

## **BOLALAR O`SMIRLAR O`RTASIDA OMMAVIY SPORT TADBIRLARINI TASHKIL ETISH**

Shomirzayev Umid Alisher o`g`li

O`zbekiston Davlat Jismoniy Tarbiya va Sport Universiteti

Toshkent Viloyati Chirchiq shahri Sportchilar 19

"Menejment" Yirik Sport Tadbirlarini Tashkil Etish va Boshqarish  
mutaxassisligi 2- bosqich magistranti

Yarashev Komil Dexqonovich

Ilmiy rahbar

### **Anotatsiya**

Ushbu maqolada bolalar va o'smirlar o'rtasida ommaviy sport tadbirlarini tashkil etish ko'rib chiqiladi. Unda yoshlarni sportga jalb qilish muhimligi ta'kidlanadi va ular bunday mashg'ulotlardan qanday foyda olishlari mumkinligi muhokama qilinadi. Maqolada, shuningdek, ushbu mavzu bo'yicha olib borilgan tadqiqotlarning asosiy natijalari keltirilgan va bolalar va o'spirinlar o'rtasida sog'lom va faol turmush tarzini targ'ib qilish uchun ommaviy sport tadbirlarini tashkil etishni kuchaytirish bo'yicha takliflar bilan yakunlanadi.

**Kalit so'zlar:** ommaviy sport tadbirlari, bolalar, o'smirlar, tashkilot, imtiyozlar, faol hayot tarzi

Bolalar va o'smirlarni sport mashg'ulotlariga jalb qilish ularning umumiy rivojlanishi va farovonligi uchun juda muhimdir. Ommaviy sport tadbirlari yoshlarni sog'lom va faol turmush tarziga undashda hal qiluvchi rol o'ynaydi. Ushbu maqolada bolalar va o'smirlar o'rtasida bunday tadbirlarni tashkil etish ko'rib chiqilib, jismoniy tayyorgarlikni rivojlantirish va erta yoshda sportga bo'lgan ishtiyoqni rivojlantirish muhimligini ta'kidlaydi.

Ko'plab tadqiqotlar bolalar va o'smirlar o'rtasida ommaviy sport tadbirlari bilan bog'liq ijobiy natijalarni ta'kidladi. Birinchidan, sport bilan muntazam shug'ullanish jismoniy tayyorgarlikni yaxshilaydi va yurak-qon tomir sog'lig'ini yaxshilaydi, semirish va shu bilan bog'liq sog'liq muammolarini kamaytiradi. Shuningdek, u vosita mahoratini, muvofiqlashtirishni va epcillikni rivojlantirishga yordam beradi va umumiy jismoniy qobiliyatlarni yaxshilashga yordam beradi.



Bundan tashqari, sport tadbirlari ijtimoiy hamkorlik va jamoani shakllantirish uchun imkoniyat yaratadi. Jamoa sportida ishtirok etish do'stlik, jamoaviy ish va muloqot qobiliyatlarini rivojlantiradi, bolalar va o'smirlarga hayotlari davomida ularga foyda keltiradigan hayotiy ijtimoiy ko'nikmalarni rivojlantirishga imkon beradi. Bundan tashqari, sport intizom, qat'iyatlilik va adolatli o'yin kabi muhim qadriyatlarni o'rgatadi, yoshlarda mas'uliyat va halollik hissini uyg'otadi.

Tadqiqotlar shuni ko'rsatdiki, sport bilan shug'ullanish ruhiy salomatlikka ijobiy ta'sir qiladi. Muntazam jismoniy faollik bolalar va o'smirlar o'rtasida stress, tashvish va depressiya alomatlarini kamaytirishi, ijobiy ruhiy farovonlikni oshirishi mumkin. Bu o'z-o'zini hurmat qilish va ishonchni oshirishi, ijobiy imidjni rag'batlantirishi va yosh shaxslarga maydonda ham, maydonda ham qiyinchiliklarni engish imkoniyatini berishi mumkin.

