

ЎЗБЕКИСТОН РЕСПУБЛИКАСИ ОЛИЙ ВА ЎРТА МАХСУС
ТАЪЛИМ ВАЗИРЛИГИ

ГУЛИСТОН ДАВЛАТ УНИВЕРСИТЕТИ

ЖИСМОНИЙ ТАРБИЯ ВА СПОРТ КАФЕДРАСИ

КУРС ИШИ

Мавзу: “Сирдарё вилояти шароитида хотин-қизлар спортини
ривожлантиришнинг истиқболли йўллари”

Бажарди:

Ҳамраева М.Қ.

Раҳбар:

Исматова Ў

Гулистон-2014

КИРИШ

Мавзунинг долзарблиги: Президентимиз И.Каримов жорий йилнинг 10 март куни Оқ саройда Ўзбекистон Болалар спортини ривожлантириш жамғармаси Ҳомийлик Кенгашининг навбатдаги йиғилишида спорт навқирон авлоднинг ҳар томонлама баркамол, бардам-бақувват, ҳурфиқр инсон бўлиб етишишида, оилада, жамиятда соғлом муҳит қарор топишида, мамлакатимизнинг ҳалқаро майдондаги нуфузининг янада юксалишида беқиёс аҳамиятга эга эканини алоҳида таъкидлади.

Юртимизда спортни ривожлантириш, аҳоли ўртасида соғлом турмуш тарзини тарғиб қилиш, айниқса ўсиб келаётган ёш авлодни, хотин-қизларни жисмоний тарбия ва спортга кенг жалб этиш, ёш спортчиларни ҳар томонлама қўллаб-қувватлаш давлатимиз сиёсатининг устивор йўналишларидандир.

Мамлакатимизнинг барча ҳудудларида, жумладан, чекка қишлоқларида ҳам замонавий спорт мажмуалари бунёд этишга, аҳоли орасида жисмоний тарбия ва спорт кўламини янада оширишга, айниқса, хотин-қизларни жалб этиш, машғулотлар жараёни учун юқори малакали аёл кадрлар тайёрлашга катта эътибор қаратилмоқда.

Хотин-қизларни, айниқса, қишлоқ жойлардаги қизларни спорт билан шуғулланишга фаол жалб этиш учун зарур шарт-шароитларни яратиш, болалар спорт объектларида болалар ва ўқувчи-ёшлар билан ишлаш учун аёллар орасида юқори малакали, профессионал тайёрланган устоз-кадрларни кенг жалб этиш, уларнинг меҳнатини

моддий рағбатлантиришни кучайтириш мақсадида 2010 йил 1 апрел куни Ўзбекистон Республикаси Президентининг “Қишлоқ жойларидаги болалар спорт объектларида банд бўлган аёл спорт устозлари меҳнатини рағбатлантириш чора-тадбирлари тўғрисида” ги Қарори қабул қилинди. Ушбу ҳужжат мамлакатда хотин-қизлар спортини янада ривожлантириш учун дастуриламал бўлиб хизмат қилиши шубҳасиздир.

Сирдарё вилоятида ҳам ушбу қарорнинг ижросини таъминлаш мақсадида қатор тадбирлар амалга оширилмоқда. Президентимизнинг 2010 йил 5 майда қабул қилинган “Болалар спорт объектларидан фойдаланиш самарадорлигини ошириш борасидаги қўшимча чора-тадбирлар тўғрисида” ги қарори асосида Вилоятда мазкур йўналишда амалга оширилаётган ишлар янада такомиллаштирилмоқда.

Вилоятдаги “Ёшлик” марказий стадиони ёнида Болалар спортини ривожлантириш жамғармаси ҳомийлигида бадий гимнастика зали фойдаланишга топширилди. Ҳомийлар томонидан 120.000.000 сўмдан ортиқ маблағ эвазига ушбу бино қурилди ва жиҳозланди. Бугунги кунда бу ерда Гулистонлик 200 га яқин 5 ёшдан 16 ёшгача бўлган қизлар машғулотларда иштирок этмоқдалар.

Шунингдек, Сирдарё туманининг Охунбобоев номидаги жамоа хўжалиги ҳудудидаги 15-умумтаълим мактабида ҳам 120 ўринли бадий гимнастика зали фойдаланишга топширилди.

Бугунги кунда Сирдарё вилоятини шаҳар ва туманларидаги 12 та мактабгача таълим муассасаси ва 12 та умумтаълим мактаби бадий гимнастика бўйича таянч-таълим муассасалари этиб белгиланган.

Вилоятда аёл мураббийларни янада кўпайтириш ва уларнинг малакасини ошириш мақсадида таянч олий ўқув юртлари билан ўзаро ҳамкорлик шартномалари йўлга қўйилган. Юқоридаги фикрларнинг барчаси мавзунинг долзарблигини белгилайди.

Ишнинг мақсади: Вилоятда жисмоний тарбия ва спорт билан мунтазам шуғулланувчи хотин-қизлар контингентини ўрганиш ва уларнинг кўламини кенгайтириш йўл-йўриқларини аниқлаш.

Тадқиқотнинг олдига қуйидаги вазифалар қўйилди:

1. Республикада хотин-қизлар спортини ривожлантиришга қаратилаётган эътиборни ўрганиш.
2. Сирдарё вилоятида хотин-қизлар спортини ривожлантиришнинг самарали йўллари аниқлаш.
3. Вилоятда хотин-қизлар спортини ривожлантиришга оид услубий тавсиялар ишлаб чиқиш.

Тадқиқот объекти: Дарс ва дарсдан ташқари машғулотлар жараёнида хотин-қизлар билан олиб борилаётган жисмоний тарбия ва спорт машғулотлари жараёни.

Тадқиқотнинг предмети: Вилоятда хотин-қизлар спортини ривожлантиришнинг самарали йўллари.

Тадқиқотнинг илмий янгилиги: Сирдарё вилоятида хотин-қизлар спортини ривожлантириш бўйича ҳукумат қарорларининг бажарилиши кўлами ва унинг самарадорлигини ошириш йўл-йўриқлари ўрганилди.

Тадқиқотнинг амалий аҳамияти. Танланган муаммо бўйича олиб борилган шахсий илмий тадқиқот натижаларидан Вилоятда хотин-

қизлар спортини ривожлантириш борасида услубчилар,
мураббийлар фойдаланишлари мумкин.

I БОБ. АЁЛЛАРНИНГ ФАН ВА СПОРТДАГИ ЎРНИ

1.1. Аёллар, болалар ва оилавий спортни ривожлантириш-аҳоли саломатлигининг ишончли ва самарали омили

Буюк олим, таъбат оламининг султони Абу Али ибн Сино “Дунёда ҳеч бир нарса инсон саломатлигига жисмоний ҳаракатдек ижобий таъсир эта олмайди” деган эди.

Миллат генафондини тозалиги ва соғлиғини таъминлаш мақсадида Ўзбекистон Республикаси Президентининг “Ўзбекистон болалар спортини ривожлантириш жамғармасини тузиш тўғрисида”ги Фармони ва Вазирлар Маҳкамасининг шу фармонни бажариш бўйича қабул қилинган қарори ҳамда “Болалар спортини ривожлантириш” жамғармаси васийлик Кенгашининг йиғилиш қарорларида белгиланган вазифаларни амалга ошириш учун Ўзбекистон Хотин-қизлар кўмитаси ва унинг жойлардаги бўлимлари томонидан Хотин-қизларни оммавий равишда спортга жалб этиш тизимини яратиш, ўтказилаётган спорт мусобақаларида қизлар иштирокини таъминлаш ва уларнинг фаоллигини ошириш борасида бир қатор ижобий ишларни амалга оширди.

