

**YOSHLAR O'RTASIDA SPORT MADANIYATINI
SHAKLLANTIRISHNING DOLZARBLIGI**

Amirkulov Otabek Ismoilovich

Iqtisodiyot va pedagogika universiteti NTM v.b.dotsenti

Ergashev Hayotbek O'ktam o'g'li

Iqtisodiyot va pedagogika universiteti NTM talabasi

Amonov Ruslan Ravshan o'g'li

Iqtisodiyot va pedagogika universiteti NTM talabasi

Abdulxayev Fayzulloh Abdurasul o'g'li

Iqtisodiyot va pedagogika universiteti NTM talabasi

Annotatsiya. Ushbu maqolada yoshlar o'rtasida sport madaniyatini shakllantirishning ijtimoiy-pedagogik ahamiyati, uning sog'lom turmush tarzini qaror toptirishdagi o'rni ilmiy asosda yoritilgan. Tadqiqotda sport bilan muntazam shug'ullanishning yoshlar salomatligi, ruhiy barqarorligi, ijtimoiy faolligi hamda shaxsiy sifatlarini rivojlantirishga ta'siri tahlil qilingan. Shuningdek, sport madaniyatining rivojlanishiga ta'sir etuvchi omillar, mavjud muammolar hamda ularni bartaraf etish bo'yicha takliflar ishlab chiqilgan. Ta'lim muassasalari, oila va jamiyatning bu jarayondagi roli alohida ta'kidlangan.

Kalit so'zlar: yoshlar, sport madaniyati, sog'lom turmush tarzi, jismoniy tarbiya, ijtimoiy faollik, salomatlik, motivatsiya.

Аннотация. В данной статье раскрывается социально-педагогическое значение формирования спортивной культуры среди молодежи и ее роль в укреплении здорового образа жизни. В ходе исследования проанализировано влияние регулярных занятий спортом на состояние здоровья, психологическую устойчивость, социальную активность и личностное развитие молодежи. Также выявлены основные факторы, влияющие на развитие спортивной культуры, существующие проблемы и предложены пути их решения. Особо подчеркнута роль образовательных



учреждений, семьи и общества в формировании спортивных ценностей у молодежи.

Ключевые слова: молодежь, спортивная культура, здоровый образ жизни, физическое воспитание, социальная активность, здоровье, мотивация.

Annotation. This article highlights the socio-pedagogical significance of developing sports culture among youth and its role in promoting a healthy lifestyle. The study analyzes the impact of regular physical activity on young people's health, psychological stability, social activity, and personal development. Key factors influencing the formation of sports culture, existing challenges, and possible solutions are also discussed. The role of educational institutions, family, and society in promoting sports values among youth is particularly emphasized.

Keywords: youth, sports culture, healthy lifestyle, physical education, social activity, health, motivation.

Kirish.

Bugungi globallashuv sharoitida yosh avlodning jismoniy va ma'naviy barkamolligini ta'minlash jamiyat taraqqiyotining muhim sharti hisoblanadi. Ayniqsa, yoshlar o'rtasida sport madaniyatini shakllantirish sog'lom turmush tarzini qaror toptirish, zararli odatlarga qarshi immunitet yaratish, ijtimoiy faollikni oshirish hamda yurt kelajagi bo'lgan barkamol shaxslarni tarbiyalashda muhim ahamiyat kasb etadi[2]. Hozirgi davrda axborot texnologiyalarining jadal rivojlanishi, passiv turmush tarzining keng tarqalishi, internet va kompyuter o'yinlariga haddan tashqari bog'lanish yoshlar salomatligiga salbiy ta'sir ko'rsatmoqda. Shu sababli sport madaniyatini shakllantirish masalasi nafaqat jismoniy tarbiya sohasi, balki ijtimoiy, pedagogik va tibbiy muammo sifatida ham dolzarblik kasb etmoqda. Ushbu maqolada yoshlar o'rtasida sport madaniyatini shakllantirishning ahamiyati, mavjud muammolar, ularning sabablari hamda samarali yechimlar ilmiy-nazariy va amaliy jihatdan tahlil qilinadi[1].

Metodlar.



Tadqiqot jarayonida ilmiy-pedagogik adabiyotlar tahlili, soha bo'yicha mavjud statistik ma'lumotlar o'rganildi, yoshlar o'rtasida sport bilan shug'ullanish holatini aniqlashga qaratilgan kuzatuvlar olib borildi. Shuningdek, sog'lom turmush tarzini shakllantirishga oid davlat dasturlari, sportni rivojlantirishga qaratilgan normativ-huquqiy hujjatlar tahlil qilindi. Taqqoslash, tizimli yondashuv, umumlashtirish va mantiqiy tahlil metodlaridan foydalanildi.

Natijalar.

