



PANDEMIYADAN KEYINGI DAVRDA JISMONIY TARBIYA VA SPORTNING RIVOJLANISHI

Ahmadjonova Madina Rahmonjon qizi

FarDU jismoniy madaniyat fakulteti

1- bosqich 25.149 guruh talabasi

Annotatsiya: Ushbu maqolada pandemiyadan keyingi davrda jismoniy tarbiya va sport sohasining rivojlanish jarayonlari tahlil qilinadi. COVID-19 pandemiyasi davrida yuzaga kelgan cheklovlar jismoniy faollikning kamayishiga, sport mashg'ulotlarining onlayn va individual shakllarga o'tishiga sabab bo'ldi. Maqolada pandemiyadan keyingi bosqichda sport infratuzilmasining tiklanishi, ommaviy sport tadbirlarining qayta yo'lga qo'yilishi hamda aholining sog'lom turmush tarziga bo'lgan qiziqishining ortishi yoritiladi.

Kalit so'zlar: pandemiyadan keyingi davr, jismoniy tarbiya, sport rivojlanishi, sog'lom turmush tarzi, ommaviy sport, sport infratuzilmasi.

Kirish

Pandemiya davri butun dunyo bo'ylab, jumladan, O'zbekistonda ham ijtimoiy hayotning barcha sohalariga sezilarli ta'sir ko'rsatdi. Xususan, jismoniy tarbiya va sport tizimi vaqtincha cheklovlar, karantin choralar va ommaviy tadbirlarning to'xtatilishi bilan bog'liq qiyinchiliklarga duch keldi. Bu holat aholining jismoniy faolligi darajasining pasayishiga va sport mashg'ulotlarining yangi shakllarga moslashishiga olib keldi. Pandemiyadan keyingi davrda esa sport va jismoniy tarbiya sohasini tiklash hamda rivojlantirish dolzarb vazifalardan biriga aylandi. Ushbu bosqichda sport infratuzilmasini qayta faollashtirish, aholini sog'lom turmush tarziga keng jalb etish, shuningdek, ta'lim muassasalarida jismoniy tarbiya jarayonini zamonaviy yondashuvlar asosida tashkil etish muhim ahamiyat kasb etmoqda.

Kirish



So‘nggi yillarda jahon miqyosida yuz bergan COVID-19 pandemiyasi barcha sohalar qatori jismoniy tarbiya va sport tizimiga ham sezilarli ta‘sir ko‘rsatdi. Karantin cheklovlari, ommaviy tadbirlarning vaqtincha to‘xtatilishi hamda sport inshootlaridan foydalanish imkoniyatlarining cheklanishi natijasida aholining jismoniy faollik darajasi pasaydi. Bu esa sog‘lom turmush tarzini saqlash va sport bilan shug‘ullanish jarayonida yangi yondashuvlarni joriy etish zaruratini yuzaga keltirdi. Pandemiyadan keyingi davrda esa jismoniy tarbiya va sportni rivojlantirish, uning uzluksizligini ta‘minlash hamda aholining sog‘lig‘ini mustahkamlashga qaratilgan keng ko‘lamli islohotlar amalga oshirilmoqda. Sport infratuzilmasini tiklash, ommaviy sport tadbirlarini qayta yo‘lga qo‘yish va raqamli texnologiyalarni joriy etish bu jarayonning muhim yo‘nalishlaridan hisoblanadi.

