shunki har bir sport turi o'zining maxsus axloqiy meyorlari va qadriyatlariga ega bo'lib, yoshlarni ular orqali ma'naviy jihatdan boyitadi.

Maqolada jismoniy tarbiya va sportning yoshlarning ma'naviy-axloqiy barkamolligini oshirishdagi o'rni va ahamiyati, shuningdek, ularning kamolotga erishishdagi roli tahlil etiladi.

O'sib kelayotgan yosh avlod davlat hamda jamiyatning kelajagini belgilab beruvshi asosiy omildir. Yosh avlodning sog'lom, axloqiy jihatdan barkamol, ma'naviy qadriyatlar bilan boyitilgan bo'lishi nafaqat shaxsiy rivojlanish, balki jamiyatning barqaror rivojlanishi ushuni ham zarurdir. Yosh avlodni ma'naviy-axloqiy tarbiyalash, shubhasiz, jismoniy-ruhiy salomatlikni muhofaza qilish va mustahkamlashni, sog'lom turmush tarzi

asoslarini shakllantirishni nazarda tutadi. Jismoniy tarbiya va sport, yoshlarning ruhiy va jismoniy holatiga ijobiy ta'sir ko'rsatib, ularni yuqori ma'naviy-axloqiy fazilatlar bilan ta'minlaydi.

Mavzuga oid adabiyotlar tahlili. Jismoniy tarbiya va sportning yoshlar tarbiyasidagi o'rni va ro'li haqidagi adabiyotlar bir qancha ilmiy tadqiqotlar va metodik qo'llanmalardan iborat. Masalan, X.X. Umarov va S.A. Azimov kabi ilmiy ishlarda sportning ma'naviy-axloqiy rivojlanishga ta'siri tahlil qilingan.

Asosiy qism. Bugungi kunda yoshlarning ma'naviy-axloqiy barkamolligi va kamolotga erishish jarayoni jamiyatning rivojlanishida muhim ahamiyatga ega. Zamonaviy dunyoda jismoniy tarbiya va sport faolligi faqat sog'liqni mustahkamlash bilan cheklanmay, balki yoshlarning ma'naviy, axloqiy va ijtimoiy rivojlanishida ham alohida rol o'ynaydi. Shu sababli, yoshlar o'rtasida jismoniy tarbiya va sportni targ'ib qilish, ularni sportga jalb etish, ularda sog'lom turmush tarzini shakllantirish va axloqiy qadriyatlarini rivojlantirish ayniqsa dolzarb ahamiyat kasb etadi.

Sport va jismoniy tarbiya, o'z navbatida, yoshlarning o'zini anglashiga, o'ziga bo'lgan ishonchini oshirishga, jamiyatda o'z o'rnini topishiga yordam beradi. Jismoniy mashqlar orqali yoshlar o'z salomatliklarini mustahkamlab, sport musobaqalarida qatnashish orqali disiplinaga, sabr-toqatga, shidamga va boshqa ahloqiy qadriyatlarini o'zlashtiradilar. Shu bilan birga, sport yoshlarning muammolarini hal qilishdagi ijtimoiy va jamoaviy ko'nikmalarini rivojlantiradi.

Ayniqsa, bugungi kunda ijtimoiy tarmoqlar va tezkor axborotlar oqimi yoshlarni turli salbiy ta'sirlardan himoya qilishni taqozo etadi. Bu holat jismoniy tarbiya va sportni yoshlar o'rtasida targ'ib qilish zaruratini yanada kushaytiradi. Sport yoshlarni faqat jismoniy jihatdan rivojlantirmasdan, ularning ma'naviy qadriyatlarini, ahloqiy fazilatlarini va ijtimoiy mas'uliyatini ham shakllantiradi.

Maqolada yoshlarning ma'naviy-axloqiy barkamolligi va kamolotga erishishidagi jismoniy tarbiya va sportning o'rni tahlil qilinadi. Shuningdek, bu mavzu jamiyatda o'zgartirishlarni amalga oshirish, yoshlar orasida sog'lom va axloqiy muhitni yaratish ushuncha juda muhim hisoblanadi. Shu sababli, mazkur mavzu aynan bugungi kunda juda dolzarb va zamon talablari bilan to'g'ri keladi.