Жумладан маҳаллаларда, мактабгача таълим муассасаларида ва бошқа соҳа вакиллари орасида тарғибот-ташвиқот ишларининг жадал олиб борилиши натижасида жисмоний тарбия ва спорт билан шуғулланаётган ҳамда спорт тадбирларида иштирок этаётган хотин-қизлар сони 2006 йилда 7.5 млн.га етди, бу кўрсаткич 2005 йилда 7 млн.ни ташкил этган.

Қизларимизни спорт ва жисмоний тарбияга кенгроқ жалб этиш эвазига жорий йилнинг 24 март куни Германияда ўтказилган сузиш спорт тури бўйича ёшлар ўртасидаги халқаро мусобақанинг Андижон шаҳрида 1994 йилида туғилган Мафтунабону Тўхтасинова 4 та олтин медал соҳиби бўлди.

Хотин-қизларни оммавий равишда спортга жалб этиш тизимини яратиш мақсадида Ўзбекистон Хотин-қизлар Қўмитаси ташаббуси билан Ўзбекистон Республикаси Олий ва ўрта махсус таълим вазирлиги, Ўрта махсус ва касб-хунар таълими Маркази, Халқ таълими вазирлиги билан ҳамкорликда тузилган Қўшма Қарорлар ва 2006 йилга мўлжалланган чора-тадбирлар режасига биноан мактабгача тарбия муассаса тарбияланувчилари ўртасида илк мартаба “Омад кубоги” спорт мусобақасида республикамизнинг 796 нафар қизлари иштирок этди.

Шунингдек, 2128317 нафар ўрта таълим мактаби ўқувчилари ўртасида спорт ҳафталиклари, лецей ва коллежларнинг 249024 нафар (2005 йилда 205958 нафар) талаба қизлари ўртасида “Спорт-саломатлик гарови”, олийгоҳларининг 45000 нафар (2005 йилда 38000 нафар) талаба-қизлари ўртасида “Спорт-гўзаллик рамзи” спартакиадалари ўтказилди.

“Спешл Олимпикс” халқаро ташкилоти билан ҳамкорликда барча вилоят мактаб-интернатларида ногирон болалар ва ўсмирлар ўртасида футбол, волейбол, стол тенниси бўйича 15 та мусобақалар ҳамда “Спешл Олимпикс” ташкилотининг Миллий Олимпия ўйинлари ўтказилди.

Миллий Олимпия Қўмитаси “Аёл ва спорт” комиссияси фаолиятини ривожлантириш мақсадида 20-21 феврал кунлари “Аёллар ва спорт” комиссиясининг Республика семинари Бухоро вилоятида бўлиб ўтди. Комиссия ташаббуси билан Ўзбекистон Республикаси Вазирликларида хизмат қилаётган 312 нафар хотин-қизлар ўртасида стол тенниси, волейбол, бадминтон спорт турлари бўйича мусобақалар ўтказилди.

Спорт соҳасида аёл мураббийлар сонини ошириш мақсадида Қўмитанинг сайъи ҳаракати натижасида 2006-2007 ўқув йили учун Ўзбекистон Давлат жисмоний тарбия институтида 221 та квоталанган ўринлар ажратилиб, 216 нафар қизлар ўқишга қабул қилинди.

Жорий йилнинг 12-20 феврал кунлари Рига шаҳрида ўтказилган стол тенниси бўйича халқаро турнирда 10 нафар спортчи қизларимиз умумжамоа ҳисобида 1-ўринни эгаллади, 20-28 апрел кунини синхрон сузиш спорти бўйича Тайланд Очiq Чемпионатида Ўзбекистонлик 5 нафар спортчимиз 2 та олтин ва 2 та кумуш медалларига, август ойида Тайланд, Россия, Қозоғистон ва спортчи қизларимиз иштирокида Очiq Ўзбекистон Кубоги “Сув париси” Халқаро турнири ўтказилиб, 5 та олтин ва 3 та кумуш медалларига эга бўлишди.

Ўзбекистон Хотин-қизлар қўмитасининг ташаббуси билан жойларда 2.415.541 нафар хотин-қизлар иштирокида 28 та спорт тадбирлари ўтказилди, 15 май “Оила кунини”га бағишлаб ўтказилган спартакиадаларида иштирок этган хотин-қизларнинг умумий сони: 1447.5 млн. нафар (2005 йилда 1.350.000 нафар), 10-12 июн кунлари ўтказилган II Республика “Аёллар спартакиадаси”да 1516000 нафар (2005 йилда-1149586 нафар) хотин-қизлар: маҳаллаларда 25.357 нафар,

туман, шаҳарларда 25.457 нафар, вилоят бўйича 133.609 нафар, республика босқичида 500 нафар хотин-қизлар иштирок этди.

Мустақилликнинг 15 йиллик байрамига бағишлаб жойларда 196.788 нафар хотин-қизлар иштирокида спортнинг 12 тури бўйича спорт мусобақалари, 24-26 ноябр кунлари республикада илк марта Тошкент вилоятининг Чирчиқ шаҳрида 2 ёшдан 73 ёшгача бўлган 250 нафар хотин-қизлар иштирокида Республика гимнастрада фестивали бўлиб ўтди.

“Соғлом оила”, “Оилавий кросс”, “Отам-онам ва мен-спортчилар оиласи”, “Тўмарис қизлари”, “Маҳалла спортчилари”, “Маҳалламиз паҳлавонлари”, “Футболимиз келажаги” ва “Соғломжон-полвонжон” каби спорт мусобақалари мунтазам ўтказилиб келинмоқда. Бугунги кунда синхрон сузиш спорт тури билан-1026 нафардан ортиқ (2005 йилда-615 нафар) қизлар, бадий гимнастика билан – 70.000 нафар (2005 йилда – 68.268 нафар), стол тенниси билан 10.680 нафар (2005 йилда – 8.268 нафар), шахмат-шашка билан-800 нафардан ортиқ, (2005 йилда-615 нафар) қизлар, қизларнинг шуғулланишига эришилди.

Аёллар спортини ривожлантириш ва спорт мураббийларнинг малакасини ошириш мақсадида халқаро миқёсда –стол тенниси бўйича 5 та, синхрон сузиш бўйича 8 та, бадий гимнастика бўйича 6 та турнир, халқаро экспертлар иштирокида 3 та ўқув семинари ташкил этилди.

Юқоридаги тадбирларни амалга оширишдан асосий мақсад ҳар бир оилада спорт ва жисмоний тарбия орқали соғлом турмуш

тарзини шакллантириш, ёш авлодни ҳам маънан, ҳам жисмонан соғлом қилиб камолга етказишдир.

1.2. Болаларни спортга жалб қилишда аёлларни ўрни

“Фарзандлари соғлом юрт қудратли бўлур”. Юртбошимиз айтган ушбу сўзлар бугун жуда катта аҳамиятга моликлигини барчамизга аён. Фарзандларимизнинг соғлом ўсишида эса спортнинг ўрни беқиёс. Жамиятнинг эртаси баркамол, кучли ёшларимиз қўлида бўлмоғи учун қизларимизни, айниқса, қишлоқ қизларини спортга жалб қилиш зарурлиги, оналар соғлиғи сўнгра болалар соғлиғи ҳақида ўйлаш давр талаби бўлиб турибди. Бу йўлда саъй-ҳаракатлар, аввало қизлар ўртасида тарғиботни кучайтириш, соғлом авлодни баркамол қилиб тарбиялаш, жамиятга соғлом она-бола етказишда аёл мураббийларнинг ўрни ғоят муҳим. Демак, бу борадаги барча ҳаракатлар аёл мураббийларни тайёрлаш, қизларни спортга жалб қилиш, соғлом турмуш тарзини шакллантиришдан бошланади.

Республикаимиз мустақилликка эришгандан сўнг жамиятимизда юз бераётган туб ижтимоий-сиёсий ва маънавий ўзгаришлар умуминсоний қадриятлар тизимида инсоннинг барча шахсий эҳтиёжлари, талаблари ва манфаатларини, айниқса, ўсиб келаётган ёш авлоднинг маънавий-ахлоқий ва жисмоний имкониятларини янада кўтаришни тақозо этади.

