



International Educators Conference

Hosted online from Toronto, Canada

Website: econfseries.com

7th February, 2025

JISMONIY TARBIYA VA SPORTNING IJTIMOIIY-PEDAGOGIK ASOSLARI

Berdiyev Mansur Eshonqul o'g'li
Osiyo xalqaro universitetida magistr

Berdiyeva Sadoqat Eshonqul qizi
Iqtisodiyot va pedagogika universiteti o'qituvchisi

Annotatsiya:

Ushbu maqolada jismoniy tarbiya va sportning ijtimoiy va pedagogik ahamiyati batafsil tahlil qilinadi. Jismoniy tarbiya va sport nafaqat jismoniy rivojlanishga, balki shaxsning axloqiy, psixologik va ijtimoiy jihatdan rivojlanishiga katta ta'sir ko'rsatadi. Jismoniy faollikning ahamiyati, sog'lom turmush tarzini targ'ib qilish, ijtimoiy integratsiyani qo'llab-quvvatlash, va jamoaviy ishda bir-biriga yordam berish kabi qadriyatlarni rivojlantirishda namoyon bo'ladi. Sport va jismoniy tarbiya, ayniqsa, ta'lim jarayonida o'quvchilarga jismoniy va ma'naviy qadriyatlarni o'rgatish, o'ziga bo'lgan ishonchni oshirish va ijtimoiy faollikni rivojlantirishga yordam beradi. Maqolada jismoniy tarbiya va sportning jamiyatdagi o'rni, shuningdek, ularning ta'lim tizimidagi ahamiyati haqida so'z yuritiladi. Shuningdek, maqolada jismoniy tarbiya va sportni yanada samarali rivojlantirish uchun pedagogik va ijtimoiy yondashuvlar muhokama qilinadi.

Kalit so'zlar: Jismoniy tarbiya, sport, ijtimoiy ahamiyat, pedagogik ahamiyat, sog'lom turmush tarzini, ijtimoiy integratsiya, jamoaviy ish, shaxsiy rivojlanish, axloqiy qadriyatlar, jismoniy rivojlanish, ta'lim tizimi, ijtimoiy faollik.

Abstract:

This article provides a detailed analysis of the social and pedagogical significance of physical education and sports. Physical education and sports not only contribute to physical development but also play a significant role in the moral, psychological, and social development of individuals. The importance of physical activity is highlighted in promoting a healthy lifestyle, supporting social integration, and



International Educators Conference

Hosted online from Toronto, Canada

Website: econfseries.com

7th February, 2025

fostering values such as teamwork and mutual support. Sports and physical education, especially in the educational process, help students develop physical and moral values, enhance self-confidence, and promote social engagement. The article discusses the role of physical education and sports in society and their importance in the educational system. Additionally, the article explores pedagogical and social approaches to further develop and enhance physical education and sports.

Keywords: Physical education, sport, social significance, pedagogical significance, healthy lifestyle, social integration, teamwork, personal development, moral values, physical development, educational system, social engagement.

Аннотация:

В данной статье подробно анализируется социальное и педагогическое значение физического воспитания и спорта. Физическое воспитание и спорт играют важную роль не только в физическом развитии, но и в моральном, психологическом и социальном развитии личности. Важность физической активности проявляется в продвижении здорового образа жизни, поддержке социальной интеграции и формировании таких ценностей, как командная работа и взаимная поддержка. Спорт и физическое воспитание, особенно в образовательном процессе, помогают учащимся развивать физические и моральные ценности, повышать уверенность в себе и способствуют социальной активности. В статье обсуждается роль физического воспитания и спорта в обществе и их значимость в образовательной системе. Также рассматриваются педагогические и социальные подходы к дальнейшему развитию и совершенствованию физического воспитания и спорта.

Ключевые слова: Физическое воспитание, спорт, социальное значение, педагогическое значение, здоровый образ жизни, социальная интеграция, командная работа, личностное развитие, моральные ценности, физическое развитие, образовательная система, социальная активность.