Adabiyotlar tahlili

Pandemiyadan keyingi davrda jismoniy tarbiya va sport sohasining rivojlanishi bo‘yicha ilmiy adabiyotlar tahlili shuni ko‘rsatadiki, ushbu yo‘nalishda bir qator mahalliy va xorijiy tadqiqotchilar tomonidan muhim izlanishlar olib borilgan. Xorijiy olimlar, xususan, jismoniy faollikning kamayishi va uning sog‘liqqa ta‘siri masalasini keng o‘rganganlar. Ularning tadqiqotlarida pandemiya davrida harakatsiz turmush tarzining ortishi, semirish, yurak-qon tomir kasalliklari xavfining oshishi kabi muammolar qayd etilgan. Shuningdek, onlayn fitnes dasturlari va raqamli sport platformalarining jadal rivojlanishi jismoniy tarbiya jarayonining muqobil shakli sifatida baholangan. Mahalliy tadqiqotchilar esa O‘zbekiston sharoitida jismoniy tarbiya tizimining pandemiyadan keyingi tiklanish jarayoniga alohida e‘tibor qaratgan. Ularning ishlarida maktab va oliy ta‘lim muassasalarida jismoniy tarbiya mashg‘ulotlarini qayta tashkil etish, sport infratuzilmasini modernizatsiya qilish hamda aholining ommaviy sportga jalb etilishi kabi masalalar yoritilgan. Shuningdek, ayrim tadqiqotlarda pandemiyadan keyingi davrda sport sohasiga raqamli texnologiyalarni joriy etish, masofaviy mashg‘ulotlar va virtual treninglarning samaradorligi ham o‘rganilgan. Bu yondashuvlar sportchilarning tayyorgarlik jarayonini uzluksiz davom ettirish imkonini bergani ta‘kidlanadi. Umuman olganda, adabiyotlar tahlili pandemiyadan keyingi davrda jismoniy tarbiya



va sport sohasida yangi tendensiyalar shakllanganini, ilmiy izlanishlar esa asosan sogʻlom turmush tarzi, raqamli transformatsiya va sport tizimini tiklash masalalariga qaratilganini koʻrsatadi.

Tadqiqot metodologiyasi

Ushbu tadqiqotda pandemiyadan keyingi davrda jismoniy tarbiya va sport sohasining rivojlanish jarayonlarini oʻrganish maqsad qilingan. Tadqiqotda nazariy va amaliy yondashuvlar uygʻunlashtirilgan holda bir nechta ilmiy metodlardan foydalanildi. Birinchidan, nazariy tahlil metodi orqali mavzuga oid mahalliy va xorijiy ilmiy adabiyotlar, maqolalar, statistik maʼlumotlar hamda rasmiy hisobotlar oʻrganildi. Bu metod pandemiya davri va undan keyingi bosqichda jismoniy tarbiya tizimida yuz bergan oʻzgarishlarni umumlashtirish imkonini berdi. Ikkinchidan, qiyosiy tahlil metodi yordamida pandemiyadan oldingi va keyingi davrda sport va jismoniy faollik holati solishtirildi. Ushbu yondashuv sport infratuzilmasi, ommaviy sport tadbirlari va taʼlim tizimidagi oʻzgarishlarni aniqlashga xizmat qildi. Uchinchidan, kuzatuv metodi asosida taʼlim muassasalari va sport mashgʻulotlarida jismoniy tarbiya jarayonining amaliy holati tahlil qilindi. Bu metod real sharoitdagi oʻzgarishlarni baholash imkonini berdi. Shuningdek, sotsiologik soʻrovlar (anketa va intervyu) orqali aholining jismoniy faollikka boʻlgan munosabati, sogʻlom turmush tarziga qiziqishi va sportga qaytish jarayoni oʻrganildi. Tadqiqot jarayonida olingan maʼlumotlar umumlashtirilib, tizimlashtirildi va ilmiy xulosalar chiqarildi. Ushbu metodologiya pandemiyadan keyingi davrda jismoniy tarbiya va sport rivojlanishini kompleks tahlil qilish imkonini berdi.

Natija va muhokama

Tadqiqot natijalari pandemiyadan keyingi davrda jismoniy tarbiya va sport tizimida sezilarli oʻzgarishlar yuz berganini koʻrsatadi. Xususan, karantin cheklovlari bekor qilingandan soʻng sport mashgʻulotlari va ommaviy jismoniy faollik bosqichma-bosqich tiklangan. Aholining sportga boʻlgan qiziqishi ortib, sogʻlom turmush tarziga eʼtibor kuchayganligi aniqlangan. Oʻrganishlar shuni koʻrsatadiki, taʼlim muassasalarida jismoniy tarbiya darslari anʼanaviy shaklga qaytishi bilan birga, zamonaviy yondashuvlar ham joriy etilgan. Masalan, individual