Мамлакатимиз келажаги учун соғлом авлодни тарбиялаш ҳамда вояга етказишда жисмоний тарбиянинг аҳамияти жуда катта. Сўнги йилларда спорт ва жисмоний тарбия ёшлар ҳаётининг ажралмас

қисмига айланиб бориши билан бир қаторда, хотин-қизлар спортга алоҳида эътибор қаратилмоқда. Республикамизда бу борада амалга оширилган салмоқли ишлар натижасида истиқлолнинг илк йилларида “Соғлом авлод учун” халқаро хайрия жамғармаси ташкил этилганлиги, оналар ва болалар саломатлиги учун кураш йўлида бир қанча тадбирлар амалга оширилганлигини кўриш мумкин. Биринчи давлат мукофотининг “Соғлом авлод учун” деб аталгани, “Аёллар йили”, “Оналар ва болалар йили” деб эълон қилиниши ва давлат дастурларига киритилгани соғлом авлодни яратиш йўлидаги узоқ мақсадларни кўзлаб қилинган хайрли қадамлардир.

Бугунги кунда мамлакатимизда амалга ошириляётган, айнан хотин-қизларни спортга жалб қилиш, мунтазам шуғулланишлари учун керакли шарт-шароитлар билан таъминлаш, соғлом авлод яратиш йўлида қилинаётган мақсадли ишлар мисолида мамлакатимиз раҳбари томонидан алоҳида эътибор қаратилганлигини ҳамда ушбу саъй-ҳаракатларнинг дастлабки нишонларини барчамиз гувоҳи бўлиб турибмиз. Маълумки, 2005 йилнинг 8 ноябрида Оқсаройда Президент Ислам Каримов раислигида ўтган Болалар спортини ривожлантириш жамғармасининг навбатдаги Ҳомийлик кенгашида болалар спортини ривожлантириш ва айниқса қишлоқ жойларда ўқувчи-ёшларни жисмоний тарбия ва спорт билан фаол шуғулланишга оммавий жалб этиш ҳамда ўқувчи-қизларни яъни, маҳаллий қизларни мунтазам спорт билан шуғулланишларини таъминлаш масалаларига алоҳида эътибор қаратилди.

Бу борада Олий ва ўрта махсус таълим вазирлиги зиммасига бир қатор вазифалар юклатилиб, 2006-2007 ўқув йилидан бошлаб жисмоний тарбия ўқитувчилари ва мураббийларига бўлган эҳтиёжни инобатга олган ҳолда маҳаллий аҳоли вакиллари- хотин-қизларга бўлган имтиёзларга алоҳида эътибор қаратган ҳолда университетлар, вилоятлардаги педагогика институтлари негизида спорт мутахассисликлари бўйича қабулни кучайтириш ва олий ўқув юр்தларининг кундузги ҳамда сир்தқи бўлимларига хотин-қизларни истисно сифатида қабул қилиш топширилди.

Бунинг натижасини жорий ўқув йилида ЎзДЖТИга хотин-қизлар спортини ривожлантириш мақсадида 210 нафар талаба-қизлар қабул қилиниб, таҳсил олаётганлиги, аёллар спортини ривожлантиришда айниқса, маҳаллаий қизларни жисмоний тарбия ва спортга жалб қилиш борасида Республикамизда амалга оширилган дастлабки илк қадамдир. Режа бўйича ушбу таҳсил олаётган талаба-қизларнинг 85 % идан ортиғи маҳаллий аҳоли вакиллари бўлиб, уларга олий таълим муассаси таҳсидан сўнг қишлоқ жойларда айнан қизлар ўртасида спортни тарғибот қилишлари учун йўлланма берилади.

Дарҳақиқат, аёлларни спортга жалб қилиш давримизнинг ғоят муҳим муаммоларидан бири бўлиб турибди. Бугунги кунда бутун дунёда феминизацияф оқими ҳукм суриб турган бир вақтда, мамлакатимизга ҳам ўзининг таъсирлари билан кириб келмоқда. Аёлларнинг тенг ҳуқуқлари, жамиятда ва оиладаги муносиб ўрни, ҳар соҳада эркаклар билан баравар қадам ташлашлари, уларнинг ва

фарзандларнинг саломатлиги учун қилинаётган ишлар узоқни кўзлаб эзгу мақсадлар йўлида қилинаётган саъй-ҳаракатлардир.

Қизларни спортга жалб қилиш, уларни мунатазм шуғулланишлари учун керакли шароитлар билан таъминлаш, айниқса қишлоқ қизларини жаҳон ареналарига олиб чиқишда туғилаётган баъзи муаммоларга бир оз бўлсада барҳам бериш вақти келди. Бу борадаги вазифаларнинг самарадорлигини ошириш учун бошқа етакчи ташкилотлар ҳам ўзларининг ҳиссаларини қўшмоғи даркор. Биринчи навбатда қизларнинг ёш турмушга чиқишларига бир оз бўлсада барҳам бериш зарур. Бунга физиологик тарафдан ёндошадиган бўлсак, қизларнинг ёшига етмасдан турмушга чиқишлари оқибатида кўпгина касалликлар келиб чиқади. Организми жисмоний етилмаган қизларнинг фарзандлари ҳам жисмонан тўлиқ соғлом бўлиб туғилмайди. Чунки, қизлардаги асосан тос суякларининг тўлиқ етилмаганлики оқибатида кўпчилик қизларда биринчи туғруғдан кейин қадди-қоматнинг бузилиш ҳоллари кўп учрайди. Келажак авлодни ҳам жисмонан, ҳам маънана соғлом бўлиб вояга етишида аввало она муҳим рол ўйнайди. Маълумки, гўдак туғилиш давридан то балоғатга етиш давригача онанинг назорати остида бўлади. Ҳозирги кунда ёш оналарнинг кўпчилиги тажрибасиз. Юқорида таъкидлаганимиздек бунга уларнинг ёш турмуш қуришлари, организм туғиш жараёнига тайёр эмаслиги ва қизларнинг жисмонан тўлиқ соғлом эмаслиги оқибатидир.

Спорт билан доимий шуғулланган қизларда турмуш қургандан сўнг боланинг соғлом туғилишида муаммолар кузатилмайди. Қолаверса онанинг жисмоний тарбия ва спорт сирларидан озми-

кўпми хабари бўлади. Болани қандай қилиб тарбия қилишни, жисмоний машқлар ва массажни қай вақтда, қай тарзда қўллаш сирларидан бохабар бўлади. Ваҳоланки, соғлом онадан-соғлом бола туғилади ва тўғри тарбия топишига шубҳа туғилмайди. Фарзандни спорт билан шуғулланишида она қанчалик муҳимлигини асослаб берибгина қолмай, балки тарбия жараёнида оналарнинг ўрни беқиёслигини таъкидлаш жоиз.

Маълумки, боланинг мактабгача тарбия жараёнида оналар кўпроқ болалар билан бирга бўладилар. Бола ақлини танигандан бошлаб уни ҳар томонлама мукамал тарбия қилиб бориш масъулияти тўлиқ онанинг зиммасига тушади. Бунда тажрибали оналар болани жисмонан ва ақлий тарбиясини тўғри йўналтира билишлари лозим. Бундан ташқари куни узайтирилган ва куни қисқа боғчаларда болаларнинг тарбияланиши ҳам муҳим аҳамият касб этади. Бунда эса бола икки томонлама: таълим ва жисмоний тарбия томонидан шаклланади ва ривожланади. Боланинг асосан мактабгача даврида онги тез шаклланади. Ҳар бир нарсани тезда илғаб олади, хотирасида яхши сақлаб қолади. Мана шу жараёнда болани жисмоний машқлар билан шуғуллантириш орқали онги тез ўсади, таълим тарафдан йўналтирилган ақлий машқлар эса фикрлашга ўргатади. Ўз-ўзидан келиб чиқадики, жисмоний тарбия ва таълим бир-бири билан узвий боғлиқдир. Мана шу боғлиқликни мукамал тўғри йўналтирилган ҳолда олиб боришда онанинг роли жуда катта. Кейинчалик боланинг мактаб даврида ҳам бу ҳолат ўз-ўзидан давом этади. Бунда эса оналар аввалгидан ҳам масъулиятлироқ бўлишлари талаб этилади. Кўриниб турибдики, давлатимиз келажаги бўлган

болаларнинг саломатлиги қанчалик муҳимлигида, оналарнинг ҳам жисмонан ҳам маънан соғлом бўлишлари талаб этилмайди.