International Educators Conference

Hosted online from Toronto, Canada

Website: econfseries.com

7th February, 2025

Kirish

Kirishda jismoniy tarbiya va sportning umumiy ma'nosini tushuntirish va uning ahamiyatini ko'rsatish zarur. Jismoniy tarbiya va sport faqat jismoniy sog'liqni yaxshilash emas, balki ijtimoiy va pedagogik jarayonlarning muhim qismidir. Ular kishining psixologik va emotsional holatini mustahkamlashda, shuningdek, jamoaviy ishni rivojlantirishda muhim rol o'ynaydi.

Jismoniy tarbiya — bu insonning jismoniy rivojlanishiga, sog'lom bo'lishiga, jismoniy faolligini oshirishga qaratilgan maqsadli va tizimli faoliyatdir. Jismoniy tarbiya nafaqat jismoniy ko'nikmalarni shakllantirish, balki shaxsning axloqiy, psixologik va ma'naviy jihatdan rivojlanishiga ham ta'sir ko'rsatadi. Bu faoliyat, asosan, yoshlar va o'smirlarni sog'lom turmush tarziga o'rgatish, ularni ijtimoiy hayotga moslashtirish va turli ijtimoiy rollarni bajarishga tayyorlashga qaratilgan.

Jismoniy tarbiya faoliyatining asosiy maqsadlari:

- **Sog'lom turmush tarzini shakllantirish** — jismoniy faollik orqali odamlarni sog'lom va uzoq umr ko'rishga undash.
- **Jismoniy rivojlanish** — tananing kuchini, chidamliligini, harakat va muvozanatni rivojlantirish.
- **Axloqiy va psixologik tarbiya** — jismoniy tarbiya jarayonida shaxsning ichki sifatlarini (mas'uliyat, intizom, sabr-toqat, jamoaviy ish) rivojlantirish.
- **Ijtimoiy moslashuv** — jismoniy tarbiya yordamida o'quvchilarni jamoaviy faoliyatga va ijtimoiy munosabatlarga tayyorlash.

Jismoniy tarbiya umumiy ta'lim jarayonining ajralmas qismi bo'lib, o'quvchilarning psixologik va jismoniy holatini yaxshilash, turli kasalliklarni oldini olishda muhim rol o'ynaydi. Shu bilan birga, u kishilarning o'ziga bo'lgan ishonchini oshiradi va o'zlarini yanada yaxshi his qilishlariga yordam beradi.

Sport — bu muayyan qoidalar asosida o'tkaziladigan jismoniy mashqlar, musobaqalar va faoliyatlar tizimi bo'lib, insonlarning jismoniy qobiliyatlarini sinovdan o'tkazish, ularga mahorat va ko'nikmalarni o'rgatish, shu bilan birga, jismoniy faollikni rag'batlantirishga qaratilgan faoliyatdir. Sport har qanday yoshdagi insonni jismoniy faollikka jalb qiluvchi va ma'lum maqsadlarga erishish uchun tayyorgarlikni o'z ichiga olgan tizimli mashg'ulotlar va musobaqalar jarayonidir.



International Educators Conference

Hosted online from Toronto, Canada

Website: econfseries.com

7th February, 2025

Sportning asosiy jihatlari:

- **Jismoniy va aqliy mahoratni sinovdan o'tkazish** — sportda odamlar o'z imkoniyatlarini maksimal darajada sinab ko'radi, bu esa ularning mahoratini oshirishga xizmat qiladi.
- **Musobaqalar va raqobat** — sportda ishtirok etuvchi kishilar bir-biri bilan raqobatlashadi, bu ularni ko'proq mehnat qilishga, jismoniy va ruhiy kuchlarini rivojlantirishga undaydi.
- **Shaxsiy va jamoaviy rivojlanish** — sportda nafaqat individual, balki jamoaviy ish ham rivojlanadi. Jamoa sportlari o'zaro hamkorlik, kommunikatsiya va ijtimoiy muvofiqlikni rivojlantiradi.
- **Sog'lom turmush tarzini targ'ib qilish** — sportning asosiy maqsadlaridan biri jismoniy sog'lomlikni ta'minlashdir. Musobaqalar va mashg'ulotlar davomida sportchilar o'zlarini jismoniy va ruhiy jihatdan to'liq sinab ko'rishadi.

