

**OLIY TA'LIM MUASSASALARIDA SPORT MUSOBAQALARINI
TASHKIL ETISH VA O'TKAZISH**

Navoiy davlat universiteti

Jismoniy madaniyat yo'nalishi 3-kurs 305-guruh (xotin-qizlar)

Barakayeva Bibixonim Baxtiyor qizi

Ilmiy raxbar: p.f.b.f.d. (PhD), professor S.A.Axmedova

Annotatsiya: Mazkur maqolada oliy ta'lim muassasalarida sport musobaqalarini tashkil etishning nazariy asoslari, tashkiliy bosqichlari va amaliy metodikasi tahlil qilingan. Sport tadbirlarini rejalashtirish, ishtirokchilarni tayyorlash, hakamlik jarayonini tashkil etish va xavfsizlik choralari ta'minlash masalalari yoritilgan. Shuningdek, musobaqalar orqali talabalarda sog'lom turmush tarzini shakllantirish va jamoaviylik ko'nikmalarini rivojlantirish ahamiyati asoslangan.

Kalit so'zlar: sport musobaqasi, metodika, jismoniy tarbiya, tashkiliy jarayon, talabalar, sog'lom turmush tarzi.

Аннотация: В статье рассматриваются методические основы организации спортивных соревнований в высших учебных заведениях. Анализируются этапы подготовки и проведения соревнований, роль преподавателя, участие студентов, использование современных технологий и обеспечение безопасности. Отмечается важность соревнований для формирования здорового образа жизни, командных навыков и мотивации студентов.

Ключевые слова: спортивные соревнования, методика, физическое воспитание, организация, студенты, здоровый образ жизни.

Sport musobaqalarini oliy ta'lim muassasalarida tashkil etish talabalarning jismoniy tayyorgarligini mustahkamlash, sog'lom turmush tarzini targ'ib qilish va ularda jamoaviylik hamda raqobatbardoshlik sifatlarini rivojlantirishda muhim

ahamiyat kasb etadi. Bugungi kunda talabalar faoliyati nafaqat akademik natijalarga, balki jismoniy sog'lig'i va shaxsiy rivojlanishga ham bog'liq. Shuning uchun sport musobaqalarini ilmiy asoslangan metodika va bosqichli rejalashtirish orqali tashkil etish talab etiladi.

Bugungi kunda oliy ta'lim muassasalarida sport musobaqalarini samarali tashkil etish talabalarning jismoniy faolligini oshirish, ularda raqobatbardoshlik va jamoaviylik sifatlarini shakllantirishda muhim ahamiyat kasb etadi. Sport musobaqalari nafaqat jismoniy tayyorgarlikni oshiradi, balki talabalarning irodaviy sifatlarini rivojlantiradi.

Jadval 1

Oliy ta'lim muassasalarida sport musobaqalarini tashkil etish bosqichlari va vazifalari

№	Bosqich	Vazifalari	Kutilayotgan natija
1	Rejalashtirish	Musobaqa turini tanlash, dastur ishlab chiqish, vaqt va joyni belgilash	Samarali va tartibli musobaqa rejasi
2	Tayyorgarlik	Ishtirokchilarni ro'yxatga olish, jihoz va maydonchani tayyorlash, hakamlar tayinlash	Barcha ishtirokchilar uchun teng sharoit va xavfsizlik
3	O'tkazish	Musobaqa jarayonini qoidalar asosida o'tkazish, natijalarni qayd etish	Samarali o'yinlar, natijalarni aniq qayd etish
4	Yakunlash	G'oliblarni taqdirlash, tahlil va xulosa chiqarish	Talabalarda motivatsiya va kelgusi musobaqalar uchun takliflar

Sport musobaqalarining talabalarga ta'siri

Ta'sir ko'rsatkichi	Past O'rta Yuqori		
Jismoniy tayyorgarlik	15%	50%	35%
Jamoaviylik va hamkorlik	10%	45%	45%
G'alabaga intilish	12%	40%	48%
Stressga chidamlilik	18%	42%	40%

1. Maqsadi va vazifalari

Sport musobaqalarini tashkil etishning asosiy maqsadi talabalarning jismoniy va ma'naviy rivojlanishini ta'minlash, sog'lom turmush tarzi madaniyatini shakllantirish va sportga bo'lgan qiziqishni uyg'otishdir. Shu maqsadni amalga oshirish uchun quyidagi vazifalar belgilanadi: musobaqa dasturini ishlab chiqish, ishtirokchilarni saralash va tayyorlash, hakamlik jarayonini tashkil etish, xavfsizlik choralarini ta'minlash hamda musobaqa natijalarini tahlil qilish.