Юртбошимиз-оммавий спортнинг инсон ва оила ҳаётидаги роли, унинг жисмоний ва маънавий соғломликнинг асоси экани, ҳаётга катта умид билан кириб келаётган ёшларга ўз қобилият ва истеъдодини рўёбга чиқаришда спортнинг аҳамияти жуда катта эканлигини таъкидлаб келган.

II БОБ. МУСТАҚИЛ ЎЗБЕКИСТОН РЕСПУБЛИКАСИДА ХОТИН-ҚИЗЛАР СПОРТИНИ РИВОЖЛАНТИРИШ МАСАЛАЛАРИ

2.1. Ўзбекистон Республикасида олиб борилаётган ислохатларда аёлларнинг роли

Ўзбекистон мустақилликка эришганидан буён ҳуқуқий давлатчиликни шакллантириш ва такомиллаштириш борасида улкан ижтимоий-сиёсий йўлни босиб ўтди. 2004-2005 йил декабр-январ ойларида жуда катта сиёсий жараён юз берди. Мамлакатимизда икки палатали парламент ташкил этилди. 220 нафар депутатларнинг 36 нафари аёллар эканлиги ҳам бежиз эмас. Яъни, Қонунчилик палатасида 21 нафар, сентада эса 15 нафар аёллар фаолият олиб бораётгани қувонарли ҳол. Ҳозиргача Ўзбекистон Республикаси Олий Мажлиси қабул қилган қонунларнинг 80 дан ортиғи ҳамда ўнлаб ҳукумат қарорлари аёллар ҳуқуқларини, манфаатларини ва эркинликларини ҳимоя қилишга бевосита алоқадордир.

Жумладан, оилада соғлом турмуш тарзи тиббий ва жисмоний маданиятни шакллантириш борасида ҳам бир қатор ҳукумат қарорлари қабул қилинган. Яъни, Ўзбекистон Республикаси Вазирлар Маҳкамасининг “Оилада тиббий маданиятни ошириш, аёлларнинг соғлиғини мустаҳкамлаш, соғлом авлод туғилиши ва уни тарбиялашнинг устивор йўналишларини амалга ошириш чоратадбирлари тўғрисида”ги 2002 йил 05.07 да чиқарилган № 242-сонли қарорида барча маҳаллаларда спорт комплексларини қуриш, “Соғлом авлод учун” спорт мусобақалари, теннис ва бадий

гимнастика мусобақаларини ташкил этиш ва ўтказиш, узлуксиз спорт мусобақалари тизимида қатнашувчи йигит ва қизларнинг мониторингини олиб бориш каби қатор масалаларга алоҳида эътибор қаратилганлиги ҳам бежиз эмас.

Шунингдек, мамлакатимиз Президенти томонидан 2004 йил 25 майда қабул қилинган “Ўзбекистон Хотин-қизлар қўмитаси фаолиятини қўллаб-қувватлаш борасидаги қўшимча чора-тадбирлар тўғрисида”ги ПФ-3434 Фармони ҳам аёллар ҳуқуқларини ҳимоя қилиш, уларнинг мамлакатимиз сиёсий-ижтимоий, социал-иқтисодий ва маданий ҳаётида тўлақонли иштирок этишини таъминлаш, маънавий ва интеллектуал савиясини юксалтириш борасида олиб бораётган ишларининг самарадорлигини ошириш мақсадига йўналтирилган.

Республикамизда оилавий спорт, аёллар ва болалар спортини ривожлантириш ҳам Давлат сиёсати даражасига кўтарилган. Аҳолини жумладан, хотин-қизларни оммавий ва соғломлаштирувчи спорт турларига жалб этиш, спорт орқали соғлом турмуш тарзини кенг тарғиб этиш учун махсус “Спорт” телеканалининг очилиши ҳам бунга яққол мисол бўла олади.

Хотин-қизлар ташкилотларининг жамоатчилик билан алоқалари, жойларда турли спорт мусобақаларини ўтказилиши муҳим жараён бўлиб, бу борадаги тажрибалар, муаммоларнинг оммавий ахборот воситаларида ёритилиши, унда журналистларнинг маҳорати спорт журналистика назарияси нуқтаи-назаридан тадқиқ этилади. Бугунги кунда тараққиёт босқичида тобора раванқ топаётган мамлакатимизда жамоатчилик билан алоқаларни кенг йўлга қўйиш,

спортни тарғиб этиш қанчалик муҳим аҳамият касб этса, демак бу хайрли ишга баҳоли қудрат хизмат қилади, деган умиддамиз.

Қувонарлиси шундаки, аёл ҳаётининг жамики муаммоларини қамраб оладиган қонунлар кучга кирди. Меҳнат кодексининг қабул қилиниши, Ўзбекистоннинг демократия йўлида янада дадил қадам ташлаётгани, инсон ҳуқуқларини ҳимоялаш ва кафолатлашнинг ҳуқуқий асосларини мустаҳкамланаётгани, ушбу кодексда аёлларга ва оилавий вазифаларни бажарувчи шахсларга бир қатор кафолат ва имтиёзлар борлиги фикримизнинг ёрқин мисолидир. Шубҳасиз бугунги аёл тақдири мустақил давлатимиз эртанги куни билан чамбарчас боғлиқдир. Шундай экан, аёл ҳуқуқлари ва ижтимоий мезонларининг муҳофаза этилиши буюк миллат келажагининг пойдеворини янада мустаҳкамлашга замин яратади.

Тўғри, ҳали бу соҳада жуда кўп изланишлар, ўрганишлар, тадқиқотлар қилишимиз зарур. Мамлакатимизда хотин-қизлар ташкилотларининг жамоатчилик билан алоқалари ҳамда уларнинг спорт билан алоқадорлиги, тармоқ нашрларида қай даражада ёритилаётганлиги, бу жараёндаги устувор йўналишлар, Республика хотин-қизлар қўмитаси ва унинг вилоят, шаҳар, туманлардаги ташкилотлари ҳамда уларнинг жамоатчилик билан алоқалари тармоқ нашрлар ҳисобланган “Саодат”, “Санам”, “Фан-спортга” журналларида, “Оила ва жамият”, “Соғлом авлод учун” газеталарида, шунингдек “Халқ сўзи”, “Ўзбекистон овози”, “Фидокор”, “XXI аср”, “Адолат”, “Миллий тикланиш”, “Футбол”, “Ўзбекистон футболи” газеталарида ёритилиши ўрганиб чиқилса мақсадга мувофиқ бўларди.

