

SPORT-SOG‘LOMLASHTIRISH TURIZMI ORQALI TALABALARNING JISMONIY
TAYYORGARLIGINI RIVOJLANTIRISH

Abdurazzaxov Abdurasul Abdurazzaxovich

O‘zbekiston davlat jismoniy tarbiya va sport universiteti o‘qituvchisi
Chirchiq shahri

Email: abdurazzaxovabdurasul874@gmail.com [+99899-088-70-90](tel:+99899-088-70-90)

Annotatsiya. Ushbu maqolada talabalarning barkamol shaxs bo‘lib tarbiyalanishida sport-sog‘lomlashtirish turizmini o‘rni va ahamiyati bayon etilgan bo‘lib, turizm orqali talabalarni funksional holatini yaxshilash va jismoniy tayyorgarlik darajasiga ta’siri yoritib berilgan.

Kalit so‘zlar: sport, sog‘lomlashtirish, turistik sayr, maxsus testlar, vosita, jismoniy tayyorgarlik natijalari.

Kirish. O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining 2019-2025-yillarda turizm sohasini rivojlantirish Konsepsiyasiga muvofiq turizm faoliyati sohasidagi normativ-huquqiy bazani takomillashtirish, turizmni rivojlantirish uchun qulay sharoitlar yaratish, xalqaro me’yor va standartlarni hisobga olish, turizm infratuzilmasini rivojlantirish, maqbul va qulay turizm muhitini yaratish, transport logistikasini rivojlantirish, ichki va tashqi yo‘nalishlarni kengaytirish, transport xizmatlari sifatini oshirish, turizm bozorining turli segmentlariga yo‘naltirilgan turizm mahsuloti va xizmatlarini diversifikatsiya qilish, hamda turizm faoliyati subyektlarining faolligini rag‘batlantirishni ta’minlovchi ichki turizmni rivojlantirish kabi vazifalar belgilangan.

Tadqiqot maqsadi - talabalarning salomatlik darajasini yanada mustahkamlash, talabalarni har tomonlama yetuk, barkamol, sog‘lom, jismonan baquvvat bo‘lishlariga ko‘maklashish va ma’naviy kamolotini tarbiyalash.

Tadqiqot vazifasi – bo‘ljak mutaxassis kadrlarni turizmning turli shakllari va usullariga oid bilimlar bilan qurollantirish, maktabgacha bolalar muassasalarida, umumta’lim maktablarida akademik litsey, kasb-hunar kollejlarda va oliy o‘quv yurtlarida turistik ishlarini tashkil etish va o‘rgatish.

Turizm, faol hordiq, mashq, madaniy muloqot va ko‘ngil ochishning aralashmasi sifatida mavjud. Sport-sog‘lomlashtiruvchi turizmning rivojlanishida jismoniy madaniyat ta’limi muhim ahamiyatga ega. Turizm jismoniy mashqlarga boy bo‘lib, gimnastika, o‘yinlar va boshqa jismoniy tarbiya vositalarini o‘z ichiga oladi. Sport-sog‘lomlashtiruvchi turizmi jismoniy tarbiya tizimining asosiy omillaridan biri sifatida tan olingan bo‘lib, ilmiy adabiy manbalarini o‘rganish shundan dalolat beradiki yosh avlodni sport-sog‘lomlashtirish turizmi orqali jismoniy tayyorgarlik darajasini oshirish, jismoniy sifatlarni tarbiyalash va rivojlantirish bo‘yicha qator ilmiy izlanishlar olib borilgan. Mamlakatimiz olimlaridan E.Yu. Davrenov, R.A.Abdumalikov, R.S.Salomov, A.Abdullayev, Sh.H.Xonkeldiev, K.M.Mahkamjonov, T.T.Yunusov, R.Q.Qudratov, T.X.Holdarov, V.Sh. Raximov, A.A. Abduraxmanova, V.S. Kosimova, K.B. Muxammadiev va boshqa olimlarning ilmiy manbalari muhim ahamiyat kasb etgan.