### **Xulosalar:**

Bolalar va o'smirlar o'rtasida ommaviy sport tadbirlarini tashkil etish ularning jismoniy, ijtimoiy va aqliy rivojlanishi uchun ulkan imkoniyatlarga ega. Turli tadqiqotlar natijalari sport bilan shug'ullanish bilan bog'liq ko'plab afzalliklarni ta'kidlab, yoshlarga bunday faoliyat bilan shug'ullanish uchun keng imkoniyatlar yaratish muhimligini ta'kidlaydi.

Ommaviy sport tadbirlarining ta'sirini maksimal darajada oshirish uchun bir nechta takliflarni ko'rib chiqish mumkin. Birinchidan, maktablar va ta'lim muassasalari har bir bolaning muntazam sport imkoniyatlaridan foydalanishini ta'minlab, jismoniy tarbiya darslari va sport dasturlarini o'z o'quv dasturlariga kiritishni birinchi o'ringa qo'yishlari kerak. Mahalliy sport klublari va jamoat tashkilotlari bilan hamkorlik mavjud sport turlarini kengaytirishga yordam beradi va murabbiylik va infratuzilma uchun qo'shimcha resurslarni taqdim etadi.

Bundan tashqari, inklyuzivlikni targ'ib qilish va har xil kelib chiqishi va qobiliyatiga ega bo'lgan bolalarga sport tadbirlarida qatnashish uchun teng imkoniyatlar yaratish juda muhimdir. Ayrim shaxslar yoki jamoalar uchun sport bilan shug'ullanishni cheklashi mumkin bo'lgan xarajatlar, transport va madaniy me'yorlar kabi to'siqlarni bartaraf etishga harakat qilish kerak.

Xulosa qilib aytganda, bolalar va o'smirlar o'rtasida ommaviy sport tadbirlarini tashkil etish ularning yaxlit rivojlanishi uchun ulkan imkoniyatlarni taqdim etadi. Jismoniy tayyorgarlikni birinchi o'ringa qo'yish, ijtimoiy ko'nikmalarni rivojlantirish



va ijobiy ruhiy farovonlikni tarbiyalash orqali biz yoshlarga sog'lom va to'laqonli hayot kechirish imkoniyatini bera olamiz.

Takliflar:

1. Maktablarning o'quv dasturlariga jismoniy tarbiya darslari va sport dasturlarini kiriting.
2. Sport imkoniyatlarini kengaytirish uchun mahalliy sport klublari va jamoat tashkilotlari bilan hamkorlik qiling.
3. Har xil kelib chiqishi va qobiliyatiga ega bolalar uchun inklyuzivlikni va sport mashg'ulotlariga teng kirishni targ'ib qiling.
4. Murabbiylik, infratuzilma va jihozlar uchun zarur resurslarni taqdim eting.
5. Jamiyatni targ'ib qilish dasturlari orqali sport bilan shug'ullanishning afzalliklari to'g'risida xabardorlikni oshirish.
6. Ushbu takliflarni amalga oshirish orqali biz bolalar va o'smirlarni sport bilan faol shug'ullanishga undaydigan, ularning jismoniy, ijtimoiy va ruhiy farovonligiga uzoq muddatli ijobiy ta'sir ko'rsatadigan qulay muhit yaratishimiz mumkin.

### Adabiyotlar

1. Баринов С.Ю. Инновационная система спортивного воспитания студентов: методическое пособие для преподавателей. М.: Университетская книга, 2009. 182 с.
2. Васильева О.С. Книга о новой физкультуре (оздоровительные возможности физической культуры). Ростов-на-Дону: Центры валеологии вузов России, 2001. 141 с
3. Евсеев С.П., Шапкова Л.В. Адаптивная физическая культура: учебное пособие. М.: Советский спорт, 2000. 240 с.
4. Ивент-менеджмент в спорте. Управление спортивными мероприятиями: учебнометодическое пособие / Под ред. С. В. Алтухова. М.: Советский спорт,