

**O'ZBEKISTONDA OMMAVIY SPORTNI RIVOJLANTIRISHNING DOLZARB
MASALALARI****Rahmanova Dilfuza Abdibannayevna**

Oriental universiteti katta o'qituvchisi.

e-mail: raxmonova2205@gmail.com**Bobojonova Fotima Ravshan qizi**

Jismoniy madaniyat yo'nalishi talabasi.

<https://doi.org/10.5281/zenodo.17739280>

Annotatsiya. Mazkur maqolada O'zbekiston Respublikasida ommaviy sport va sog'lom turmush tarzini rivojlantirish bo'yicha amalga oshirilayotgan islohotlar, hukumat qarorlari va ularning amaliy natijalari tahlil qilingan. Tadqiqotda jismoniy tarbiya tizimining barcha bosqichlarida — oiladan tortib oliy ta'lim muassasalarigacha - jismoniy faollikni ommalashtirish borasida ko'rilyotgan chora-tadbirlar yoritiladi. Shuningdek, "Salomatlik yo'laklari"ni tashkil etish, jismoniy imkoniyati cheklangan aholini sportga jalb etish, zamonaviy infratuzilma yaratish va raqamli texnologiyalarni joriy etishning ahamiyati tahlil qilinadi.

Maqola yakunida ommaviy sportni tizimli rivojlantirishning istiqbollari hamda jamiyat salomatligiga ta'siri bo'yicha xulosalar keltirilgan.

Kalit so'zlar: Ommaviy sport, sog'lom turmush tarzi, jismoniy tarbiya, infratuzilma, Salomatlik yo'laklari, yoshlar jismoniy faolligi, raqamli texnologiyalar, sport siyosati.

Аннотация. В данной статье проведён анализ реформ, осуществляемых в Республике Узбекистан по развитию массового спорта и здорового образа жизни, изучены принимаемые государственные решения и их практические результаты. В исследовании освещаются меры, направленные на популяризацию физической активности на всех этапах системы физического воспитания — от семьи до высших учебных заведений. Кроме того, рассматривается значение создания «Дорог здоровья», привлечения к спорту лиц с ограниченными возможностями, формирования современной спортивной инфраструктуры и внедрения цифровых технологий. В заключительной части статьи представлены выводы об основных перспективах системного развития массового спорта и его влиянии на здоровье населения.

Ключевые слова: массовый спорт, здоровый образ жизни, физическая культура, инфраструктура, Дороги здоровья, физическая активность молодежи, цифровые технологии, спортивная политика.

Kirish. Bugungi kunda shaxs salomatligi va barkamol kamolotini ta'minlashda, yoshlarni mehnatga tayyorlashda jismoniy tarbiya va uni kundalik hayotga joriy etishning ahamiyati tobora ortib bormoqda. Shu sababli O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2018-yil 5-iyundagi PQ3775 son "Oliy ta'lim muassasalarida ta'lim sifatini oshirish va ularning mamlakatda amalga oshirilayotgan keng qamrovli islohotlarda faol ishtirokini ta'minlash bo'yicha qo'shimcha chora-tadbirlar to'g'risida"gi qarori, 2020-yil 24 yanvardagi PF-5924-son "O'zbekiston Respublikasida jismoniy tarbiya va ommaviy sportni yanada takomillashtirish va ommalashtirish chora-tadbirlari to'g'risida"gi farmon va 2021-yil 5-noyabrda PQ-5281-son "2024 yil Parij shahrida (Fransiya) bo'lib o'tadigan XXXIII yozgi Olimpiya va XVII 182 Paralimpiya o'yinlariga O'zbekiston sportchilarini kompleks tayyorlash to'g'risida"gi hamda 2022-yil 4-noyabrda PQ-414-son "Jismoniy tarbiya va sport sohasida kadrlarni tayyorlash hamda ilmiy tadqiqotlar tizimini yanada takomillashtirish chora-tadbirlari to'g'risida"gi qarorlarining qabul qilinishi ham mazkur

masalalarga alohida e'tibor qaratish zarurligini ko'rsatmoqda. Albatta, mazkur farmon va qarorlar ijrosini ta'minlash, qolaversa, amaliyotga joriy etish bugungi kundagi dolzarb masalalardan sanaladi. Jismoniy tarbiya va ommaviy sport bilan muntazam shug'ullanish hamda sog'lom turmush tarzi bo'yicha hayotiy ko'nikmalarni shakllantirish orqali har bir fuqaroda kasallikka qarshi kuchli immun tizimi paydo bo'lishini ta'minlash, zararli odatlardan voz kechish, to'g'ri ovqatlanish tamoyillariga amal qilish, tiklash va rehabilitatsiya ishlari hamda ommaviy jismoniy faollik tadbirlarini tizimli va samarali tashkil qilish, bu borada tegishli infratuzilma va boshqa zarur shart-sharoitlarni yaratilishida quyidagilarni belgilash mumkin:

