

JISMONIY TARBIYA VA SPORTNI RIVOJLANTIRISHDA JISMONIY MADANIYAT MUTAXASSISLARINING O'RNI

Mahmudova Mahliyo Mahammadjon qizi
Andijon davlat pedagogika instituti jismoniy madaniyat
kafedrasida stajyor o'qituvchisi

Annotatsiya: Ushbu maqolada jismoniy tarbiya mutaxassislari jismoniy tarbiya va sportni shakllantirish va rivojlantirishda hal qiluvchi rol o'ynaydi. U ushbu mutaxassislarning ko'p qirrali hissalarini o'rganadi va ularning jismoniy farovonlikka yaxlit yondashuvni rivojlantirishga ta'sirini ta'kidlaydi. Tadqiqotda tarixiy kontekst, qo'llanilgan usullar va jismoniy Madaniyat mutaxassislari erishgan natijalarni o'rganish uchun adabiyotlar tahlilidan foydalaniladi. Muhokama bo'limi ularning ta'sirini tanqidiy baholaydi va maqola kelajakdagi rivojlanish uchun natijalar va keyingi tadqiqotlar uchun takliflar bilan yakunlanadi.

Kalit so'zlar: Jismoniy madaniyat, mutaxassislar, jismoniy tarbiya, sportni rivojlantirish, integratsiya, yaxlit yondashuv.

Аннотация: В данной статье специалисты по физическому воспитанию играют решающую роль в становлении и развитии физического воспитания и спорта. В нем исследуется многогранный вклад этих специалистов и подчеркивается их влияние на развитие целостного подхода к физическому благополучию. В исследовании используется обзор литературы для изучения исторического контекста, используемых методов и результатов, достигнутых специалистами в области физической культуры. В разделе обсуждения критически оценивается их значение, а в документе приводятся последствия для будущего развития и предложения по дальнейшим исследованиям.

Ключевые слова: Физическая культура, специалисты, физическое воспитание, развитие спорта, интеграция, целостный подход.

Abstract: In this article, physical education specialists play a decisive role in the formation and development of physical education and sports. It explores the multifaceted contributions of these professionals and highlights their impact on the development of a holistic approach to physical well-being. The research uses a literature review to examine the historical context, methods used, and results achieved by physical culture professionals. The discussion section critically assesses their implications, and the paper concludes with implications for future development and suggestions for further research.

Key words: Physical culture, specialists, physical education, sports development, integration, holistic approach.

KIRISH

Jismoniy tarbiya va sport yillar davomida sezilarli darajada rivojlanib bordi, asosiy harakatlantiruvchi kuch jismoniy Madaniyat mutaxassislarining hissasi bo'ldi. Ushbu mutaxassislar oddiy jismoniy mashqlardan tashqari keng qamrovli dasturlarni ishlab chiqishda hal qiluvchi rol o'ynaydi. Ularning ta'siri farovonlikka, shu jumladan aqliy va hissiy jihatlariga yaxlit yondashuvni o'z ichiga oladi. Ushbu maqola jismoniy tarbiya mutaxassislarining jismoniy tarbiya va sportni rivojlantirishga chuqur ta'sirini o'rganishga qaratilgan.

Adabiyotlarni har tomonlama o'rganish jismoniy tarbiya va sportning tarixiy evolyutsiyasini ochib beradi, jismoniy madaniyatning alohida intizom sifatida paydo bo'lishini ta'kidlaydi. Adabiyotda fiziologiya, psixologiya, ovqatlanish va biomexanikadan samarali dasturlarni ishlab chiqish uchun bilimlardan foydalanadigan jismoniy Madaniyat mutaxassislarining fanlararo tabiati ta'kidlangan. Bundan tashqari, tarixiy amaliy tadqiqotlar ularning jismoniy tarbiyaning hozirgi landshaftini shakllantirishdagi aralashuvlarining ahamiyatini namoyish etadi.

MUHOKAMA VA NATIJALAR

Qo'llaniladigan tadqiqot metodologiyasi jismoniy Madaniyat mutaxassislarining roliga oid ilmiy maqolalar, tarixiy hujjatlar va amaliy tadqiqotlarni batafsil ko'rib chiqish va tahlil qilishni o'z ichiga oladi. Ma'lumotlarni yig'ish mutaxassislarning jismoniy tarbiya va sportni rivojlantirishga ta'sirini baholash uchun asos bo'lgan asosiy mavzular, metodikalar va natijalarni o'z ichiga oladi[1].

