Xidirov Alibek Atabekovich
O‘zRMV Toshkent Harbiy okrugi xodimi
Tel: +9988890044282

YOSHLAR O‘RTASIDA QO‘L JANGI MASHG‘ULOTI ORQALI VATAN PARVARLIK TUYG‘USINI SHAKILLANTIRISH YO‘LLARI

DOI: https://doi.org/10.5281/zenodo.11211068

Annotatsiya. Mazkur tezisda yoshlar o‘rtasida qo‘l jangi mashg‘uloti orqali vatan parvarlik tuyg‘usini shakillantirish yo‘llari haqida nazariy ma’lumoylar bayon etilgan.

Kalit so‘zlar: Tayyorgarlik, sifatlar, takomillashtirish, mashq, harakatli o‘yinlar.

Mamlakatimiz rahbari tashabbusi bilan jismoniy tarbiya va sport sohani rivojlantirishga oid qabul qilingan qator farmon va qarorlarda belgilangan vazifalarni aksariyati, ommaviy sport faoliyatini tizimli va samarali tashkil qilish va barcha ijtimoiy qatlamlarini, ayniqsa bolalar, o‘smirlar va yoshlarni ommaviy ravishda jismoniy faollikka jalb qilishga, bu borada tegishli infratuzilma va boshqa zarur ilmiy-amaliy shart-sharoitlarni yaratishga hamda mazkur harakatlar negizida olimpiya va milliy sport turlarini rivojlantirishga alohida e’tibor qaratilmoqda.

Bunga misol qilib O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining 2018-yil 5-martdagi PF-5368-son “Jismoniy tarbiya va sport sohasida davlat boshqaruvi tizimini tubdan takomillashtirish chora-tadbirlari to‘g‘risida”gi farmoni Vazirlar Mahkamasining 2020-yil 4-martdagi 122-son “Sport turlari bo‘yicha terma jamoalar tarkibiga sportchilarni saralab olish tizimini yanada takomillashtirish chora-tadbirlari to‘g‘risida”gi qarorlar va O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining Sh. Mirziyoev tomonidan 2021-yil 5-noyabrdagi “O‘zbekiston Respublikasida 2024-yil Parij shahrida (Fransiya) bo‘lib o‘tadigan XXXIII yozgi Olimpiya va XVII-Paralimpiya o‘yinlari dasturlariga kiritilgan sport turlaridan kelib chiqib sport turlarini yanada takomillashtirish va ommalashtirish to‘g‘risida”gi PQ – 5279 - sonli farmonini ko‘rsatish mumkin va boshqa bu sohaga tegishli me’yoriy-huquqiy hujjatlarda aks etgan vazifalarni amalga oshirishga ushbu tadqiqoti muayyan darajada xizmat qiladi. Albatta oxirgi yillarda Qo‘l jangi bo‘yicha Milliy chempionatlar obro‘si va darajasini oshirish bo‘yicha ishlar etarlicha olib borilmayotganligi, yuqori malakali va sport zahiralari tayyorgarligini tashkil etish va mazmuniga etarli darajada ahamiyat berilmayotganligi ko‘p bor bayon etilgan. O‘quv-mashg‘ulot jarayoni va viloyatlarda bolalar-o‘smirlar jamolalari orasida musobaqalarni past darajada tashkil etish, alohida hududlarda jismoniy tarbiya va sport bo‘limlari ishining yaxshi yo‘lga qo‘yilmaganligi bilan bog‘liqdir. Bunday kamchiliklar belgilangan, davlat darajasidagi yuqorida bayon etilgan xujjatlar, Qo‘l jangi rivoji uchun imkoniyat yaratmoqda.

Qo‘l jangi sport turi bilan shug‘ullanishda, barcha jismoniy sifatlarni rivojlanishi kuzatiladi. Organizmni turli organ va tizimlari faoliyati Qo‘l jangi sport turi bilan shug‘ullanishda yaxshilanadi va rivojlanadi. Shuning uchunyurtimiz aholisini sog‘lom turmush tarzini shakllantirishda, Qo‘l jangi sport turi hozirgi kunda asosiy omillardan hisoblanadi.

Bundan tashqari, Qo‘l jangi bo‘yicha yuqori malakali mutaxassislarni tayyorlashda, amaliy va nazariy bilim, ko‘nikma va malakalarni berishdagi asosiy hisoblanadi.