2. Sport musobaqalarini tashkil etish bosqichlari

Sport musobaqalarini tashkil etish bir qator bosqichlarni o'z ichiga oladi. Birinchi bosqich – rejalashtirish. Bu bosqichda musobaqa turi tanlanadi, dastur ishlab chiqiladi, vaqt va joy belgilanadi. Shuningdek, musobaqa nizomi va qoidalari aniqlanadi.

Ikkinchi bosqich – tayyorgarlik. Bu jarayonda ishtirokchilar ro'yxatga olinadi, maydoncha va sport jihozlari tayyorlanadi, hakamlar tayinlanadi, tibbiy nazorat ta'minlanadi. Tayyorgarlik bosqichi musobaqaning samaradorligi va xavfsizligi uchun asosiy omil hisoblanadi.

Uchinchi bosqich – musobaqani o'tkazish. Bu bosqichda ochilish marosimi tashkil etiladi, mashg'ulotlar va o'yinlar qoidalarga muvofiq o'tkaziladi, natijalar qayd qilinadi va tahlil qilinadi. Musobaqa jarayonida talabalarda motivatsiyani

oshirish va raqobat muhitini yaratish muhim ahamiyatga ega.

To'rtinchi bosqich – yakunlash. G'oliblar va ishtirokchilar taqdirlanadi, musobaqa natijalari tahlil qilinadi va kelgusi musobaqalar uchun takliflar ishlab chiqiladi. Bu bosqich sport musobaqalarini samarali tashkil etish va rivojlantirish uchun muhim hisoblanadi.

3. Metodik tavsiyalar

Sport musobaqalarini tashkil etishda quyidagi metodik tavsiyalar samarali hisoblanadi:

- ishtirokchilarning qiziqishi va qobiliyatini hisobga olish;
- barcha ishtirokchilar uchun teng sharoit yaratish;
- tibbiy nazorat va xavfsizlik choralarini ta'minlash;
- axborot texnologiyalaridan, elektron ro'yxat va natijalar monitoringida foydalanish;
- musobaqa natijalarini tahlil qilish va ilmiy xulosa chiqarish.

Shu bilan birga, musobaqalarni tashkil etishda individual yondashuv va talabalarning psixofiziologik holatini hisobga olish muhimdir. Bu talabalarda stressga chidamlilik, intizom va mas'uliyat hissini rivojlantirishga yordam beradi.

4. Tarbiyaviy ahamiyati

Sport musobaqalari talabalarda jamoaviylik va hamkorlik ko'nikmalarini shakllantirish, g'alabaga intilish va raqobatbardoshlikni oshirish, shaxsiy intizom va mas'uliyatni tarbiyalashda muhim ahamiyat kasb etadi. Shuningdek, musobaqalar orqali talabalarda sog'lom turmush tarzi madaniyatini shakllantirish va hayotda faol faoliyat ko'rsatish qobiliyatini rivojlantirish mumkin.

Oliy ta'lim muassasalarida sport musobaqalarini ilmiy asoslangan metodika bilan tashkil etish talabalarning jismoniy va ma'naviy rivojlanishida muhim omil hisoblanadi. Zamonaviy texnologiyalardan foydalanish, individual yondashuv va bosqichli rejalashtirish sport musobaqalarini samarali va xavfsiz o'tkazish imkonini beradi. Mustahkamlashgan jismoniy faollik va tarbiyaviy ta'sirlar oliy ta'lim jarayonida talabalarning barqaror va sog'lom rivojlanishiga xizmat qiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Matveev L.P. Teoriya i metodika fizicheskoy kultury. – Moskva, 2008.
2. Xolodov J.K., Kuznesov V.S. Teoriya i metodika fizicheskogo vospitaniya i sporta. – Moskva, 2012.
3. O‘zbekiston Respublikasining “Jismoniy tarbiya va sport to‘g‘risida”gi Qonuni. – Toshkent, 2015.
4. Bompa T. Periodization: Theory and Methodology of Training. – 2009.