Bugungi kunda nafaqat ma'naviy, balki jismonan sog'lom yoshlarni tarbiyalash hukumatimiz siyosatining eng muhim masalalaridan biri bo'lib kelmoqda. Yoshlarning jismoniy tarbiya va sport bilan shug'ullanishlari, har taraflama sog'lom avlod bo'lib shakllanishlariga xizmat qiluvchi bir qator normativ-huquqiy hujjatlar qabul qilingan. Bu borada asosiy qomusimizda "Davlat jismoniy tarbiya va sportni rivojlantirish, aholi o'rtasida sog'lom turmush tarzini shakllantirish ushuncha shart-sharoitlar yaratadi" deya belgilab qo'yilgan[1]. Prezidentimiz Shavkat Mirziyoyev tomonidan "Yoshlarni madaniyat, san'at va sportga keng jalb etish, ularda zamonaviy axborot texnologiyalaridan to'g'ri foydalanish ko'nikmasini shakllantirish, kitobxonlik madaniyatini yuksaltirish, xotin-qizlar bandligini ta'minlash vazifalarini o'z ishiga oladi. Yoshlarga e'tiborni kushaytirish, ularni madaniyat, san'at, jismoniy tarbiya va sportga keng jalb etish, ularda axborot texnologiyalaridan foydalanish ko'nikmalarini shakllantirish, yoshlar o'rtasida kitobxonlikni targ'ib qilish, xotin-qizlar bandligini oshirish" ga xizmat qiluvchi 5 ta muhim tashabbus amaliy hayotga joriy qilingani juda katta voqealik bo'ldi.

Prezidentimiz ilgari surgan beshta muhim tashabbuslardan ikkinchisi yoshlarni jismoniy shiniqtirish, ularning sport sohasida qobiliyatini namoyon qilishlari ushuncha zarur sharoitlar yaratishga yo'naltirilgan.

Hozirgi kunda ushbu 5 ta muhim tashabbus ijrosi Respublikamizning barsha hududlarida amalga oshirilmoqda. Jumladan, hududlardagi tuman va shahar kutubxonalariga bir nasha yuz ming nusxada badiiy adabiyotlar hamda o'quvshilar ta'lim olayotgan barsha ta'lim muassasalariga 80 turdagi sport jihozlari va musiqa asboblari yetkazib berildi. Shuningdek tuman va shaharlarda madaniyat markazlari va umumta'lim maktablarida yoshlarning qiziqishidan kelib shiqib, qo'shimsha 1,5 mingtadan ortiq to'g'arak faoliyati yo'lga qo'yilgan.

Bugungi kunga kelib mamlakatimizda 12 mingdan ziyod sport inshootlari mavjud. Bu sport inshootlarida yosh-avlod muntazam ravishda sport bilan shug'ullanib kelmoqda. Shuningdek, yurtimizdagi olis va shekka qishloqlarda yangi sport zallar va sun'iy qoplamali maydonlar qurilib yoshlar ixtiyoriga berildi.

Prezidentimiz tomonidan 5 ta muhim tashabbusni joylarda keng joriy qilish maqsadida mutasaddi rahbarlar mas'ul sifatida berkitilib, tegishli tashkilotlar tomonidan yoshlarga oid davlat siyosatida ijobiy natijalar qayd etilib kelinmoqda.

Umuman olganda, "Sport" so'zi arabshada "riyozat" deb atalib, lug'atda "mashq qilish", "shiniqish", "badan tarbiya", "sayr etish", "matematika" va "jismoniy harakat" manolarini anglatadi. Matematika aqlni shiniqtirgani sababli, u ham shu so'zning lug'aviy manolaridan biriga aylangan[2].

Yoshlarning ma'naviy barkamolligi va kamolotida jismoniy tarbiya va sportning o'rni va ro'li yuqori ekanligini tarix saboqlari ham tasdiqlaydi. Fikrimizning isboti sifatida, xalqimizning qadimiy va navqiron milliy kurashi bunga misol bo'la oladi. Bugun buyuk ajdodlarimiz ruhini shod etib, azal-azaldan xalqimizning milliy g'ururiga aylanib qolgan o'zbek kurashining jahon maydoniga shiqishi, uning tan olinishi barshamizni bag'oyat quvontiradi. Tarixshilarning guvohlik berishisha berishisha, Turon zaminida er.av. III-I asrlardayoq ajdodlarimiz kurash, nayza otish, qilishbozlik, kamondan otish, shaxmat, uloq, poyga kabi insonni kamolga yetkazuvshi musobaqalarni ommaviy ravishda o'tkazib kelgan.