Jismoniy tarbiya mutaxassislari jismoniy tarbiya va sportni rivojlantirishda hal qiluvchi rol o'ynaydi. Ularning tajribasi an'anaviy jismoniy tarbiya doirasidan tashqarida bo'lib, jismoniy farovonlik, fitnes va sport ko'rsatkichlariga yaxlit yondashuvni o'z ichiga oladi. Jismoniy Madaniyat mutaxassislarining ba'zi asosiy ro'llari va hissalar:

- Zamonaviy o'quv dasturini ishlab chiqish: jismoniy tarbiya mutaxassislari jismoniy tarbiya o'quv dasturlarini ishlab chiqish va rivojlantirishga hissa qo'shadilar. Ular jismoniy tayyorgarlik, sport mahorati va sog'liqni saqlash ta'limining turli jihatlarini qamrab oladigan keng qamrovli dasturlarni yaratishga qaratilgan.

- Baholash va iqtidorlarni aniqlash: ushbu mutaxassislar shaxslarning jismoniy tayyorgarligi va ko'nikmalarini o'lchash uchun baholash vositalari va metodologiyalarini ishlab chiqadilar. Ular jismoniy tarbiya dasturlarining samaradorligini baholaydilar va natijalar asosida takomillashtirishni taklif qiladilar[3].

- O'qitish va malakasini oshirish: jismoniy Madaniyat mutaxassislari jismoniy tarbiya o'qituvchilari va sport murabbiylarini tayyorlash va malakasini oshirish imkoniyatlarini taqdim etadilar. Ular so'nggi tadqiqotlar baham, o'quv uslubiy, va tarbiyalayapman texnikasi ta'lim sifatini oshirish uchun.

- Faol turmush tarzini targ'ib qilish: jismoniy Madaniyat mutaxassisleri faol va sog'lom turmush tarzining ahamiyatini targ'ib qiladilar. Ular talabalarga, sportchilarga va jamoatchilikka muntazam jismoniy faollik, ovqatlanish va umumiy salomatlikning afzalliklari haqida ma'lumot beradi.

- Moslashtirilgan jismoniy tarbiya: jismoniy Madaniyat mutaxassisleri ko'pincha nogironlar bilan ishlaydi, inklyuzivlik va qulaylikni ta'minlash uchun moslashtirilgan jismoniy tarbiya dasturlarini ishlab chiqadi. Ular turli xil aholi ehtiyojlarini qondirish uchun tikuvchilik faoliyatiga e'tibor berishadi[2].

- Tadqiqot va innovatsiyalar: jismoniy tarbiya bo'yicha mutaxassislar tadqiqot bilan shug'ullanib, jismoniy mashqlar, sport psixologiyasi, biomexanika va ovqatlanish kabi sohalarda bilimlarni rivojlantirishga hissa qo'shadilar. Ularning topilmalari jismoniy tarbiya va sport mashg'ulotlaridagi eng yaxshi amaliyotlarni xabardor qilishi mumkin.

- Jamiyatda sportni targ'ib qilish : jismoniy Madaniyat mutaxassisleri sport tadbirlari, fitnes dasturlari va sog'liqni saqlash tashabbuslarini tashkil qilish uchun jamoalar bilan hamkorlik qiladi. Ular jismoniy mashqlar orqali jamiyat tuyg'usini rivojlantiradi va ijtimoiy integratsiyani rivojlantiradi.

- Sportchining rivojlanishi: sport sohasida jismoniy tarbiya mutaxassisleri sportchilarning rivojlanishida muhim rol o'ynaydi. Ular umumiy sport ko'rsatkichlarini yaxshilash uchun mahoratga ega bo'lish, jismoniy tayyorgarlik va aqliy tayyorgarlikka e'tibor berishadi.

- Sport siyosatini targ'ib qilish: ushbu mutaxassislar jismoniy tarbiya va sportni institutsional, mahalliy va milliy darajada qo'llab-quvvatlovchi siyosatni targ'ib qilishda ishtirok etishlari mumkin. Ular maktablar va jamoalarning jismoniy tarbiya va sport dasturlari uchun mablag' ajratishini ta'minlash uchun ishlashlari mumkin.