Bugungi kunda talabalarning jismoniy rivojlanishi va sog‘lom bo‘lishi uchun tabiatning tabiiy kuchlaridan, gigiyena qoidalaridan, jismoniy mashqlardan to‘g‘ri foydalanish uchun, Sport-sog‘lomlashtirish turizmi o‘quv dasturi ishlab chiqilgan bo‘lib, ushbu dasturda 120 soatga mo‘jalangan bo‘lib, 30 soat maruza mashg‘ulot, 30 soat amaliy mashg‘ulot, 60 soat mustaqil ta’lim mashg‘uloti tashkil etilgan, dasturda maruza mashg‘uloti orqali sport-sog‘lomlashtirish

turizmi faniga kirish, turizmning paydo bo'lishi va rivojlanishi tarixi, fanning maqsad va vazifalari, sayrlarda ekologiya va tabiatni asrash, aholi turar joylarida sport-sog'lomlashtirish turizmi tashkil qilish O'zbekiston Respublikasida turizmning rivojlanishning huquqiy asoslarini o'rganish, dasturda amaliy mashg'uloti orqali harakat texnikasini egallash va takomillashtirish, turistik asbob-anjomlar va sayr jarayonida ulardan to'g'ri foydalanish, sayr jarayonida tabiatni muhofaza qilish va ekologik yordam, sayr jarayonida o'z-o'zini nazorat qilish, dasturda sport-sog'lomlashtirish turizmi faniga kirish, turizmning paydo bo'lishi va rivojlanishi tarixi, fanning maqsad va vazifalari, sayrlarda ekologiya va tabiatni asrash, aholi turar joylarida sport-sog'lomlashtirish turizmi tashkil qilish O'zbekiston Respublikasida turizmning rivojlanishning huquqiy asoslarini o'rganish, harakat texnikasini egallash va takomillashtirish, turistik asbob-anjomlar va sayr jarayonida ulardan to'g'ri foydalanish, sayr jarayonida tabiatni muhofaza qilish va ekologik yordam, sayr jarayonida o'z-o'zini nazorat qilish, ushbu dastur orqali talabalarning nazariy va amaliy bilimlarini, jismoniy mashqlarni ochiq havoda bajarish, sayr qilish ularning jismoniy qobiliyatlarini rivojlantirish orqali aniqlanadi.

Xulosa

Sport-sog'lomlashtirish turizmi mashg'ulotlarni tashkil qilishda turli xil jismoniy tayyorgarlikka ega bo'lgan talabalarga "Sport-sog'lomlashtirish turizmi" dasturidan foydalanish tavsiya qilinadi, bunda dasturning barcha bo'limlarida umumiy va maxsus rivojlantiruvchi mashqlar sonini oshirib borish lozim. Shuningdek, mashqlarni shunday tanlab olish kerakki, kuchli guruh talabalarini o'z qobiliyatlarini rivojlantirishda davom etishlari, kuchsizroq o'quvchilar esa dastur talabalarini muvaffaqiyatli bajarishlari mumkin bo'lsin.

Adabiyotlar

1. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2024-yil 18-iyuldagi PF-102-son Turizm infratuzilmasini yaxshilash va xorijiy turistlar oqimini yanada oshirishga qaratilgan qo'shimcha chora-tadbirlar to'g'risida
2. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2019-2025-yillarda Turizm sohasini rivojlantirish Konsepsiyasi.
3. V.Sh.Raximov. A.Q.Demenov., F.B.Iminova "Jismoniy tarbiya va sport sog'lomlashtirish turizmi". O'quv qo'llanma. Toshkent 2022.
4. T.Xoldarov "Turizm".(Sayyoxlik): O'quv qo'llanma Toshkent 2022-yil-164 bet
5. E.Yu.Daurenov, A.K.Masharipov, M.I.Idrisov, Sport - sog'lomlashtirish turizmi O'quv qo'llanma Chirchiq – 2022.
6. E.Yu.Daurenov. Turizm darslik. Toshkent 2021 y 220 bet.
7. V.Sh.Raximov. "Oliy ta'lim tizimida sport-sog'lomlashtirish turizm kadrlarini tayyorlashning ijtimoiy pedagogik muammolari". Pedagogika ilmiy nazariy va metodik jurnal. Toshkent №5/2021 105-109 betlar