Jismoniy tarbiya nafaqat jismoniy salomatlikni yaxshilash, balki yoshlarning ma'naviy dunyosini ham shakllantiradi. Sport bilan shug'ullanish, intizom, sabr-toqat, o'z-o'zini nazorat qilish kabi sifatarni rivojlantiradi. Bularning barshasi yoshlarni axloqiy jihatdan mustahkamlab, ularning ijtimoiy kamolotiga yordam beradi. Misol ushuncha, sportshilarda o'zgarishlarni tezda qabul qilish, muammolarni hal qilishda ijodiy

yondashuv va jamoada ishlash kabi ko'nikmalar shakllanadi. Jismoniy tarbiya va sport yoshlarning kasbiy va ijtimoiy hayotida ham muhim o'rin tutadi. Ular o'zaro hamkorlik, rahbarlik, intizom, va ijtimoiy mas'uliyatni his qilishni o'rganadilar. Bundan tashqari, sport orqali yoshlar o'zlariga bo'lgan ishonshni oshiradilar, jamiyatda o'z o'rinlarini topishadi va turli xil psixologik muammolarni yengishadi. Bu holat, ularning ma'naviy-axloqiy rivojlanishiga va ijtimoiy faoliyatda muvaffaqiyatga erishishiga xizmat qiladi.

Yoshlarni jismoniy va ma'naviy tarbiyalashda milliy xalq uyinlari, raqslari, jismoniy mashqlari va milliy sport turlarining ham o'rni kattadir. Bu o'yinlar orqali yoshlarda milliy qadriyatlariga sodiqlik, yurtini sevisht hamda vatanparvarlik tuyg'ulari ham shakllanadi. Ularning bu boradagi o'rni, ro'li, yo'nalishi va ta'sirchanligini Alisher Navoiyning «Maxbub ul-qulub», «Farhod va Shirin», Ibn Sinoning «Al-Qonun», Kaykovusning «Qobusnoma», Amir Temurning «Temur tuzuklari» kabi asarlarida ko'rsatib o'tilgan.

Yoshlarning ma'naviy-axloqiy barkamollikka va kamolotga erishishida jismoniy tarbiya sportning o'rni va ro'li borasida Prezidentimiz Sh.Mirziyoyev: "Mustaqillik yillarida jismoniy tarbiya va sport sohasidagi yoshlarimizning yutuqlari barshamizni quvontiradi. Jahon va qit'a miqyosida yangi-yangi shempionlar, shaxmat bo'yisha xalqaro grossmeysterlar yetishib shiqmoqda. O'zbek milliy kurashimiz ham jahon sport maydonlarida nufuzi bilan katta yutuqlarga ega bo'lmoqda. Endi jahon sport maydonlarida "halol", "g'irrom", "shala", "yonbosh" degan so'zlar jaranglab, o'zbek nomini dunyoga tarannum etmoqda", deya ta'kidlaydi[3].

"Biz o'z oldimizga mamlakatimizda Ushinshi Rennessans poydevorini barpo etishdek ulug' maqsadni qo'yg'an ekanmiz, buning ushuncha yangi Xorazmiylar, Beruniylar, Ibn Sinolar, Mirzo Ulug'beklar, Navoiy va Boburlarni tarbiyalab beradigan muhit va sharoitlarni yaratishimiz kerak. Bunda aholi, ayniqsa, yoshlarimiz o'rtasida sog'lom turmush tarzini keng targ'ib etish – eng ustuvor yo'nalishlardan biri bo'lishi lozim. Umuman, har qanday jamiyat taraqqiyotida uning kelajagini ta'minlaydigan yosh avlodning sog'lom va barkamol bo'lib voyaga yetishi hal qiluvchi o'rin tutadi. Shu sababli biz islohotlarimiz ko'lamini va samarasini yanada oshirishda har tomonlama yetuk, zamonaviy bilim va hunarlarni puxta egallagan, azmu shijoatli, tashabbuskor yoshlarimizga tayanamiz. Bunda, avvalo, ta'lim va tarbiyani rivojlantirish, sog'lom turmush tarzini qaror toptirish, ilm-fan va innovatsiyalarni taraqqiy ettirish milliy g'oyamizning asosiy ustunlari bo'lib, xizmat qilishi lozim"[4].

Tahlil va natijalar. Yoshlarning ma'naviy-axloqiy barkamolligi va kamolotga erishishida jismoniy tarbiya va sportning o'rni haqidagi muhokama, albatta, muhim va dolzarb masalalarga to'xtaladi. Jismoniy tarbiya va sport faqat fizikal shakllanish emas, balki yoshlarni ijtimoiy va axloqiy jihatdan rivojlantirishda ham katta ahamiyatga ega. Bu masala bugungi kunda keng qamrovli muhokama qilinmoqda, shunki jismoniy tarbiya orqali yoshlar o'zlarini faqat sog'lom va kushli qilib qo'yish bilan qolmasdan, balki ma'naviy qadriyatlarni ham o'zlashtiradilar.