O'rganishlar natijasida yoshlar o'rtasida sport madaniyatini shakllantirish darajasi hududlar kesimida bir xil emasligi aniqladi. Ayrim shahar va markaziy hududlarda sport infratuzilmasi rivojlangan bo'lsa-da, chekka hududlarda sport inshootlari yetishmasligi, malakali murabbiylar tanqisligi mavjud. Bundan tashqari, ko'plab yoshlar sportning sog'liq uchun foydasini yetarli darajada anglamagan, sportni faqat professional faoliyat sifatida qabul qilish holatlari ham uchramoqda. Sportga bo'lgan qiziqishning sustligi asosan oilaviy muhit, ijtimoiy ta'sir, bo'sh vaqtni mazmunli tashkil etishdagi muammolar bilan bevosita bog'liq ekanligi kuzatildi[3].

Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatdiki, sport bilan muntazam shug'ullanuvchi yoshlar orasida surunkali kasalliklar kam uchraydi, ruhiy barqarorlik, stressga chidamlilik va ijtimoiy faollik darajasi yuqori bo'ladi. Sport yoshlarning intizomli bo'lishiga, vaqtni to'g'ri taqsimlashga, maqsad sari qat'iyat bilan intilishga o'rgatadi. Jamoaviy sport turlari esa hamkorlik, o'zaro hurmat, yetakchilik qobiliyatlari va mas'uliyat hissini kuchaytiradi. Aksincha, sport bilan shug'ullanmaydigan yoshlar orasida semirish, yurak-qon tomir kasalliklari, tez charchash, ruhiy tushkunlik, ijtimoiy faollikning pasayishi ko'proq uchramoqda.

Shuningdek, tahlillar shuni ko'rsatdiki, sport madaniyatini shakllantirishda ta'lim muassasalari muhim o'rin tutadi. Maktab va oliy ta'lim bosqichlarida jismoniy tarbiya darslarining mazmunan boyitilishi, zamonaviy sport texnologiyalarining joriy etilishi, sport to'garaklari va klublar faoliyatining kengaytirilishi yoshlar orasida sportga bo'lgan qiziqishni sezilarli darajada oshiradi. Biroq ayrim ta'lim muassasalarida moddiy-texnik baza yetishmasligi, sport



anjomlarining eskirganligi, sport mashg'ulotlariga yetarli vaqt ajratilmasligi muammo bo'lib qolmoqda[5].

Yoshlar o'rtasida sport madaniyatining rivojlanishiga ommaviy axborot vositalari va ijtimoiy tarmoqlarning ta'siri ham katta. Sportchilar hayoti, yutuqlari va muvaffaqiyatlari yoshlar uchun motivatsiya manbai bo'lib xizmat qiladi. Shu bilan birga, virtual hayotning kuchayishi jismoniy faollikning kamayishiga ham sabab bo'lmoqda. Bu esa sportni ommalashtirish bo'yicha yangi innovatsion yondashuvlarni talab etadi. Masalan, raqamli platformalar orqali sport mashg'ulotlarini targ'ib qilish, onlayn sport marafonlari, mobil ilovalar orqali sog'lom turmush tarzini monitoring qilish tizimlari yaxshi natija bermoqda[4].

Muhokama.

Muhokamalar shuni ko'rsatadiki, yoshlar o'rtasida sport madaniyatini shakllantirish faqat jismoniy tarbiya bilan chegaralanib qolmasligi lozim. Bu jarayon ma'naviy tarbiya, vatanparvarlik, ijtimoiy mas'uliyat, sog'lom dunyoqarash bilan uzviy bog'liq bo'lishi kerak. Sport orqali yoshlar o'z imkoniyatlarini anglab yetadi, irodasini mustahkamlaydi, o'ziga bo'lgan ishonchini oshiradi. Ayniqsa, sport musobaqalari yoshlarning sog'lom raqobat muhitida tarbiyalanishiga, g'alaba va mag'lubiyatni to'g'ri qabul qilishiga katta ta'sir ko'rsatadi.

Xorijiy tajribalar shuni ko'rsatadiki, rivojlangan mamlakatlarda sport madaniyati uzluksiz ta'lim tizimi orqali bosqichma-bosqich shakllantiriladi. Bolalar bog'chasidan boshlab jismoniy faollikka qiziqish uyg'otiladi, maktabda sport mashg'ulotlari muntazam va majburiy tarzda tashkil etiladi, oliy ta'limda esa sport turmush tarzining ajralmas qismiga aylanadi. Shu asosda yoshlar orasida sog'lomlik darajasi yuqori bo'ladi. Ushbu tajribalarni milliy sharoitga moslashtirgan holda qo'llash ijobiy samara berishi mumkin.

O'zbekiston sharoitida ham so'nggi yillarda yoshlar o'rtasida sportni rivojlantirish, sport infratuzilmasini kengaytirish, ommaviy sport tadbirlarini tashkil etish bo'yicha keng ko'lamli islohotlar amalga oshirilmoqda. "Besh muhim tashabbus" doirasida yoshlarni sportga jalb qilish, sport maktablari sonini oshirish, iqtidorli sportchilarni qo'llab-quvvatlash, sport murabbiylari faoliyatini



ragʻbatlantirish boʻyicha muhim chora-tadbirlar koʻrilmoqda. Ushbu islohotlar natijasida sport bilan muntazam shugʻullanuvchi yoshlar soni yildan yilga ortib bormoqda.