Jismoniy tarbiya darslari: - maktabda jismoniy tarbiya va ta’limning asosiy shakli. Ularning miqdori tayanch o‘quv jismoniy rejasida haftasiga 2 o‘quv soati hisobidan belgilangan. Xalq ta’limi vazirligining 2010-yil mart oyidagi qaroriga ko‘ra belgilangan

2 soatlik dars o‘quvchilar jismoniy mashqlariga bo‘lgan ehtiyojini faqat 9-10% qondrilishini hisobga olib, maktab soatlari hisobidan 3 soatdan 5 soatgacha ko‘paytirishni ham belgilab qo‘ygan.

Harakat faoliyatining darsdan tashqari shakllari:

Jismoniy mashg‘ulotlarning sinfdan tashqari shakllari:

Sport to‘garaklari, o‘quvchilar qiziqishiga qarab ochilgan to‘garaklar va boshqalar.

Umummaktab tadibirlari, bayramlar, sport turlari bo‘yicha musobaqalar, spartakiadalar, viktorinalar va boshqalar.

Mustaqil mashg‘ulotlar: ko‘pincha uy vazifalarini bajarish tarzida, bolalar va o‘smirlar sport maktabi sport sho‘’balaridagi mashg‘ulotlar. Safarlar, o‘yinlar va boshqalar. Mashg‘ulotlarning barcha shakllari haftasiga boshlang‘ich sinf o‘quvchilari uchun 8-10 soat, 5-9 sinf o‘quvchilari uchun 10-12 soat harakat tartibini ta’minlab berish kerak. elgilangan hajm o‘quvchilarning ko‘rsatilgan guruhlari uchun yetarli darajada zarur va minimal darajada majburiydir. Nosog‘lom, jismoniy rivojlanish va tayyorgarlik past darajali o‘quvchilar uchun maxsus (individual-differensial) rejim o‘rganiladi. O‘quvchilarning jismoniy tayyorgarligi darajasini belgilovchi bilim ko‘nikma malakalar.

Umumiy xulosa shundaki, jismoniy tarbiya darslaridagi harakatli o‘yinlarda aqliy va jismoniy tarbiya jarayonlari qo‘shib olib borilishi, ularning tarbiyaviy jihatlarini ko‘zda tutish lozimdir. Buning uchun o‘qituvchilar va mutaxassis xodimlar harakatli o‘yinlarning mazmunlariga jiddiy e’tibor berishlari, o‘tiladigan joy va kerakli asbob-uskunalardan ehtiyotkorlik bilan, maqsadli foydalanishlariga to‘g‘ri keladi. Harakatli o‘yinlarda ijtimoiy mehnat tarbiyasi “Mehnat-mehnatdan unar”, “Mehnat mehnatning tagi rohat”, “Mehnat qilsang rizqing butun bo‘ladi”, kabi maqollar behisob ko‘p. Chunki, mehnatsiz turmush-o‘g‘irlik, vahshiylikni keltirib chiqaradi. Shu boisdan ham insonlar bolalikdan boshlab mehnatga o‘rgatishga alohida e’tibor berib kelingan.

Xulosa qilib aytganda qadimgi ajdodlarimiz va keyingi avlodlarimiz ham mehnat jarayonlarini har xil harakatli o‘yinlarda aks ettirgan. Bu o‘yinlarning mazmunida mehnat turlari ifoda etilib, shug‘ullanuvchilarning jismoniy rivojlanishdagi eng muhim bo‘lgan sifat belgilari ifodalanadi. Shu asosda o‘quvchi-yoshlarning salomatliligi, qiziqishi va jinsiga qarab o‘yinlarni tanlash lozim. Kasb-hunar yo‘lidagi o‘quvchilarga moslashtirib, ixtisoslikka qaratilgan harakatli o‘yinlarni ham saralash maqsadga muvofiqdir.

Foydalanilgan adabiyotlar ro‘yxati

1. O‘zbekiston Respublikasi Vazirlar Mahkamasining 2020-yil 4-martdagi 122-son “Sport turlari bo‘yicha terma jamoalar tarkibiga sportchilarni saralab olish tizimini yanada takomillashtirish chora-tadbirlari to‘g‘risida”gi qarorlar. Mabuot.uz

2. Программа развития децко-юносҳеского волейбола в Восточно-Казахстанской области на 2016-2020 годы.- Усть-Каменогорск. - 2016.- 94с.

3. Шарафеева А.Б. Физическая подготовка волейболистов. Методические рекомендации. - Томск. - 2008. -54 с.

4. Холодов Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта: учеб. пособие для студ. всч. учеб. заведений / Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов. - 5е изд., стер. М.: Издательский центр «Академия», 2007 С. 32-51.

5. Шомуратов А. А. Методика подготовки юных волейболистов в современных условиях // Молодой ученый. -2015. - №13. - С. 760-763.