

## ТАЛАБА-ЁШЛАРДА СПОРТ-СОҒЛОМЛАШТИРИШ ИШЛАРИГА ҚИЗИҚИШНИ ТАРБИЯЛАШ

Шомирзаева Н.Х.ЖДПИ. ўқитувчиси

Республикамизда ўсиб келаётган ёш авлодни жисмоний тарбиялаш ва спорт тайёргарлигини ошириш учун улкан имкониятлар яратилган. Бу имкониятлардан ҳозирги пайтда зарур даражада фойдаланилаёпти дейиш қийин. Кузатишларга қараганда оммавий спорт-соғломлаштириш ишларига талабаларнинг 18-24% гача бўлган қисми қамраб олинган. Олий спорт маҳоратига эга бўлган талабалар эса умум талабалар сонининг 3-4% га тўғри келади. Замонавий талаба-ёшларда спорт-соғломлаштириш ишларига қизиқишни тарбиялаш ўзига хос хусусиятларга эга. Бу биринчи навбатда уларнинг саломатлиги билан боғлиқ бўлсада, талабаларнинг аксарият қисми соғлиқни сақлаш мақсадида эмас, балки кучни ошириш, ўзини кўрсатиш каби мақсадларда шуғулланишади. Талаба-ёшларни жисмоний тарбия ва спорт тайёргарлигига қизиқишни тарбиялаш таълим ва тарбия жараёни самарадорлигини оширишда энг муҳим бўлган педагогик ва психологик талабдир. Қизиқиш энг аввало маълум бир соҳанинг аҳамиятига жиддий эътибор беришдир. Агар шу икки воқеликка астойдил киришилса ва фаолиятларда учрайдиган мураккаб амаллар ҳамда салбий томонларга бардош, чидам берилса қўйилган мақсадларга етишиш осон бўлади. Бундай жараёнлар спортда кўпроқ намоён бўлади. Масалан: спортчи нуфузли спорт мусобақаларига тайёргарлик, иштирок этиш ва талабаларга эришишда оғир ва мураккаб меҳнатни бошидан кечиради.

Педагогик кузатишлар, тажрибали ўқитувчи ва мураббийлар ҳамда истеъдодли спортчилар билан олиб борилган мулоқотлар, суҳбатларнинг натижасига асосланилса, маълум бўладиган қизиқиш ва эътиқод масалалари бирдан пайдо бўлмайди ва машғулотлар жараёнида у ёки бу томонга ўзгариб кетиши мумкин. Шу сабабдан спорт турларига бўлган қизиқиш ва эътиқод узоқ муддатли тарбиявий жараён ҳисобланади. Ўтказилган анкета саволларига кўра, талаба-ёшларни спортга қизиқишига болалигидаги турли сабабларни кўрсатиш мумкин. Масалан:

1. Энг кичик ёшлигимда (1-3) отам, акам ва бошқалар тўп тепиш, баландликдан сакраб тушиш, осилиш, нарвонлардан чиқиш, умбалоқ ошиш ва шунга ўхшаш ўйинмашқларни ўргатган (20%).

2. Боғчада ва кички пайтлар, дам олиш кунлари кўча-ҳовлида катта ёшдаги болаларнинг тўп тепиши, бир-бири билан олишиши (кураш), қувлашиши, дарахтлар ва ўйин майдонларидаги мосламаларда чиқиш,

осилиб тебраниш, осилиб афдарилиш ва яна кўп машқларни бажарганликлари менда ҳам қизиқиш уйғотар эди (31%).

3. Бошланғич синфлардаги жисмоний тарбия дарсларидаги ўйинлар, югуриш, сакраш, осилиб чиқиш каби турли машқларни яхши бажарганим учун ўқитувчи мактарди. Шу асосда менда спортга қизиқиш кучайди (22%).

4. Телевизордаги спорт намоёишлари спортга бўлган ҳавас ва қизиқишимни тобора ошириб борди (67%).

5. Спортга қизиқишимни билган ота-онам, жисмоний тарбия ўқитувчиси спорт тўғарагида шуғулланишимни тавсия этишган (33%).

6. Ўз ихтиёрим ва ҳохишим билан спортни (футбол – 32%, кураш – 51%, югуриш–17%, бокс–10%) танлаб, мактаб тўғарагида, кейин эса спорт мактабида шуғулланишни бошладим.