Sog'lom turmush tarzini hayotga keng tatbiq etish va ommaviy sportni yanada rivojlantirishning asosiy yo'nalishlari etib belgilanishida quyidagilar e'tiborga olingan:

- har bir oila, mahalla va tuman (shahar)da, maktabgacha, umumiy o'rta, o'rta maxsus, professional va oliy ta'lim muassasalarida hamda boshqa tashkilotlarda jismoniy tarbiya va ommaviy sport bilan shug'ullanishga shart-sharoitlar yaratish;

- ommaviy sportni rivojlantirish bo'yicha oilalar, sinflar, mehnat jamoalari va hududlar o'rtasida sport musobaqalarini muntazam ravishda o'tkazish;

- aholi turli guruhlarining sog'lom ovqatlanishga bo'lgan ehtiyojlarini qondirishni ta'minlaydigan shart-sharoitlar yaratish, tarkibida tuz, qand va yog' miqdori ko'p bo'lgan hamda xamirli taom va shirinliklarni, non mahsulotlarini iste'mol qilishni qisqartirish, zararli odatlardan, xususan, alkogol va tamaki mahsulotlarini iste'mol qilishdan voz kechish yo'li bilan kasallikka chalinish, ortiqcha vazn holatlari (semizlik) va bevaqt vafot etishni kamaytirish;

- aholi o'rtasida sog'lom ovqatlanish madaniyatini keng targ'ib qilish, shu jumladan, tartibsiz va kechki uyqu oldidan ovqatlanish odatlaridan voz kechish;

- sanitariya-gigiyena qoidalariga rioya etilishini oilalar, mahallalar, maktabgacha 183 ta'lim va umumta'lim muassasalari darajasida sog'lom turmush tarzining ajralmas qismi sifatida targ'ib qilish;

- maktabgacha ta'lim, umumta'lim, o'rta maxsus, professional va oliy ta'lim muassasalarida, korxona, tashkilot va boshqa turdagi barcha muassasalarda jismoniy tarbiya va sport bilan shug'ullanish uchun zamonaviy moddiy-texnika bazasini shakllantirish.

Respublikada aholi o'rtasida ommaviy sportni rivojlantirish va sog'lom turmush tarzini targ'ib qilishda — yurish, yugurish, mini-futbol, velosport, badminton, stritbol, "Workout" (mahalla va ko'cha fitnesi) sportning ustuvor turlari etib belgilangan.

Yurish, yugurish, mini-futbol, velosport, badminton, stritbol va "Workout" sport turlarini ommaviylashtirish va rivojlantirish dasturlarini amalga oshirish uchun Davlat budjetidan 2021-yildan boshlab dasturlar to'liq bajarilgunga qadar har yili 104 milliard so'mdan; - jismoniy imkoniyati cheklangan va nogironligi bo'lgan shaxslarni jismoniy tarbiya va sport bilan shug'ullanishga jalb qilishga qaratilgan dasturlarni moliyalashtirish uchun Davlat budjetidan 2021-yildan boshlab dasturlar to'liq bajarilgunga qadar har yili 10 milliard so'mdan mablag'lar ajratildi.

Qoraqalpog'iston Respublikasi Vazirlar Kengashi, viloyatlar va Toshkent shahar hokimliklari Qurilish vazirligi bilan birgalikda 2020-yil 15 noyabrga qadar har bir tuman markazi va shaharlarda piyoda va velosipedda yurish uchun "Salomatlik yo'laklari"ni tashkil etish bo'yicha tegishli loyihalarni ishlab chiqib, keng jamoatchilik muhokamasida ko'rib chiqildi, 2021-yil 1-yanvardan boshlab qurilish ishlarini boshlanib va 2021-yil 1-mayga qadar to'liq tugatildi. Bunda, quyidagilar nazarda tutildi: piyodalar va velosiped yo'laklarining umumiy uzunligi 3-5 kilometrni tashkil etishi hamda o'zaro uzviy bog'liq bo'lishi; zamonaviy,

energotejamkor (harakat sensorlari bilan jihozlangan) yoritish tizimlari va yorug'lik qaytaruvchi, yo'laklarning boshlanishi, oralig'i va yakunini ko'rsatuvchi yo'l belgilari bilan to'liq ta'minlanishi; piyodalar va velosiped yo'laklarini barpo etishda alohida harakatlanish imkoniyatlari yaratilishi hamda nogironligi bo'lgan shaxslar uchun "to'siqsiz muhit" tashkil etilishi. Iqtisodiy taraqqiyot va kambag'allikni qisqartirish vazirligi Moliya vazirligi bilan birgalikda 2021-yil uchun investitsiya dasturi doirasida markazlashgan kapital qo'yilmalar hisobidan markaziy ko'chalarni modernizatsiya qilish uchun jami 1,4 trillion so'm mablag'lar ajratilishi ta'minlandi.