2.2. Аёллар спортини ривожлантириш муаммолари ва уларни бартараф қилиш йўллари

Сўнги йиллар давомида мамлакатимизда устувор спорт турларидан волейбол, гимнастика турлари секин-аста халқаро спорт майдонларига кириб бормоқда. Аёллар спортини ривожлантириш энг муҳим масалалардан бири бўлиб турибди. Аёлларга эътибор камлигидан шароитларнинг йўқлигидан аёллар спорт билан кам шуғулланаяптилар. Аёллар спортини қолоқлигини инобатга олган ҳолда Президентимиз И.А.Каримовнинг ташаббуси билан 2006 йил Ўзбекистон Давлат жисмоний тарбия институтига 220 нафар қиз болалар ўқишга қабул қилинди. Бундан кўзланган мақсад шуки, Ўзбекистонда аёллар спортини ривожлантириш учун туманларда спорт тўғарақлари очилиб туман, қишлоқ қизларини спорт билан мунтазам шуғуллантиришдир. Шароит талабга жавоб бермаслиги ўзбек қизларимизнинг уй-рўзғор ишлари билан машғул бўлиб қолганликлари сабабли спортдан четлашиб кетганликлари яққол кўриниб турибди. Бу йил ўқишга кирган қизларга ишонч билдирилиб, ҳамма шароитлар муҳайё қилинди, келгусида олийгоҳни тугатиб, ўз вилоятларида, қишлоқларида қизларни спортга жалб қилиб, спорт тўғарақлари очадилар ва мунтазам равишда уларни шуғуллантирадилар деган умиддамиз. Спорт-соғлиқ, эпчиллик, чаққонлик, чидамкорлик сифатларини оширади, туғилажак фарзандларимиз соғлом, етук, бақувват бўлиб ўсадилар.

Мустақил Ўзбекистонимизнинг ривожланишида аёллар ҳам ўз ҳиссаларини қўшади деган ниятдамиз. Кўплаб спорт заллари, сузиш

ҳавзаси, тренажёр заллари қурилса ва ўзларининг ихтиёрларига топширилса, уларда шуғулланиш имконияти кўпаяди. Президентимиз ҳар бир киши ўзининг саломатлиги ҳақида шахсан ғамхўрлик қилиб бориш маданиятини ёшлиқдан оила, мактаб, маҳалла, соғлиқни сақлаш тизими, жисмоний тарбия ва спортнинг кўмагида сингдириш керак деб бежиз айтмаган. Шундагина, юртбошимизнинг “Соғлом, билимли ва фидойи фарзандлари бўлган халқ албатта ўзининг келажагини барпо этади”, деган фикри ўз амалий ифодасини топиши муқаррар.

Яна бир муаммо: бугунги кунда жисмоний тарбия ва спорт соҳаси ўзининг кенг қамровли, глобал функционал имкониятлари билан халқимиз эҳтиёжини тўла-тўқис қондираётти деб бўлмайди. Жумладан, она-бола, уй бекалари турли касб эгалари ҳомиладор аёллар, бўлажак она, кексалар, жисмоний заиф бемор ҳамда ногиронларга мослаштирилган жисмоний тарбия тизимини илмий асос шакллантириш ва шу йўналишда ишловчи кадрлар тайёрлаш масалалари ҳам ҳамон кун тартибидан жой олган.

Демак, жойлардаги талаб эҳтиёжлар асосида ушбу йўналиш бўйича бакалавр ёки магистрлар тайёрлаш зарурияти туғилмоқда. Шундай экан ихтисослашган таянч ОЎЮ алоҳида педагогик-тренер “Спорт тиббиёти (массаж ва даволаш жисмоний тарбияси)” ва “Ногиронлар жисмоний тарбияси ва спорти”, “Спорт ташкилотчиси ва жисмоний тарбия ўқитувчиси” каби ихтисосликлари бўйича кадрлар тайёрлаш соҳанинг муҳим ва долзарб масалаларидан биридир. Мана шу масала ечилса, ҳамма муаммо ўз-ўзидан ҳал бўлиб кетади. Ўзбек аёлларининг бошқа халқ аёлларидан кам жойи йўқ.

Ўзбек спортини жаҳон танийди, ўзбек аёллари Ўзбекистон байроғини кўкларга кўтаради деган умиддамиз.

III БОБ. ХОТИН-ҚИЗЛАРНИ СПОРТ БИЛАН ШУҒУЛЛАНИШГА ЖАЛБ ҚИЛИШ МУАММОЛАРИ ВА ЕЧИМЛАРИ

3.1. Талаба-қизларни спортга жалб этишнинг социологик жиҳатлари

Жисмоний тарбия ва спортга доир директив хужжатлар туб мазмунида жисмоний тарбия тизимининг бўғинлари, аҳолини барча қатламларини оммавий жисмоний тарбия билан шуғулланишга жалб этиш, иқтидорли ёшларни спортга ҳамда ана шу воситалар орқали миллат келажагини янада соғломлаштиришдек масъулиятли вазифа уларнинг мазмунини ташкил этади. Масаланинг яна бир муҳим томонларидан бири жисмоний тарбия ва спорт ёшлар маънавиятини тарбиялашнинг самарали воситаси эканлиги ҳам директив хужжат материалларида ифодаланган. Ушбу ўринда президентимизнинг болалар спортини ривожлантириш ҳомийлик кенгаш йиғилишларининг бирида “жисмоний тарбия ва спорт азал-азалдан жисмоний баркамоллик, маънавий етуклик, руҳан соғломлик омили бўлиб келган. Болаларни спортга жалб этмай туриб, соғлом миллат, соғлом давлат, соғлом жамият ҳақида гапириш қийин” деган сўзларни келтиришни ўринли деб билдик.

Жисмоний тарбия тизимининг барча бўғинлари учун қабул қилинган давлат таълим стандартлари жумладан, олий ўқув юрти талабалари дастурда бўлажак мутахассисларни жисмоний тарбия инсон организмни ривожланиши, соғлиқни сақлаш ва мустаҳкамлаш руҳий жисмоний ривожлантиришни

такомиллаштиришдаги хизматлари уқтириш, касбий фаолиятида рухий жисмоний услубларни қўллашга доир назарий билим, амалий кўникмаларга эга бўлишларига доир талаблар қўйилган. Олий ўқув юрти талабаларини айниқса, қизларни кундалик турмуш тарзига жисмоний тарбия ва спортни сингдиришни ўта долзарб узлуксиз давом эттириш керак бўлган масаладир. Педагогика институтларида уни тўғри йўлга қўйиш республикамизни шаҳар, қишлоқ умумтаълим мактабларида хотин-қизлар учун жисмоний тарбия тарғиботчиларини тайёрлаш демакдир.

Мазкур масалани ижобий самарали ҳал етиш йўлида тадқиқотимизга қўйидаги вазифаларни қўйдик:

1. 1-курсга қабул қилинган қизлар уларни ота-оналарини жисмоний тарбия ва спортга бўлган муносабатларини аниқлаш.
2. Уларнинг жисмоний тайёргарликларини “Алпомиш” ва “Барчиной” тест меъёрлари асосида ўрганиш.
3. Педагогик тадқиқот олиб бориладиган жисмоний тайёргарликларни ўқиш давомидаги ўзгариш динамикасини математик –статистика методи орқали ҳисоблаб чиқиш.

Педагогик кузатувимиз олдида қўйилган 1 вазифани социалогик тадқиқот саволлари орқали ўрганишни мақсадга мувофиқ деб билдик. Бунинг учун 15 саволнома тузиб, 2006-2007 ўқув йилида 1-курсга қабул қилинган қизларни 250 нафаридан қўйидаги жавобларни олдик:

1. Ҳукуматимизни жисмоний тарбия ва спортга доир қонун, қарор ва фармонларини қайси бирини эсга олсангиз ёзинг деган саволга 35 нафар қизлар “Болалар спорти” деб жавоб бердилар.