7. Спорт тўғараклари ва спорт мактабларидаги машғулотларнинг оғирлиги спортга бўлган қизиқишимни (футбол–15%, кураш–25%, бокс–30%, енгил атлетика–11%) сусайтирди, шу сабабдан бошқа спорт турига ўтиш (33%) ва умуман машғулотлардан воз кечишга (33%) тўғри келган. Аммо мураббийларнинг қийинчиликсиз натижаларга эришиш мумкин эмаслигини тушунтиргач яна севган спорт турини (32 %) ёки мураббий таклиф этган спорт тури (30%) билан шуғулланишни давом эттирдим.

Бундай ҳолатлар ҳар бир спорт мактабида ва аксарият кўпчилик болалар ва ўсмирларда содир бўлиши табиий бир ҳолдир.

БЎСМда шуғулланувчи ВИИИ-ИХ синф ўқувчилари спорт бўйича анча маҳоратга эришган ва шаҳар, вилоят, Республика ва ҳатто халқаро турнирларда иштирок этишга муяссар бўлишган.

Нуфузли спорт мусобақалари ва халқаро турнирларда (кураш, шарқона якка беллашувлар, бадий гимнастика ва ҳ.к) ғолиб чиққан ва совриндорлар билан ўтказилган суҳбатларнинг натижалари ҳам муаммонинг қанчалик долзарб эканлигини исбот этади, яъни:

- болаларда спортга бўлган қизиқиш ва энг аввало ўзида бўлган ишонч, қобилият (футбол–32%, кураш–27%, бокс–17%, бошқа сабаблар 24%) бўлиши лозим. Буни оилада (33%), боғчада (12%), бошланғич синфларда (21%) ва кейинчалик спорт тўғаракларида (66%) сезиш, тарбиялаш лозим бўлади;

- спортга қизиқишни уйғотиш ва севган спорти билан астойдил шуғулланиши учун оила, мактаб ва спорт мактабларида тегишли кийимлар, жиҳозлар, буюмлар, асбоб-ускуналар билан етарли даражада таъминлаш лозим бўлади (100 %);

- аҳоли истиқомат жойлари, боғчалар ва мактабларда болаларнинг эркин равишда ўйнашлари, шуғулланиш майдонлари, тегишли стандарт ва

ностандарт асбоб-ускуналар, жиҳозлар бўлиши лозим. Дам олиш кунлари ва байрамларда оммавий шуғулланиш ва спорт мусобақалари ташкил қилиниши болаларда астойдил қизиқиш ва севган ўйин-машқларига эътиқод кучайишига сабаб бўлади (66%);

- болаларни спорт билан шуғулланишга қизиқтиришда оилада биргаликда (ота-она ёки ака-укалар, опа-сингиллар) эрталаб ва бўш вақтларда (дам олиш кунлари) бадан тарбия машқлари, футбол, бадминтон, теннис ўйнаш, сувда суз-иш, тоғларга саёҳат, стадион, сув ҳавзаси, спорт мажмуаларидаги машғулотлар, нуфузли спорт мусобақаларини томоша қилиш зарурдир;

- спорт турлари бўйича суратли (расм-фото) плакатлар, ўқув кўлланимлари бўлиши, телевизор ва компютерларда спорт мусобақаларини кўриб бориш муҳим аҳамиятга эга (33 %);

Бу фикр-мулоҳазаларнинг ўқувчи-ёшлар томонидан изҳор этилиши муҳим аҳамиятга эгадир, яъни кўпчилик ёш спортчилар таълим-тарбиянинг моҳиятларини яхши билишади.

Спортга бўлган кучли эътиқод ҳис-туйғулар асосан терма жамоаларнинг аъзоларида кучли бўлади ва шаҳар, туман, вилоят, республика шарафи учун курашларда синовдан ўтади.

Демак, болаликдан спортга қизиқишни тарбияламаса, кейинги талабалик йилларида уни қизиқтириш анча мушкул кечади. Шунга қарамаздан ҳозирда талабалар ўртасида спортга қизиқиш кескин кўтарилди. Бунга спортчиларимизнинг 2016 йилда Бразилиянинг Рио-де Жанейро шаҳридаги улкан ғалабалари сабаб бўлди. Шундай экан, талаба-ёшлар ўртасида спортчиларимизнинг Рио-де Жанейродаги ютуқларини тарғибот қилиш муҳим аҳамият касб этади. Бунинг учун кўплаб учрашувлар ташкил қилиш керак.