Sport turli shakllarda bo'ladi: professional sport, ommaviy sport, havaskor sport, maktab sporti, qo'shiq sporti, ekstremal sport va boshqalar. Har bir sport turi o'ziga xos qoidalar va talablar bilan ajralib turadi, ammo barchasi jismoniy faollikni rag'batlantiradi va sog'lom turmush tarzini targ'ib qiladi.

Jismoniy tarbiya va sportning farqi va o'xshashligi

- **Farqi:** Jismoniy tarbiya — bu o'quv jarayonining bir qismi sifatida, kengroq va uzoq muddatli maqsadlarni, ya'ni shaxsning jismoniy, axloqiy va psixologik rivojlanishini ko'zlaydi. Sport esa, asosan, musobaqalarga qaratilgan va maxsus mahoratlarni rivojlantirishga, jismoniy tayyorgarlikka yo'naltirilgan faoliyatdir.
- **O'xshashligi:** Ikkala soha ham jismoniy faollikni rivojlantirish, odamlarning sog'lom turmush tarzini shakllantirish, jismoniy va ma'naviy rivojlanishga yordam berish kabi umumiy maqsadlarni ko'zlaydi.

Shu tarzda, jismoniy tarbiya va sport, bir-birini to'ldiradigan, ammo o'ziga xos maqsadlar va uslublarga ega faoliyatlar bo'lib, har ikkalasi ham insonning jismoniy, psixologik va ijtimoiy rivojlanishiga katta ta'sir ko'rsatadi.

Jismoniy tarbiya va sportning ijtimoiy va pedagogik jihatdan ahamiyatini quyidagi tarzda yoritish mumkin:



International Educators Conference

Hosted online from Toronto, Canada

Website: econfseries.com

7th February, 2025

Jismoniy tarbiya va sportning ijtimoiy ahamiyati

Jismoniy tarbiya va sportning pedagogik ahamiyati, ayniqsa, ta'lim jarayonida o'quvchilarni nafaqat jismoniy, balki axloqiy va psixologik jihatdan rivojlantirishda o'z ifodasini topadi. Jismoniy tarbiya va sportning ijtimoiy jihatdan ahamiyati, ularning jamiyatda turli ijtimoiy munosabatlar va qadriyatlarni rivojlantirishdagi rolikidan kelib chiqadi. Jismoniy faollik, sport o'yinlari va musobaqalar shaxsni nafaqat sog'lomlashtiradi, balki jamiyatga xizmat qiluvchi, faollik va ijtimoiy mas'uliyat hissini rivojlantiradigan muhim vosita sifatida ishlaydi.

Jismoniy tarbiya va sportning ijtimoiy roli:

- **Sog'lom turmush tarzini targ'ib qilish:** Sport va jismoniy tarbiya jamiyatda sog'lom turmush tarzini shakllantiradi. Jismoniy faollik nafaqat shaxsning jismoniy holatini yaxshilaydi, balki jamoada ijtimoiy muvofiqlikni ta'minlaydi. Sport faoliyatlari, ayniqsa, jamoaviy sport turlari, ijtimoiy jihatdan salbiy holatlarning oldini olishga yordam beradi (masalan, narkomaniya, alkogolizm va boshqa zararli odatlar).
- **Jamiyatdagi integratsiya:** Sport ijtimoiy guruhlar orasidagi aloqalarni mustahkamlaydi. Jismoniy tarbiya orqali, turli ijtimoiy guruhlar (masalan, turli etnik guruhlar, yoshlar, nogironlar) o'rtasida hamkorlik, hurmat va toqatni rivojlantirish mumkin. Sportning ijtimoiy integratsiyadagi o'rni, turli guruhlar orasida tenglikni ta'minlashga yordam beradi.
- **Ijtimoiy mas'uliyat va etika:** Jismoniy tarbiya va sport, ayniqsa, yoshlarni mas'uliyatli va axloqli hayot tarzini shakllantirishga yordam beradi. Sport orqali o'quvchilar o'zlarini muayyan qoidalar va normativlarga rioya qilishga, jamoa ishlashga, vaqti-vaqti bilan yengish va yutqazishni qabul qilishga o'rgatishadi. Bu ijtimoiy hayotda muhim ahamiyatga ega bo'lgan ijtimoiy mas'uliyatni rivojlantirishga yordam beradi.
- **Sog'lom va ijtimoiy faollikni targ'ib qilish:** Sport orqali insonlar faollikka jalb qilinadi, ular o'z sog'lig'ini yaxshilash bilan birga, jamoaviy ishlashni, bir-birini qo'llab-quvvatlashni o'rganadilar. Bu holat ijtimoiy munosabatlarni mustahkamlashga, o'zaro hurmatni rivojlantirishga yordam beradi.