2. “Умид ниҳолари” кимларни мусобақалари деган саволга 47 нафар қизлардан тўғри жавоб олдик.
3. Жавоб берувчи қизлардан 104 нафари волейбол, 31 таси баскетбол, 13 та қўл тўпи, 5 таси енгил атлетика тўғарақларига мунтазам бўлмасида шуғулланганини қайд этдилар.
4. Мактабдан ташқари шаҳар, туман бўлимларида қуйидаги спорт машғулотларига қатнашганмисиз?
5. Навбатдаги саволимиз орқали 130 га яқин қизларни мактаб, 53 нафарини туман, шаҳар мусобақаларига спортни волейбол, баскетбол, енгил атлетика турларига қатнашганликларини аниқладик.
6. Мактабда спортнинг бирон тури билан мунтазам шуғулланмаганингизни сабаблари нимада деган саволга ота-онам қўймаган, акам қарши турган, қиз бола уй ишларини билиши керак, мен ҳоҳлаган спорт тури мактабимизда йўқ эди, уйда ишларим кўп, институтга кираман деб тайёрловга қатнашдим, вақтим бўлмади, оилада хусусий тадбиркорлик билан шуғулланамиз-деган жавобларни олдик.
7. Оилада ота-онангиз жисмоний тарбия машқларини бажарадими деган саволимизга 5 нафар қизлар йўқ, 33 нафари дадам ўртоқлари билан кечки пайт волейбол, акам футбол ўйнайди деган жавоб олдик.
8. Биринчи курсга қабул қилинган 28 % қизлар “Алпомиш ва Барчиной” тест меъёрлари мусобақаларига қатнашган экансиз.

9. Сиз яшаётган қишлоқ фуқаролар йиғини, туман, шаҳарда оилавий мусобақалар ўтказилганми? Сизни оила аъзоларингиз қатнашганми? деган саволга йўқ деган жавоб олдик.
10. Сиз жисмоний тарбия машқларини бўлғуси оналар учун фойдаси ҳақида кимдан эшитгансиз ёки ўқиганмисиз деган саволга 150 га яқин қизлардан мактабда врач суҳбат қилган, “Бекажон” газетасидан ўқиганман, телевизорда эшитганман-деган жавоб олдик.
11. Институт ётоқхонасида турасизми? ёки уйдан қатнаясизми?-деган саволга 6-7 % қизларни уйларида қатнашишлари маълум бўлди.
12. Саволларга жавоб берувчи қизларни 70 %и институтда волейбол, қолган 25 %и баскетбол, қўл тўпи, 3 %и енгил атлетика билан шуғулланиш истагини билдирдилар.
13. Ўзбекистонимиз шарафини Олимпиа, Жаҳон, Осиё ва бошқа мусобақаларида ҳимоя қилиб келаётган спортчи қизлардан кимларни биласиз?-деган саволга-Ирода Тўлаганова, Ойгул Аманбердиеваларни ёздилар.
14. Универсида кимларни мусобақалари эканлигини атиги 20 та қизлар тўғри жавоб ёздилар.
15. Сиз яшаётган қишлоқ ёки шаҳарда спорт зали йўқ. Мактабларга шундай зал қурилганини эшитганмисиз ёки кўрганмисиз?-деган саволга 23 та қизлар бизни мактабда қурилди, мактабимиз спорт зали таъмирланди, янги залда волейбол ўйнадик деган жавобларни ёздилар.

16. Институтда сиз ҳоҳлаган спорт туридан машғулотга мунтазам қатнайсизми?- деган саволга 53 % қизлар қатнашмаган, қолганлари уйга кетишга кечикишлари, ота-онасини рухсат бермасликлари хусусий тадбиркорлик билан шуғулланишлари маълум бўлди.

Олинган социологик тадқиқот қатнашчилари институт раҳбарияти жисмоний тарбия мустахассислари зиммасига серқирра кенг кўламли ишлар олиб боришлик масъулиятини юклайди.

Улардан энг муҳими ҳукуматимизни жисмоний тарбия ва спортга доир директив ҳужжатларини мазмун ва моҳиятини Республикамиз спортчи қизларини мусобақаларда давлатимиз шарафини ҳимоя қилишда қўлга киритилган ютуқлари ҳақида сўзлаб бериши ўринли бўлади.

Талаба-қизларни оммавий жисмоний тарбияга жалб этишда уларни назарий тайёргарликлари, ўзлари қизиққан спорт туридан орттирган кўникма малакаларини ҳисобга олиш, дарсдан ташқари машғулотларни ўтказиш вақтини қизлар шароитига мослаш зарур.

Институт маънавий-маърифий ишлар бўйича ректор муовини қошида талаба-қизлар жисмоний тарбияси билан шуғулланадиган масъул ходим ажратилишини мақсадга мувофиқ деб биламиз.

3.2. Маънавий қадриятларимизда қизлар тарбияси

Ҳар қандай жамиятнинг асосини, ўзагини оила ташкил этади. Халқимизнинг азалий қадриятлари, анъаналари ҳисобланмиш: ҳалоллик, ор-номус, меҳр-оқибат, садоқат, меҳнатсеварлик,

ватанпарварлик каби инсоний фазилатлар, энг аввало, оилада шаклланади. Айниқса, ўзбек оилаларининг мустаҳкамлиги, муқимлиги ва мангулиги ана шу маънавий анъаналарга таянилганлиги билан боғлиқдир. Шуларни ҳисобга олган ҳолда “ўзбек оилаларнинг маънавий асосларини тадқиқ қилиш” муҳим аҳамиятга эга.

Қадим замонлардан бошлаб, Туронзаминда халқ оғзаки ижоди намуналари, Қуръони Карим ва ҳадисларда, буюк қомусий олимларимизнинг бетакрор, ўлмас асарларида оила масалалари, оилавий муносабатлар тизими талқин этилган, махсус тавсия этилган.

Ана шундай маънавиятимизнинг кўҳна сарчашмаларидан бири бўлган, қадимги Турон ва Эронзамин халқларининг муштарак қадрияти ҳисобланмиш “Авесто”да ҳам инсоният ва унинг тараққиёти билан боғлиқ тасаввурлар, маънавий-руҳий ва ахлоқий мезонлар, оламини, табиатни билишга бўлган эҳтиёж ва интилиш, инсондаги энг олийжаноб, пок фазилатлар куйланиши билан бир қаторда, оила асослари, тузилиши, таркиби, оила маънавияти, ота-оналарнинг оиладаги мавқелари, оилада аёл эрки, бурчи ва ҳуқуқлари юксак маънавий ва ахлоқий чизгилар асосида тавсияланганлиги диққатига сазовордир.

“Авесто”да зардуштий эътиқоддаги аждодларимизнинг оила эрки, қизлар тарбияси, хотин-қизлар ҳақ-ҳуқуқи, иззат-нафсини ҳимоя қилиш хусусидаги қарашлари ҳам ўз ифодасини топган. Хотин-қизлар барча ишларда, жумладан, ибодат, диний фарз ва суннатларни бажариш, удум ва одатларни адо этишда тенг ҳуқуқга эга бўлган. Никоҳга ва оила қуришга тайёргарлик жараёнида қиз бола

тарбиясига алоҳида эътибор берилган. Қиз балоғатга етгунча ўз даврининг барча ҳунарларини билиши, чорва молларига қараш, парваришлар, уй рўзғор юмушларини мукамал тарзда адо этиши, покиза, озода юриши шарт бўлган.

Оилада қизларга ҳунар ўргатиш, ўқитиб билим бериш қатъий йўлга қўйилган. Зероки, ўқимишли, ҳунарманд қиз ўз касби, билими билан дастлаб ота-она хонадонини обод, саранжом қилиб юрса, жуфти ҳалолникига борганда, оилани бошқариш билан бирга келажак авлод таълим ва тарбияси билан жиддий шуғулланишига тўғри келган. Шу тариқа қиз болаларга юнгдан ип йигириш, урчуқ ва чархда ишлаш, матолар тўқиш, либослар тикишдан ташқари, ўғил болалар билан бирга кураш тушиш, отда чопиш, қиличбозлик ва ўз рақибидан ўзини қалқонда ҳимоя қила билиш, от билан ҳар хил тўсиқлардан, баландликлардан ўтиш, сувда сузиш, узоққа югуриш, найза ирғиш, камондан ўқ отиш ва бошқа жисмоний-ҳарбий малакани эгаллаш ҳам мажбурий бўлган. Зарбўштиларнинг муқаддас ўсимлиги ҳисобланган Ҳавмни териш ва ундан шарбат тайёрлаш ҳам фақатгина покиза 15 ёшгача бўлган бокира қизлар зиммасига юклатилган: “Ҳоҳ улар тоғ чўққисида ўссинлар, ҳоҳ даралар тубида; ҳоҳ дарё соҳилларида. Биз танглиқда ва покиза қизлар бандида бўлган Ҳавмларни-да олқишлаймиз”.