Булардан ташқари кейинги йиллардаги соҳа бўйича қабул қилинаётган ҳужжатларда спортчи касби ва уни ижтимоий ҳимоялаш масалалари кенг муҳокама қилинмоқда. Бу талаба-ёшларни келгусида спортчи касбини эгаллаб, моддий ҳолатини яхшилашга сабаб бўладиган кучли омиллардан бирига айланиб бориши мумкин. Албатта, спортга қизиқиш моддий қизиқиш билан уйғунлашиб кетса, мол-дунё орқасидан қувиб, саломатликни сақлаш эмас, балки уни йўқотиш билан боғлиқ ҳодисаларга ҳам олиб келиши мумкинлигини спортчи ҳам мураббий ҳам ҳеч қачон эсдан чиқармаслиги керак.

## Адабиётлар руйхати

1. Shomirzayeva, N. (2021). БАРКАМОЛ ШАХСНИ ТАРБИЯЛАШДА ЖИСМОНИЙ ТАРБИЯ ВА СПОРТНИ ЎРНИ. *Мактабгача таълим журнали*.
  2. Shomirzayeva, N. (2021). ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВ ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ СПОРТИВНОГО ТУРИЗМА: ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ СПОРТИВНОГО ТУРИЗМА. *Мактабгача таълим журнали*.
  3. Shomirzayeva, N. (2021). Yoshlarni turzmga qiziqtirish. Yoshlarni turzmga qiziqtirish.: Yoshlarni turzmga qiziqtirish. *Мактабгача таълим журнали*.
  4. Shomirzayeva, N. (2021). О‘QUVCHILARNING JISMONIY TAYYORGARLIGINI OSHIRISHDA TO‘GARAK MASHG‘ULOTLARINING O‘RNI . *Мактабгача таълим журнали*, 4(Preschool education journal). Retrieved from <https://preedu.jspi.uz/index.php/preedu/article/view/4547>
  5. Shomirzayeva, N. (2021). ТУРИСТСКАЯ ДЕСТИНАЦИЯ КАК ФУНДАМЕНТ ФОРМИРОВАНИЯ КЛАСТЕРА В СФЕРЕ ТУРИЗМА. *Мактабгача таълим журнали*, 4(Preschool education journal). Retrieved from <https://preedu.jspi.uz/index.php/preedu/article/view/4478>
  6. Shomirzayeva, N. (2021). Jismoniy tarbiyada suzish va uning turlari . *Мактабгача таълим журнали*, 4(Preschool education journal). Retrieved from <https://preedu.jspi.uz/index.php/preedu/article/view/4549>
  7. Shomirzayeva, N. (2021). О‘QUVCHILARNING JISMONIY TAYYORGARLIGINI OSHIRISHDA TO‘GARAK MASHG‘ULOTLARINING O‘RNI . *Мактабгача таълим журнали*, 4(Preschool education journal). Retrieved from <https://preedu.jspi.uz/index.php/preedu/article/view/4547>
  8. Shomirzayeva, N. (2021). Yoshlarni turzmga qiziqtirish. Yoshlarni turzmga qiziqtirish. : Yoshlarni turzmga qiziqtirish . *Мактабгача таълим журнали*, 1(1). Retrieved from <https://preedu.jspi.uz/index.php/preedu/article/view/27864>
  9. Shomirzayeva, N. (2021). БАРКАМОЛ ШАХСНИ ТАРБИЯЛАШДА ЖИСМОНИЙ ТАРБИЯ ВА СПОРТНИ ЎРНИ. *Мактабгача таълим журнали*, 1(1). Retrieved from <https://preedu.jspi.uz/index.php/preedu/article/view/3055>
- Shomirzayeva, N. (2021). ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВ ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ СПОРТИВНОГО ТУРИЗМА: ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ СПОРТИВНОГО ТУРИЗМА. *Мактабгача таълим журнали*, 1(1). Retrieved from <https://preedu.jspi.uz/index.php/preedu/article/view/2748>