Toshkent shahar hokimligi 2021-yil davomida bosqichma-bosqich barcha tumanlarda aholi uchun qulay bo'lgan ko'chalarda umumiy uzunligi 50 kilometr bo'lgan piyoda va velosipedda yurish uchun "Salomatlik yo'laklari"ni tashkil etildi. Mazkur maqsadlar uchun Tiklanish va taraqqiyot jamg'armasi Toshkent shahar hokimligiga 2023-2024-yillarda qaytarish sharti bilan 20 million AQSh dollari miqdorida foizsiz ssuda ajratildi. Ushbu tajribadan kelib chiqib, 2022-yildan boshlab Nukus, Buxoro, Nurafshon, 184 Samarqand, Termiz, Xiva, Shahrisabz va Qo'qon shaharlarida hamda 2023-yildan boshlab respublikaning barcha yirik shaharlarida piyoda va velosipedda yurish uchun "Salomatlik yo'laklari" tashkil etilishi ta'minlandi.

XULOSA

Xulosa qilib aytganda, jismoniy tarbiya va sport soxasida keng ko'lamli ishlar amalga oshirildi. Aholining, ayniqsa, yosh avlodning jismoniy tarbiya va ommaviy sport bilan muntazam shug'ullanishi uchun zarur sharoitlar yaratildi. Shahar va qishloqlarda zamonaviy sport komplekslari bunyod etildi. Iste'dodli bolalarni tanlash va professional sportchilarni tayyorlash bo'yicha uzluksiz tizim yaratildi. Umumta'lim maktablari va bolalar sport majmualaridagi mashg'ulotlarda 256 qobiliyati ko'zga tashlangan o'g'il-qizlar bolalar va o'smirlar sport maktablari, sport kollejlari olinib, professional yondashuvlar asosida tarbiyalanmoqda. Oliy o'quv yurtlari va o'quv-yig'in mashg'ulotlarida mahoratini oshirmoqda. Shu bilan birga, bugungi kunda asosiy yoshlar muhitida ommaviy sportni rivojlantirish ko'proq darajada tadbir ko'rinishiga ega bo'lib qolmoqda, degan xulosaga kelish ham mumkin. Turli bir martalik sport tadbirlar ehtimol yoshlarga doimiy sport bilan shug'ullanish uchun turtki bo'lishi va kelgusida sportchi bo'lib etishishlariga xizmat qilishi mumkin, biroq ommaviy sportni keng yoshlar orasida tizimli tashkil etilishi jamiyatimizga ko'proq foyda keltirishining aniqligini barcha soha mutahassislari ta'kidlamodalar.

FOYDALANILGANADABIYOTLAR RO'YXATI

1. Jismoniy tarbiya va ommaviy sportni yanada rivojlantirish chora-tadbirlari to'g'risidagi O'zbekiston Respublikasi Prezidentining Qarori, 03.06.2017 yildagi PQ-3031-son
2. O'zbekiston Respublikasi Prezidenti PQ-3775-son, 05.06.2018 — "Oliy ta'lim muassasalarida ta'lim sifatini oshirish va ularning mamlakatda amalga oshirilayotgan keng qamrovli islohotlarda faol ishtirokini ta'minlash bo'yicha qo'shimcha chora-tadbirlar to'g'risida" Lex.uz+2new.tdpu.uz+2
3. O'zbekiston Respublikasi Prezidenti PF-5924-son, 24.01.2020 — "O'zbekiston Respublikasida jismoniy tarbiya va sportni yanada takomillashtirish va ommalashtirish chora-tadbirlari to'g'risida"

4. O‘zbekiston Respublikasi Prezidenti PQ-5281-son, 05.11.2021 — “2024-yil Parij shahrida (Fransiya) bo‘lib o‘tadigan XXXIII yozgi Olimpiya va XVII Paralimpiya o‘yinlariga O‘zbekiston sportchilarini tayyorlash dasturi to‘g‘risida”
5. O‘zbekiston Respublikasi Prezidenti PQ-414-son, 04.11.2022 — to‘liq nomi: “Jismoniy tarbiya, sport va yoshlar siyosati sohasida qo‘shimcha chora-tadbirlar to‘g‘risida” (nomi manbada: sport faoliyati mutaxassisligi kursida isbotlangan).
6. O‘zbekiston Respublikasi Prezidenti PQ-3031-son, 03.06.2017 — “Jismoniy tarbiya va ommaviy sportni yanada rivojlantirish chora-tadbirlari to‘g‘risida” (ko‘plab huquqiy manbalarda uchraydi).
7. Vasil’eva, E.B. — «Физическая культура и спорт как основа здорового образа жизни учащейся молодёжи», ARES, V-4, ISSN 2181-1385.
8. O‘zbekiston Respublikasi Sport va Yoshlar Siyosati Vazirligi — rasmiy ma’lumotlar.
9. Statistik hisobotlar: “O‘zbekistonda sog‘lom turmush tarzini rivojlantirish” bo‘yicha 2021–2023 yillar hisobotlari.