Бу йўналишда қиз боланинг ҳам маънавий, ҳам жисмоний соғлом, баркамол бўлиши, биринчидан оиланинг мустаҳкам, хонадоннинг фаровон бўлиши таъминласа, иккинчи томондан соғлом фарзандларнинг дунёга келишига замин яратган бўлади. Зардўштнинг ўз қизига қарата “..Эй Пуручиста, ... Эй Зардуштнинг

болиға қизи! Mazda Эзгу ният ва Ашаҳ ҳақиқатга инонган зотни сенга тирикликнинг йўлдоши айлайди. Шундай экан, ўз ақлини ва идрокингдан савод айла. Хушёрлигини зиёда қил!" дея хитоб қилиши барча қизларга ўрнак қилиб кўрсатилади.

“Авесто”да зурриёднинг покизалиги, наслнинг соғломлиги хусусида қайғурилиб, бунга эришиш йўли сифатида атроф-муҳитни муҳофаза қилиш, жамоат, оила, шахсий озодалиқ, гигиенага риоя қилиш, шунингдек, оила қуриш жараёнида ҳар жиҳатдан бенуқсон, соғлом келинлар танлаш уқтирилади. Ҳозирги кунда мамлакатимизда таълим ва соғлиқни сақлаш тизимида олиб борилаётган ислоҳатларнинг асосини “ҳар томонлама етук, баркамол, соғлом шахсни тарбиялаш масаласи ташкил этар экан, аجدодларимизнинг 3 минг йил илгари, бу аъмолга етишнинг йўллари, қоидаларини ишлаб чиқиб, давлат ва жамиятнинг пойдевори ҳисобланмиш оила негизига қўйганлари юксак таҳсинга сазавордир:

“Менга баркамол ва диногоҳ, ватансевар ва анжуманлараро, аҳил, эзгу андишали, зулматдан, танглиқдан қутқарувчи фарзандлар бағишла. Токи улар маезил, шаҳар, ўлка ва унинг ном ҳамда овозасини кўтарсинлар”.

Кўриниб турибдики, зардўштийлар ҳаётида маълум қоида ва аҳкомларга айланган оилавий муносабатлар тизими ва шу тизимдаги қиз бола тарбияси ҳозирги кунда ҳам ўз аҳамиятини йўқотган эмас. Хусусан, оила мустаҳкамлигига эътибор бериш барча замонлар учун муҳимдир. Аждодларимизнинг бой маънавий-маданий мероси оила ва турмушнинг турли қирраларида, ёш авлодни оила ва никоҳга тайёрлашда, уларни маънавий, ахлоқий хислатларини

шакллантириш ва такомиллаштиришда қимматли манба бўлиб хизмат қилаверади.

Республикамизда қабул қилинган “Соғлиқни сақлаш тизимни ислоҳ қилиш” тўғрисидаги дастур, “Соғлом авлод” жамғармаси ва орденининг таъсис этилиши, “Она ва бола” марказларининг ташкил этилиши, “Аёллар йили”, “Ижтимоий ҳимоя йили”, “Ёшлар йили”нинг эълон қилиниши Президентимиз ва Республика раҳбариятининг бу соҳага бўлган эътиборларининг нақадар катта эканлигини кўрсатади. Келажакда ҳам жисмонан, ҳам маънан соғлом авлодни вояга етказиш масаласида аجدодларимизнинг қарашлари ва фаолияти маънавий асослардан бири бўлиб хизмат қилиши, шунингдек, улардан фойдаланиш ислоҳотларни янада самаралироқ бориши ва ўтказилишига ёрдам беради.

ХУЛОСА ВА АМАЛИЙ ТАВСИЯЛАР

Республикамиз мустақилликка эришганидан сўнг жамиятимизда юз бераётган туб ижтимоий-сиёсий ва маънавий ўзгаришлар умуминсоний қадриятлар тизимида инсоннинг барча шахсий эҳтиёжлари, талаблари ва манфаатларини, айниқса, ўсиб келаётган ёш авлоднинг маънавий-ахлоқий ва жисмоний сифатларини янада кўтаришни тақозо этади.

Мавзу бўйича олиб борилган кузатувлар ва адабиётлар таҳлили натижасида биз қуйидаги хулосаларга келдик:

1. Мустақил Ўзбекистон Республикасида бугунги кунга келиб хотин-қизлар спортини ривожлантириш масалалари давлат сиёсати даражасига олиб чиқилди. Давлат бошқарув тизимида ҳам хотин-қизларга кенг ўрин ажратилмоқда.
2. Қизларни спортга жалб қилиш, уларни мунтазам шуғулланишлари учун керакли шароит билан таъминлаш, айниқса, қишлоқ қизларини жаҳон ареналарига олиб чиқиш мақсадида уларнинг ёш турмушга чиқишларига барҳам бериш лозим. Чунки, келажак авлодни ҳам жисмонан, ҳам маънан соғлом бўлиб етишига аввало она муҳим рол ўйнайди.
3. Мамлакатимиз Президенти ташаббуси билан 2006-2007 ўқув йилидан бошлаб Ўзбекистон Давлат Жисмоний тарбия институти қошида очилган “Хотин-қизлар спортини ривожлантириш” бўлимларини вилоятлардаги олий ўқув юртлари қошида ҳам очиш. Натижада энг аввало хотин-қизлар учун юқори малакали мутахассислар таъминланади ва қишлоқ жойларда хотин-қизларни спортга янада кенгроқ жалб этишга имконият яратилади.
4. Мустақил Ўзбекистоннинг ривожланишида хотин-қизлар ҳам ўз ҳиссаларини қўшмоқдалар. Бугунги кунда кўплаб спорт заллари, сузиш ҳавзалари ва тренажёр заллари қурилиши ҳамда уларни хотин-қизлар ихтиёрига топшириш лозим.
5. Хотин-қизларни мунтазам равишда тиббий кўриқдан ўтказишни йўлга қўйиш.
6. Маҳаллалар ва туманлараро хотин-қизлар ўртасида мунтазам равишда “Барчиной”, “Соғлом оила” ва “Оила куни” каби спорт тадбирларини ўтказиб туриш ҳамда оммавий ахборот воситаларида кенг ёритиш.

Фойдаланилган адабиётлар рўйхати

1. Ўзбекистон Республикаси Президентининг “Қишлоқ жойларидаги болалар спорт объектларида банд бўлган аёл спорт устозлари меҳнатини рағбатлантириш чора-тадбирлари тўғрисида”ги Қарори. Т., 2010 йил 1 апрел.
2. Ўзбекистон Республикаси Вазирлар Маҳкамасининг «Жисмоний тарбия ва спорт тўғрисида» ги Қонуни. Т, 2000 йил 20 май.
3. Ўзбекистон Республикаси Президентининг «Соғлом авлод учун» орденини таъсис қилиш тўғрисидаги Фармони (1993й 4 март) «Ўзбекистон овози» газетаси, 1993 йил 5 март.
4. Ўзбекистон Республикаси «Болалар ва ўқувчи ёшларни жисмоний тарбиялаш концепцияси» (1992 йил). Маърифат газетаси, 1992 йил, 43-44-48 б.
5. Ўзбекистон Республикаси Президентининг «Болалар спортини ривожлантириш жамғармасини тузиш тўғрисида»ги Фармони. (2002 йил, 24 октябрь) . Маърифат газетаси, 2002 йил, 31 октябрь 2 б.
6. Каримов И.А.. “Асосий вазифамиз-Ватанимиз тараққиёти ва халқимиз фаровонлигини янада юксалтиришдир”. 2009 йилнинг асосий яқунлари ва 2010 йилда Ўзбекистонни ижтимоий-иқтисодий ривожлантиришнинг энг устивор йўналишларига бағишланган Вазирлар Маҳкамасининг мажлисдаги маъруза. Т, “Ўзбекистон” 2010.

