



РАЗВИТИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

Атажанов Расул Турганбаевич

Ассистент преподаватель, Нукусский филиал Узбекского государственного университета физической культуры и спорта

<https://www.doi.org/10.5281/zenodo.7854601>

ARTICLE INFO

Received: 12th April 2023

Accepted: 21th April 2023

Online: 22th April 2023

KEY WORDS

Спорт, физкультура, популяризация, развитие, законы, меры, умения, принципы.

ABSTRACT

Физическая культура и спорт-это процесс, направленный на волевое, нравственное, функциональное, морфологическое совершенствование человека, целью которого является вооружить спортсменов навыками, умениями и специальными знаниями для достижения наилучших результатов в труде и защите Отечества. Также физическая культура и спорт-целенаправленный процесс, направленный на формирование двигательных умений и навыков, развитие физических качеств. Поэтому истинной целью данной статьи является дальнейшее развитие физической культуры и спорта в нашей стране. В ходе исследования было отмечено, что ряд проблем развития физической культуры и спорта в нашей стране нашел свое решение, а также намечены планы и принципы, которые должны быть реализованы с целью их развития и популяризации.

Всестороннее развитие физической культуры и спорта- несколько сложная и трудная, многогранная задача, занимающая особое место в развитии общества. Физическое воспитание неразрывно связано с нравственным воспитанием [6, 124-125]. Во время спортивных соревнований, соревнований у спортсмена воспитываются честность, величие, уважение к сопернику и другие нравственные качества. Регулярные занятия физкультурой и спортом оказывают сильное положительное влияние на умственное развитие. Связи умственного труда с физическими упражнениями и спортивной деятельностью напрямую связаны между собой.

Многие исследования показывают, что упражнения и занятия спортом обеспечивают хорошую основу для улучшения определенных навыков органов чувств, особенно мышечных движений, зрения, ощущений, восприятия [2, 49-52].

В последние годы в республике осуществляются последовательные меры по популяризации физической культуры и спорта, пропаганде здорового образа жизни среди населения, созданию необходимых условий для физической реабилитации лиц с



ограниченными возможностями здоровья и обеспечения достойного участия страны в международных спортивных соревнованиях [3, 73-74]. В то же время существует необходимость внедрения в практику конкретных программ, способствующих укреплению здоровья населения в области физической культуры и спорта, широкому привлечению молодежи к занятиям спортом и отбору из их числа талантливых спортсменов, формирования национальных сборных команд с квалифицированными спортсменами, обеспечивающими высокие результаты в спорте, создания дополнительных условий для тренеров.

Принят Указ Президента Республики Узбекистан "О дополнительных мерах по развитию физической культуры и спорта", в соответствии с которым в целях формирования в нашей стране всесторонне зрелого и физически здорового человека с высокой культурой определены приоритетные направления, направленные на повышение квалификации и знаний населения в области физической культуры и спорта, внедрение инновационных технологий в процесс отбора талантливых спортсменов.

Определены задачи внедрения форм и методов [1]. С этой целью было поручено реализовать:

увеличение общей численности населения, регулярно занимающегося физической культурой и спортом, до 30 процентов, общего числа молодежи, занимающейся в спортивных организациях и учреждениях, до 20 процентов;

качественный состав тренеров и специалистов в государственных спортивных образовательных учреждениях, в частности, постепенное доведение численности работников с высшим образованием до 80%;

разработка и внедрение эффективной и прозрачной четырехэтапной – организационно-районной (городской)-территориально-республиканской системы отбора (отбора) талантливых спортсменов из числа молодежи на местах;

выявление талантливых спортсменов путем проведения "детских спортивных игр" среди учащихся спортивных школ системы Министерства физической культуры и спорта Республики Узбекистан и создание резерва молодежных сборных команд, а также привлечение студентов к регулярным занятиям спортом в результате организации "студенческих спортивных игр" среди студентов высших учебных заведений;