mashg'ulotlar, onlayn treninglar va aralash (gibrid) o'qitish usullari qo'llanila boshlangan. Bu esa o'quvchilarning jismoniy faolligini oshirishga ijobiy ta'sir ko'rsatgan. Sport infratuzilmasi sohasida ham tiklanish jarayoni tezlashgani kuzatiladi. Yangi sport majmualarining qurilishi, mavjud inshootlarning modernizatsiya qilinishi hamda ommaviy sport tadbirlarining qayta yo'lga qo'yilishi aholi orasida sport bilan shug'ullanish imkoniyatlarini kengaytirdi. Shu bilan birga, professional sportchilarning tayyorgarlik jarayonida raqamli texnologiyalar va ilmiy asoslangan yondashuvlar muhim o'rin egallay boshladi. Muhokama jarayonida shuni ta'kidlash lozimki, pandemiyadan keyingi davrda erishilgan ijobiy natijalarga qaramay, ayrim muammolar ham saqlanib qolgan. Jumladan, ayrim hududlarda sport infratuzilmasining yetarli darajada rivojlanmaganligi, aholining barcha qatlamlarini sportga to'liq jalb etishdagi qiyinchiliklar va malakali mutaxassislar yetishmasligi shular jumlasidandir. Umuman olganda, tadqiqot natijalari pandemiyadan keyingi davr jismoniy tarbiya va sport tizimi uchun nafaqat tiklanish, balki sifat jihatdan yangi bosqichga o'tish davri bo'lganini ko'rsatadi. Bu jarayonda innovatsion yondashuvlar va davlat dasturlarining ahamiyati juda katta ekani tasdiqlandi.

Xulosa va tavsiya

Mazkur tadqiqot natijalariga ko'ra, pandemiyadan keyingi davrda jismoniy tarbiya va sport sohasi bosqichma-bosqich tiklanib, yangi rivojlanish yo'nalishlariga ega bo'lgan. Karantin cheklovlaridan so'ng sport mashg'ulotlari va ommaviy jismoniy faollik qayta yo'lga qo'yilib, aholining sog'lom turmush tarziga qiziqishi sezilarli darajada oshgan. Ta'lim muassasalarida jismoniy tarbiya jarayoni yangicha yondashuvlar asosida tashkil etilib, raqamli texnologiyalar va zamonaviy metodlar keng qo'llanila boshlagan. Shu bilan birga, sport infratuzilmasining rivojlanishi va professional sport tayyorgarligining takomillashuvi ham kuzatilgan. Tadqiqot natijalariga asoslanib quyidagi tavsiyalar ishlab chiqildi: jismoniy tarbiya va sport infratuzilmasini yanada rivojlantirish va barcha hududlarda teng imkoniyat yaratish. Aholining barcha qatlamlarini, ayniqsa yoshlarni ommaviy sportga keng jalb etish bo'yicha targ'ibot ishlarini kuchaytirish. Ta'lim tizimida jismoniy tarbiya darslarini zamonaviy raqamli texnologiyalar bilan boyitish. Sport sohasiga malakali



mutaxassislarni tayyorlash va ularning kasbiy malakasini oshirish. Sogʻlom turmush tarzini shakllantirishga qaratilgan davlat va jamoat dasturlarini yanada kengaytirish. Umuman olganda, pandemiyadan keyingi davr jismoniy tarbiya va sport uchun yangi imkoniyatlar yaratgan boʻlib, ushbu yoʻnalishni izchil rivojlantirish jamiyat salomatligini mustahkamlashda muhim ahamiyat kasb etadi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

1. Karimov A. A. (2020). Axborot texnologiyalari va yoshlar tarbiyasi. Toshkent: Oʻzbekiston Milliy universiteti nashriyoti.
2. Saidov B. B. (2020). Raqamli texnologiyalar va ularning jamiyat rivojiga taʼsiri. Toshkent: Fan va texnologiya nashriyoti.
3. Joʻrayev M. M. (2020). Yoshlar va internet madaniyati. Toshkent: Maʼnaviyat nashriyoti.
4. Oʻzbekiston Respublikasi Oliy va oʻrta maxsus taʼlim vazirligi (2020). Axborot texnologiyalari va raqamli iqtisodiyot asoslari boʻyicha oʻquv qoʻllanma. Toshkent.
5. Tursunov Sh. Sh. (2020). Zamonaviy yoshlar va raqamli muhit. Toshkent: Oʻzbekiston pedagogika instituti.