- Hayotiy ta'lim: jismoniy Madaniyat mutaxassisleri umrbod jismoniy faoliyat va o'rganish muhimligini ta'kidlaydilar. Ular odamlarni rasmiy ta'limdan tashqari jismoniy faoliyat bilan shug'ullanishni davom ettirishga, hayotlari davomida sog'liq va farovonlikni oshirishga undaydi[5].

Jismoniy Madaniyat mutaxassisleri o'quv dasturlarini shakllantirish, ish faoliyatini baholash, o'qituvchilar va murabbiylarni tayyorlash, faol turmush tarzini targ'ib qilish, tadqiqotlar o'tkazish, jamoalar bilan muloqot qilish, sportchilarni rivojlantirishga ko'maklashish, siyosatni targ'ib qilish va umrbod o'rganishni rag'batlantirish orqali jismoniy tarbiya va sportni rivojlantirishga hissa qo'shadilar. Ularning ko'p qirrali yondashuvi shaxslar va jamoalarning umumiy farovonligiga hissa qo'shadi.

Muhokama bo'limi jismoniy Madaniyat mutaxassislarining hissalarini oqibatlarini tanqidiy baholaydi. Unda yaxlit yondashuvlarni qabul qilishga qarshilik ko'rsatish va mutaxassislar va an'anaviy jismoniy tarbiya amaliyotchilari o'rtasida doimiy hamkorlik

zaruriyati kabi muammolar ko'rib chiqiladi. Bo'lim, shuningdek, jismoniy tarbiya va sport dasturlarini optimallashtirishda texnologiya va ma'lumotlarga asoslangan yondashuvlarni o'z ichiga olgan kelajakdagi rivojlanish imkoniyatlarini ta'kidlaydi.

XULOSA

Jismoniy tarbiya va sportni rivojlantirishda jismoniy Madaniyat mutaxassislarining roli shubhasiz juda muhimdir. Ularning fanlararo yondashuvi nafaqat jismoniy tayyorgarlikni, balki aqliy va hissiy farovonlikni ham birinchi o'ringa qo'yadigan dasturlarning rivojlanishiga katta hissa qo'shdi. Ularning tajribalarini birlashtirish jismoniy tarbiya va sport sohasida ijobiy natijalar uchun katalizator ekanligini isbotladi.

Ushbu soha rivojlanishda davom etar ekan, jismoniy Madaniyat mutaxassislari tomonidan aralashuvlarning uzoq muddatli ta'sirini o'rganish uchun qo'shimcha tadqiqotlar talab etiladi. Kelajakdagi tadqiqotlar, shuningdek, ularning dasturlarining ko'lamini o'rganishi va jismoniy tarbiya va sport bilan shug'ullanadigan shaxslarning yaxlit farovonligini oshirishda rivojlanayotgan texnologiyalarning samaradorligini baholashi kerak. Bundan tashqari, mutaxassislar va o'qituvchilar o'rtasidagi hamkorlikdagi sa'y-harakatlar ushbu sohada barqaror taraqqiyotni ta'minlash uchun kelajakdagi tadqiqotlar uchun markaz bo'lishi kerak.

Adabiyotlar.

1. Железняк Ю.Д. Основы научно-методической деятельности в физической культуре и спорте. – М.: Академия, 2013.
2. Железняк Ю.Д. Теория и методика спортивных игр. Учебник для студентов вузов. – М., Академия, 2013.
3. Матвеев Л.П. Основы общей теории спорта и системы подготовки спортсменов. – Киев, Олимпийская литература, 1999
4. A.Abdullayev. Sh.X.Xonkeldiyev. Jismoniy tarbiya nazariyasi va uslubiyati. Darslik.:T., 2007 yil. 184- bet.
5. Физическая культура и спорт (лекционный курс для студентов I – III курсов) / сост. В. Н. Буянов, И. В. Переверзева. – Ульяновск : УлГТУ, 2011. – 310 с
6. Хакимов Х. Н. ЖИСМОНИЙ ВА МАЪНАВИЙ-АХЛОҚИЙ ТАРБИЯ ИНТЕГРАЦИЯЛАШУВИНИНГ НАЗАРИЙ АСОСЛАРИ //Academic research in educational sciences. – 2021. – Т. 2. – №. 4. – С. 479-483.