www.wordlyknowledge.uz Volume: 2, Issue: 2, 2023

XOTIN-QIZLAR IJTIMOIY FAOLLIGI VA SALOMATLIGINI MUSTAHKAMLASHDA TENNIS SPORTI TRENERINING PEDAGOGIK QOBILIYATLARI

Feruza Baxriddinovna Muzafarova
Buxoro davlat universiteti

Annotatsiya: Mazkur maqolada xotin-qizlarning jamiyatdagi faolligini oshirishning huquqiy va siyosiy masalalari, mamlakatimizda xotin-qizlarning jamiyatda munosib tarzda faoliyat yuritishi uchun hukumatimizning tizimli isloxotlari hamda xotin-qizlarning samarali ijtimoiylashuvida sportning o‘rni, ayniqsa tennis sport turi va uni o‘rgatadigan trenerlarning pedagogik qobiliyatlari haqida so‘z yuritilgan.

Аннотация: В данной статье говорится о правовых и политических вопросах повышения активности женщин в обществе, системных реформах нашего правительства для правильного функционирования женщин в нашей стране, а также о роли спорта в эффективной социализации женщин, особенно тенниса и педагогические способности тренеров, которые его преподают.

Annotation: This article talks about the legal and political issues of increasing the activity of women in society, the systemic reforms of our government for the proper functioning of women in our country, as well as the role of sports in the effective socialization of women, especially tennis and the teaching abilities of the coaches who teach it.

Kalit so‘zlar:способности, законные интересы, наблюдательность, речь, управление, проектирование, организация, конструктивные навыки, здоровый образ жизни.
Ключевые слова: способности, законные интересы, наблюдательность, речь, управление, проектирование, организация, конструктивные навыки, здоровый образ жизни.
Key words: abilities, legitimate interests, observation, speech, management, design, organization, constructive skills, healthy lifestyle.

Bugungi globollashuv jarayonlarida dunyo bo’ylab xotin - qizlar masalalari chuqur tahlil etilishi va muammolarga tegishlicha yechim topilayotganligi hech kimga sir emas. Zero, ayollar jamiyat yaratuvchilari bo’lib, har bir davlat taraqqiyoti aynan ularning bugungi kundagi ijtimoiylashuvi, dunyoqarashi hamda ulardagi shaxsiy va kasbiy fazilatlarning rivojlanib borishi bilan belgilanadi.

Mamlakatimizda «Inson qadri va manfaatlari uchun» tamoyili asosida huquqiy, dunyoviy, demokratik va ijtimoiy davlat bo‘lmish Yangi O‘zbekistonni qurish siyosati amalga oshirilayotgan ekan, asosiy e’tibor xotin-qizlarning farovon hayot kechirishi, munosib sharoitlarning yaratilishi esa ularning ish o‘rinlari bilan ta’minlanishi, gender tenglikning asoslanishi jamiyatda va oilada xotin-qizlarning munosib ravishda hayot tarzining farovonlashuviga olib keladi. Ayniqsa, Respublikada oila va xotin-qizlarga oid davlat siyosatini yangi bosqichga olib chiqish, ularning muammolariga tizimli yechim topish, vakolatli organlar faoliyatini samarali tashkil etish va muvofiqlashtirish maqsadida O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining 2022 yil 1 martdagi "Oila va xotin-qizlar bilan ishlash, mahalla va nuroniylarni qo‘llab-quvvatlash tizimini takomillashtirish chora-tadbirlari to‘g‘risida"gi PF- 81-sonli Farmoni hamda "Oila va xotin-qizlar davlat qo‘mitasi faoliyatini tashkil etish to‘g‘risida"gi PQ- 146-sonli Qaroriga muvofiq O‘zbekiston Respublikasi Oila va xotin-qizlar davlat qo‘mitasi tashkil etildi va quyidagi vazifalarni amalga oshiradi:

- xotin-qizlarning huquq va qonuniy manfaatlarini himoya qilish, ularning mamlakat ijtimoiy-siyosiy hayotidagi o‘rni va faolligini oshirish, gender tenglik kafolatlarini ta’minlash, ilmiy faoliyatga keng jalb qilish;

www.wordlyknowledge.uz Volume: 2, Issue: 2, 2023

- oila va xotin-qizlarning muammolarini o‘z vaqtida aniqlash, og‘ir ijtimoiy ahvolga tushib qolgan oila va xotin-qizlarga ijtimoiy-huquqiy, psixologik yordam ko‘rsatish;

- xotin-qizlarga mehnat bozorida talab yuqori bo‘lgan kasblar bo‘yicha bilim va ko‘nikmalarni yegallashlari uchun zarur sharoitlar yaratish, qishloq joylardagi xotin-qizlarni oilaviy va xususiy tadbirkorlikka, hunarmandchilikka keng jalb etish;

- xotin-qizlar o‘rtasida sog‘lom turmush tarzini shakllantirish, oiladagi ma’naviy-ahloqiy qadriyatlarni mustahkamlash bo‘yicha manzilli chora-tadbirlarni amalga oshirish;

- xotin-qizlar yo‘nalishidagi nodavlat notijorat tashkilotlar tashkilotlar faoliyatiga yordam ko‘rsatish.

Jumladan, mamlakatda xotin-qizlarning huquq va qonuniy manfaatlarini himoya qilish, ularning iqtisodiy, ijtimoiy va siyosiy faolligini oshirish, sog‘lig‘ini saqlash, kasbga o‘qitish va bandligini ta’minlash, tadbirkorlikka keng jalb etish, ehtiyojmand xotin-qizlarni ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash, gender tenglikni ta’minlash borasida olib borilayotgan islohotlarni tizimli davom ettirish, shuningdek, Birlashgan Millatlar Tashkiloti Global kun tartibining barqaror rivojlanish maqsadlarini izchil amalga oshirish maqsadida 2022 yil 7-mart kuni “Oila va xotin-qizlarni tizimli qo‘llab-quvvatlashga doir ishlarni yanada jadallashtirish chora-tadbirlari to‘g‘risida”gi PF-87-sonli Farmonida xotin-qizlarning oliy ta’lim muassasalari, sirtqi va kechki ta’lim shaklida o‘qish uchun 7 yil muddatga foizsiz ta’lim kreditlari ajratildi, shu asosda 2023 yilga kelib oliy ta’lim bilan qamrov 9 foizdan 38 foizga ko‘tarilgan, o‘tgan yili 49%ni xotin-qizlar tashkil yetdi. Jumladan, xorijiy oliy ta’lim muassasalariga “El-yurt umidi” jamg‘armasi orqali bakalavriat va magistratura ta’lim dasturlari bo‘yicha har yili xotin-qizlar o‘qishga yuborilmoqda, “Olima ayol”, “Ayollar biznesi uchun birinchi qadam” tanlovlari o‘tkazilib, “Olima ayollar jamiyati” tashkil etildi, xotin-qizlarni kasbga o‘qitish, o‘quvchi-qizlarga axborot texnologiyalaridan ta’lim berish kurslari joriy etildi. Xotin-qizlarning jamiyatdagi rolini oshirish, gender tenglik va oila masalalari bo‘yicha “Davlat boshqaruvida xotin-qizlar faolligini oshirish dasturi” asosida Davlat boshqaruvi akademiyasida rahbar xotin-qizlarni tayyorlash bo‘yicha aloxida o‘quv kurslari tashkil etildi, xotin-qizlarning davlat boshqaruvidagi ulushi esa birinchi marta 35 foizga yetdi. Oilaviy tadbirkorlikni rivojlantirish dasturi doirasida «Hunarmand» uyushmasi qoshidagi hunarmandchilik markazlarida 40%dan ziyod hunarmand xotin-qizlar ishlab chiqargan mahsulotlar joylashtirildi va tadbirkorlik sohasida xotin-qizlarning ulushi ko‘tarildi. Farmonda xotin-qizlarning salomatligini mustahkamlash, ayniqsa mahallalarda tashkil etiladigan fitnes, sheyping mashg‘ulotlari orqali va ularning yaqin qarindoshlari tomonidan tazyiq hamda zo‘ravonlikka chek qo‘yish masalalariga aloxida e’tibor qaratilgan. Ayollar va voyaga yetmaganlarni zo‘ravonlikdan himoya qilish maqsadida 2023 yil 12 aprel kuni qabul qilingan Qonunni aloxida e’tirof etish lozim. Xotin-qizlarning siyosiy, iqtisodiy va ijtimoiy faolligini oshirishning asosiy shartlaridan biri bu jismoniy tarbiya va ommaviy sportni kenng rarg‘ib qilish orqali ayollarning sog‘ligini himoya qilish va mustahkamlashdir. Zero, jismonan sog‘lom, intellektual rivojlangan ayollargina jamiyatda o‘z o‘rnini topa oladi va jamiyat rivoji uchun o‘z hissasini qo‘shadi. Shunday ekan xotin-qizlarning sog‘ligini yaxshilash maqsadida jismoniy tarbiya va sport mashg‘ulotlarini tizimli va sifatli olib borish, to‘garaklar tashkil etish davr talabiga aylangani hech kimga sir emas. Ayniqsa, sport bilan shug‘ullanishni yoshlik chog‘idan jismoniy talabga aylantirish biz mutaxassislarning qo‘lida deb o‘ylayman. Fiziologiya nuqtai-nazaridan ayollarning organizmiga xilma-xil sport turlari ijobiy ta’sir ko‘rsatadi. Masalan: fitnes, sheyping, yengil atletika, voleybol, basketbol, gimnastika, suzish va boshqa sport mashg‘ulotlari. Azal-azaldan keng rivojlanib va tarqalib kelgan, aholining sevimli o‘yini bo‘lmish tennis sport turi haqida alohida to‘xtalib o‘tmoqchiman. Tennis millat genofondini shakllantirish, sog‘lom-barkamol avlodni tarbiyalash qudratiga ega kafolatli vosita sifatida hukumat tashabbusi bilan mustaqillikning ilk kunlaridanoq davlat siyosatining ustuvor yo‘nalishlari doirasida taraqqiy ettirila boshladi. Bugungi kunga kelib Respublikamizning barcha mintaqalarida, hatto qishloq