Xulosa.

Xulosa qilib aytganda, yoshlar oʻrtasida sport madaniyatini shakllantirish jamiyatning sogʻlom rivojlanishi, barkamol avlod tarbiyasi va millat salomatligini taʼminlashning muhim omillaridan biridir. Sport yoshlarni jismonan chiniqtiradi, ruhiy barqarorligini mustahkamlaydi, ijtimoiy faollikni oshiradi va yuksak maqsadlar sari yetaklaydi. Ushbu jarayonni yanada takomillashtirish uchun sport infratuzilmasini rivojlantirish, taʼlim muassasalarida jismoniy tarbiya sifatini oshirish, oilaviy va ijtimoiy muhitda sportga ijobiy munosabatni kuchaytirish, raqamli texnologiyalar asosida sportni ommalashtirish muhim ahamiyat kasb etadi. Sport madaniyati rivojlangan jamiyatda sogʻlom avlod voyaga yetadi, sogʻlom avlod esa mamlakat taraqqiyotining eng ishonchli kafolatidir.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

1. Oʻzbekiston Respublikasi Prezidentining “Jismoniy tarbiya va sportni yanada rivojlantirish chora-tadbirlari toʻgʻrisida”gi Farmoni. — Toshkent.
2. Karimov I.A. Barkamol avlod — Oʻzbekiston taraqqiyotining poydevori. — Toshkent: Oʻzbekiston, 2019.
3. Abdullayev A., Rahimov S. Jismoniy tarbiya nazariyasi va metodikasi. — Toshkent: Fan, 2020.
4. Nazarov Sh. Sport pedagogikasi asoslari. — Toshkent: Iqtisodiyot, 2018.
5. Mirzayev D. Yoshlar va sogʻlom turmush tarzi. — Toshkent: Yangi asr avlodi, 2021.
6. Sunatov, J. R., Rustamov, R., & Dustmurodova, M. (2024). KOMPYUTER LINGVISTIKASIDA FONETIK TAHLIL JARAYONI. Modern Science and Research, 3(5), 191-195.
7. Normurodovna, A. M. (2025). OLIY TAʼLIM MUASSASALARI HAMDA MAKTABLARDA INGLIZ TILINI OʻQITISHNING OʻXSHASH VA FARQLI JIHATLARI. Modern education and development, 37(3), 284-289.



8. Egamberdiev, K., Khidirova, N., Juraev, D. A., & Elsayed, E. E. (2024). Numerical solution of groundwater modeling for mountains regions of Uzbekistan. *Discover Water*, 4(1), 111.
9. Zohirov, K., Temirov, M., Boykobilov, S., Berdiev, G., Ruziboev, F., Egamberdiev, K., ... & Madatov, K. (2025). Electromyography-Based Sign Language Recognition: A Low-Channel Approach for Classifying Fruit Name Gestures. *Signals*, 6(4), 50.
10. Djumanov, J. X., Ishankhadjaev, O. A., & Begimqulov, D. Q. (2019). Egamberdiev Kh., Jumanov JJ Development Of A Hydrogeological Simulation Model Of Geofiltration Processes In Regional Aquifers Of Fergana Valley. In *International Conference on Information Science and Communications Technologies (ICISCT)*. Tashkent, Uzbekistan (pp. 1-4).
11. Юсупов, Р. А., & Ишанходжаев, О. (2020). Egamberdiev Kh., Ахралов ШС Ер ости сувлари геофилтрация жараёнларини моделлашнинг дас-турий таъминотини ишлаб чиқиш. *TATU хабарлари*” Илмий-техника ва ахборот таҳлилий журнали, 3, 55.
12. Djumanov, J. X., Zayniddinov, H. N., & Eshmurodov, D. E. (2020). Egamberdiev Kh. Mathematical Modeling of the Processes Formations of stocks in Low Water Period (on the example of the Karshi aquifer). *International Journal of “Innovate Technology and Exploring Engineering (IJITEE)”* ISSN, 2278-3075.
13. Axmedovna, B. S. (2025, February). Ingliz tilini o'rganishda o'zaro muloqotning ahamiyati. In *International Educators Conference* (pp. 318-325).
14. Сунатов, Д., Зикриллаева, Ф., АлишEROVA, Г., & Дуcтмуродова, М. (2025). Jahon adabiyotshunosligi rivoji. Объединяя студентов: международные исследования и сотрудничество между дисциплинами, 1(1), 124-126.
15. Сунатов, Д., Зикриллаева, Ф., Шерматов, Р., & Розимуродов, М. (2025). Amaliy tilshunoslik masalalari. Объединяя студентов: международные исследования и сотрудничество между дисциплинами, 1(1), 126-128.