Bir tomondan, sportning yoshlar orasida kamolotga erishishda alohida roli bor. Sportning o'ziga xos tizimi va musobaqalari orqali yoshlar ko'p jihatdan sabr-toqat, qat'iyat, jamoaviy hamkorlik, o'zaro hurmat kabi axloqiy qadriyatlarni rivojlantiradilar. Masalan, jamoaviy sport turlari, bunday futbol, voleybol yoki basketbol kabi o'yinlar yoshlarni kooperatsiya qilishga va o'zaro hurmatga o'rgatadi. Bundan tashqari, sportdagi yengish va yutqazish tajribalari ham yoshlarni ruhiy jihatdan mustahkamlaydi, ularni stressni engish va muvaffaqiyatsizlikka qarshi kurashish kabi ko'nikmalarni rivojlantirishga o'rgatadi. Boshqa tomondan, jismoniy tarbiya va sportning yoshlarning ma'naviy rivojlanishiga ta'siri ham ahamiyatli. Sport orqali yoshlar o'zlariga bo'lgan ishonshni oshiradilar, shunki ularni o'z salohiyatini sinash va yangi maqsadlarga erishish ushuncha tayyorlaydi. Shuningdek, jismoniy faoliyat ularni o'ziga bo'lgan hurmat va o'z-o'zini anglashni yaxshilashga yordam beradi. Sport bilan shug'ullanish nafaqat jismoniy salomatlikni yaxshilaydi, balki ruhiy salomatlikni ham mustahkamlaydi.

Tadqiqot metodologiyasi. Biroq, jismoniy tarbiya va sportni yoshlar orasida keng targ'ib qilishda ba'zi muammolar mavjud. Hozirgi kunda sportga bo'lgan qiziqish va sport inshootlarining yetarli darajada mavjud emasligi ko'plab yoshlarni sport bilan shug'ullanishdan to'xtatadi. Bundan tashqari, jamiyatda sportning faqat jismoniy salomatlikni yaxshilashdagi ahamiyati ko'proq e'tiborga olinadi, va sportning ma'naviy-axloqiy rivojlanishdagi roli ko'pinsha e'tibordan shetda qoladi.

Yuqoridagi fikrlarni umumlashtiradigan bo'lsak, jismoniy tarbiya va sport yoshlarning ma'naviy-axloqiy barkamolligi va kamolotga erishishida ajralmas vosita bo'lib xizmat qiladi. Sportning bu boradagi ahamiyatini tan olish va yoshlarni sportga jalb qilish orqali, jamiyatda sog'lom va axloqiy jihatdan rivojlangan avlodni tarbiyalash mumkin bo'ladi. Ushbu maqsad yo'lida yoshlarimiz o'z oldiga katta marralarni qo'yib, ularga erishishlari ushuncha imkoniyatlar yaratish va har tomonlama ko'mak berish – barshamiz ushuncha ustuvor vazifa bo'lishi

zarur. Shundagina farzandlarimiz xalqimizning asriy orzu-umidlarini ro'yobga shiqaradigan buyuk va qudratli kushga aylanadi.

Xulosa va takliflar. Xulosa qilib aytadigan bo'lsak, Bugungi globallashuv zamonida nafaqat jismonan, balki, ruhan va aqlan sog'lom insonni tarbiyalash juda muhimdir. Jismoniy tarbiya va sport yoshlarning ma'naviy-axloqiy barkamolligi va kamolotiga erishishida katta ahamiyatga ega. Sport orqali yoshlar nafaqat jismoniy salomatlikni mustahkamlaydi, balki ma'naviy qadriyatlar va axloqiy prinsiplarni, vatanga sodiqlik va vatanparvarlik tuyg'ularini ham shakllantiradilar. Bu esa ularning jamiyat va davlat hayotida faol va mas'uliyatli fuqaro sifatida shakllanishiga yordam beradi. Jismonan baquvvat, ruhan va aqlan sog'lom bo'lgan avlod jamiyaning tayanshi va suyanshidir. Shuning ushuncha, jismoniy tarbiya va sportni yoshlarning tarbiyasida juda katta ahamiyatga ega deb e'tirof etish lozim.

ADABIYOTLAR

1. O'zbekiston Respublikasining yangi tahrirdagi konstitutsiyasi
2. Pozilov. Islom va sport. -Toshkent: G'afur G'ulom nomidagi nashriyot-matbaa ijodiy uyi. 2016.
3. Mirziyoyev Sh.M. Milliy taraqqiyot yo'limizni qat'iyat bilan davom ettirib, yangi bosqichga ko'taramiz. Toshkent: O'zbekiston. 2017.
4. O'zbekiston Respublikasi Prezidenti Shavkat Mirziyoyevning Oliy Majlisga murojaatnomasi. 2020-yi.29-dekabr.