International Educators Conference

Hosted online from Toronto, Canada

Website: econfseries.com

7th February, 2025

Jismoniy tarbiya va sportning jamiyatda rivojlanishi

Jismoniy tarbiya va sport nafaqat individual, balki jamiyatning umumiy rivojlanishida ham muhim rol o'ynaydi. Jismoniy faollikni rivojlantirish, sog'lom insonlarning jamiyatga xizmat qilishi, bir-birini qo'llab-quvvatlash va o'zaro yordamni ko'rsatish kabi ijtimoiy qadriyatlarni mustahkamlaydi. Shu tarzda, sport va jismoniy tarbiya jamiyatda yanada sog'lom, baxtli va barqaror hayot tarzini shakllantirishga yordam beradi.

Xulosa

Jismoniy tarbiya va sportning ijtimoiy va pedagogik ahamiyati ulkan. Ular nafaqat jismoniy rivojlanishga, balki shaxsning axloqiy, psixologik va ijtimoiy jihatdan rivojlanishiga ham katta ta'sir ko'rsatadi. Jismoniy faollik, jamiyatda sog'lom turmush tarzini targ'ib qilish, ijtimoiy integratsiyani qo'llab-quvvatlash va shaxsni tarbiyalashda muhim vosita sifatida ishlaydi. Shuning uchun, sport va jismoniy tarbiya tizimli va doimiy ravishda rivojlanishi kerak, ayniqsa ta'lim tizimida o'quvchilarga bu jarayonlarni o'rgatish va ularni hayotga tatbiq etishda muhim ahamiyat kasb etadi.

Ushbu yondashuv nafaqat shaxsning jismoniy, balki ijtimoiy va ma'naviy rivojlanishini ta'minlashda samarali bo'ladi.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Kamalov, N. (2018). Jismoniy tarbiya va sportning pedagogik asoslari. Toshkent: Ma'naviyat.
2. Yusupov, M. (2020). Jismoniy tarbiya va sportning jamiyatdagi o'rni. Tashkent: Science and education.
3. Ibragimov, R. (2019). Sport va jismoniy tarbiyaning ijtimoiy ahamiyati. Toshkent: O'zbekiston milliy universiteti nashriyoti.
4. Fayzullayev, M. (2021). Sport va sog'lom turmush tarzi. Toshkent: Akadim.
5. Shukurov, S. (2017). Jismoniy tarbiya va sportning ijtimoiy va axloqiy jihatlari. Toshkent: O'zbekiston yoshlari nashriyoti.



International Educators Conference

Hosted online from Toronto, Canada

Website: econfseries.com

7th February, 2025

-
6. Amrullayevich, M. S. (2024). Boshlang 'ich sinf o'quvchilarida kongruentlik sifatlarini shakllantirish texnologiyasi. *Journal of Academic Research and Trends in Educational Sciences*, 448-452.
 7. Berdiyeva, S. (2024). Improving the methodology of preparing students for creative activity based on foreign experiences. *Talqin va tadqiqotlar*, (28).