7. Каримов И.А. Баркамол авлод Ўзбекистон тараққиётининг пойдевори – Т: Ўзбекистон – 1991 йил, 26 б.
8. Акрамов Ж.А. Болаларни спортга жалб қилишда аёлларнинг ўрни. // Аёлларнинг фан ва спортдаги ўрни. Т., 2007.
9. Ахмедова С. Ўзбекистон Республикаси олиб борилаётган ислохотларда аёлларни роли. // Аёлларнинг фан ва спортдаги ўрни. Т., 2007.
10. Айрапетьянц Л.Р. Педагогические основы планирования и контроля соревновательной и тренировочной деятельности в спортивных играх: Автореф. дисс. докт.пед.наук. -М., 1992, 40 с.
11. Ашмарин Б.А. Теория и методика педагогических исследований в физическом воспитании. - М. "ФиС", 1978, 223 с.
12. Годик М.А. Совершенствование физической подготовленности спортсменов /В кн: Современная система спортивной подготовки - М. Изд-во «СААМ», 1995, с 136-165.
13. Керимов Ф.А. Спорт соҳасидаги илмий тадқиқотлар. Т., 2004.
14. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры. Учебник для институтов физического культуры – М, 1991, с 543.
15. Матвеев Л.П. Проблемы выявления и формирования специфических закономерностей и принципов спортивной тренировки // Методологические проблемы совершенствования системы спортивной подготовки квалифицированных спортсменов. (Сб. научных трудов).-М, 1984, С. 30-39.
16. Милев Қ.Х. Аёл, жисмоний ҳаракат ва саломатлик. // Аёлларнинг фан ва спортдаги ўрни. Т., 2007.

- 17.Новиков А.А. , Акопян А.О., Сапунов Г.А. Управление подготовкой высококвалифицированных спортсменов .в видах спортивных единоборств//Методические рекомендации.- М,1986,44 с.
- 18.Иномова С.Т. Аёллар, болалар ва оилавий спортни ривожлантириш. Т., // Аёлларнинг фан ва спортдаги ўрни. Т., 2007.
- 19.Платонов В.Н. Подготовка высококвалифицированных спортсменов. М., ФиС, 1986 г.
- 20.Платонов В.Н. Теория спорта. Киев Выше школа, 1987г.
- 21.Пулатов Ф.М., Керимов Н.А., Рўзиев А.А. Методика классификации нагрузок в женском самбо для применения автоматизированных систем /Методические рекомендации. -Т, ЎзГосИФК, 1999, 24с.
- 22.Фарфель В.С. Управление движениями в спорте – М: Физкультура и спорт, 1975 – 208с.
- 23.Филин В.П. Основы юношеского спорта. М. Фис, 1980, с157.
- 24.Филин В.П. Воспитание физических качеств юных спортсменов. М, Фис, 1974, с 153.

Гулистон Давлат Университети Педагогика факультети 4-босқич талабаси **Хамроева М** томонидан 5141900-Жисмоний тарбия ва жисмоний маданият таълим йўналиши бўйича бакалавр даражасини олиш учун «**Сирдарё вилояти шароитида хотин-қизлар спортини ривожлантиришни истиқболли йўллари**» мавзусидаги курс ишига

раҳбар хулосаси

Аёллар спортини ривожлантириш ва оммавийлаштириш, уларни соғломлаштирувчи спорт турларига кенгроқ жалб қилиш, XXI аср бошида аҳоли саломатлигини тиклаш, миллат генафондининг соғлиғини таъминлаш, жисмонан ва руҳан соғлом бўлиш учун аёлларга жисмоний тарбия ва спорт билан мунтазам шуғулланишга шароит яратиш бугунги куннинг долзарб вазифасидир.

Оналар ва болалар саломатлиги ҳақида қайғуриш лозимлиги бизга XIV асрдан, яъни тиббиёт оламининг султоно, буюк аллома Абу Али ибн Синодан меросдир.

Сирожидинова Лобаргул танлаган мавзу бугунги кунда долзарб ҳисобланади.

Битирув малакавий ишини шакллантириш мобайнида Лобаргул ўзини ҳар томонлама тиришқоқ, янгиликларга интилувчан, берилган топшириқларга нисбатан ўта масъулият билан ёндошувчи талаба сифатида кўрсатди.

Хамроева М томонидан тайёрланган курс иши кириш, 3 та боб, хулоса ва амалий тавсиялар ҳамда фойдаланилган адабиётлар рўйхатидан иборат.

Ишнинг кириш қисмида талаба мавзунинг долзарблигини илмий асослаб, унинг мақсади ва вазифаларини ёритиб берган

Ишнинг асосий қисмида талаба томонидан Ўзбекистон шароитида хотин-қизлар спортини ривожлантиришнинг долзарб йўллари атрофлича ёритиб берилган.

Хулоса ва амалий тавсиялар ишнинг моҳиятига мос тушади.

Мен **Хамроева М** томонидан бажарилган “Сирдарё вилояти шароитида хотин-қизлар спортини ривожлантиришни истиқболли йўллари» мавзусидаги Курс иши амалдаги Низомлар асосида шакллантирилганлиги ва мустақил тарзда бажарилганлиги учун, уни “яхши” баҳога баҳолашга тавсия этаман.

Илмий раҳбар

ўқ. Ў.Исмадова

Гулистон Давлат Университети Педагогика факультети 4-босқич талабаси **Хамроева М** томонидан 5141900-Жисмоний тарбия ва жисмоний маданият таълим йўналиши бўйича бакалавр даражасини олиш учун «**Сирдарё вилояти шароитида хотин-қизлар спортини ривожлантиришни истиқболли йўллари**» мавзусида бажарилган курс ишига

ТАҚРИЗ

Юртимизда спортни ривожлантириш, аҳоли ўртасида соғлом турмуш тарзини тарғиб қилиш, айниқса ўсиб келаётган ёш авлодни, хотин-қизларни жисмоний тарбия ва спортга кенг жалб этиш, ёш спортчиларни ҳар томонлама қўллаб-қувватлаш давлатимиз сиёсатининг устивор йўналишларидандир.

Мамлакатимизнинг барча ҳудудларида, жумладан, чекка қишлоқларида ҳам замонавий спорт мажмуалари бунёд этишга, аҳоли орасида жисмоний тарбия ва спорт кўламини янада оширишга, айниқса, хотин-қизларни жалб этиш, машғулотлар жараёни учун юқори малакали аёл кадрлар тайёрлашга катта эътибор қаратилмоқда.

Талаба **Хамроева М** томонидан бажарилган курс иши шу нуқтаи назардан долзарб ҳисобланади.

Курс ишининг кириш қисмида талаба мавзунинг долзарблигини, унинг мақсади ва вазифаларини ёритиб бериб, илмий ва амалий аҳамиятини очиб берган.

Ишнинг асосий қисмида талаба томонидан Сирдарё вилояти шароитида хотин-қизлар спортини ривожлантириш бўйича долзарб муаммолар ва уларни ечимлари бўйича тадқиқот натижалари келтирилган.

Хамроева М курс ишини юқори савияда бажарганлиги, ишнинг амалдаги Низом талабларига тўла жавоб беришини ҳисобга олиб, уни “яхши” баҳога баҳолашларини сўрайман.

Такризчи:

**Жисмоний тарбия кафедраси
ўқитувчи Исмадова Ў.А.**