в целях популяризации физической культуры среди широких слоев населения, в том числе учащихся общеобразовательных школ, учащихся и студентов профессиональных и высших учебных заведений, выявления среди них одаренных, разработать систему поэтапного проведения фестиваля "общеобразовательный Школьный спорт", конкурса-конкурса "учреждение с развитой физической подготовкой" (район / город, район, Республика) и ввести номинацию Лучшая общеобразовательная школа, профессиональное и высшее учебное заведение с развитым уровнем физической подготовки;

Практическое решение этих мер мы можем увидеть в следующих аспектах:

С 2020 года в сфере спорта развит спортивный туризм за счет систематического проведения международного марафона "Ташкентский марафон", международного экомарафона "Спаси Арал", спортивных соревнований по авторалли и мотокроссу;



введено тестирование" уровня физической подготовленности " среди всех слоев населения;

внедрен механизм проведения регулярных углубленных медицинских осмотров членов территориальной сборной команды до 18 лет по видам спорта в подростковых отделениях территориальных детских многопрофильных медицинских центров и членов территориальной сборной команды старше 18 лет в районных (городских) многопрофильных центральных поликлиниках;

Создан Центр олимпийской подготовки в Бостанлыкском районе Ташкентской области для системной подготовки спортивных делегаций Узбекистана к престижным спортивным соревнованиям;

в целях широкого привлечения иностранных спортсменов и болельщиков, а также эффективного использования спортивной инфраструктуры введена дополнительная (не электронная) въездная виза "Sports Visa";

в образовательных учреждениях системы правоохранительных органов и вооруженных сил, в том числе в "школе Темурбеклар", организованы факультативные занятия и кружки по видам спорта, включенным в программу "армейские игры";

В соответствии с постановлением «О мерах по выведению массового спортивного привлечения молодежи в махалли на новый уровень "в рамках" Олимпиады пяти инициатив» по легкой атлетике, волейболу, стритболу, шахматам, шашкам, настольному теннису, футболу, мини-футболу и спорту воркауту в махалли (7-10, 11-15, 16-21, 22-26, 27-30) была введена система проведения спортивных соревнований среди молодежи два сезона в год. В том числе «Веселые старты» среди детей 7-10 лет, соревнования по шахматно-шашечному спорту-630 тыс., 2 млн. Среди 174 тыс. подростков 11-15 лет проведены спортивные соревнования по легкой атлетике, шахматам, шашкам, настольному теннису, мини-футболу.

Как видно, в нашей стране осуществляются последовательные меры по популяризации физической культуры и спорта, созданию необходимых условий и инфраструктуры для пропаганды здорового образа жизни среди населения, особенно молодежи, обеспечения достойного участия страны в международных спортивных соревнованиях.

Заключение. Физическая культура и спорт настолько важны в жизни, что их невозможно переоценить. Для гармоничного развития личности существует комплекс средств физического воспитания. Физкультура снимает психическое истощение и утомление всего организма, повышает его функциональность, укрепляет здоровье. Важно, чтобы физическая культура была частью здорового совместного образа жизни. Поэтому в целях развития физической культуры и спорта в нашей стране проводится ряд системных мероприятий. Доказательство этому можно узнать из данных, представленных в статье. Благодаря этому физическая культура и спорт являются залогом созревания человека.

References:

1. www.lex.uz / Указ Президента Республики Узбекистан "О дополнительных мерах по развитию физической культуры и спорта"



2. Normurodov A.N. Jismoniy tarbiya. O'quv qo'llanma. T.: 2011.
3. Salamov R.S. Jismoniy tarbiya nazariyasi va uslubiyati. T. "ITAPREES". 2014.
4. Барчуков И. С. Физическая культура и физическая подготовка: учебник.; допущено МО РФ, МВД РФ / И. С. Барчуков; ред. В. Я. Кикоть. -М.: ЮНИТИ-ДАНА, 2010. - 431 с.
5. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры. – М., 1991. – 544 б.
6. Теория и методика физической культуры. Учебник под ред. проф. Ю.Ф.Курамшина. 2-е изд., испр. – М.: Советский спорт, 2004. – 464 б.