www.wordlyknowledge.uz Volume: 2, Issue: 2, 2023

hududlarida ham minglab xalqaro standartlarga mos sport inshootlari xalqimiz, o‘quvchi – yoshlarimiz, ayniqsa xotin-qizlarimiz sog‘ligini mustahkamlash, ularning jismoniy imkoniyatlarini shakllantirish yo‘lida xizmat ko‘rsatmoqdalar. Boshqacha qilib aytganda, jismoniy tarbiya va ommaviy sport borgan sari fuqarolarimiz, ayniqsa ulg‘ayib kelayotgan yoshlarimizning kundalik ehtiyojiga aylanib bormoqda. Ko‘plab ilmiy-tadqiqot natijalariga asoslangan mutaxassis-olimlarning fikriga ko‘ra, yuksak mahoratli, iste’dodli va raqobatbardosh sportchilarni tayyorlash aynan ommaviy sport asosida amalga oshiriladi. Shuning uchun ham mamlakatimiz prezidenti qabul qilgan farmon va qarorlarda ommaviy va professional sportni rivojlantirishga alohida e’tibor qaratilgan. G‘urur bilan tan olish lozimki, Yurtboshimiz olimpiya sport turlarini rivojlantirishga ham alohida e’tibor qaratmoqda. Bu borada tennis ham istisno emas. Tennis boshqa sport o‘yinlari turlariga nisbatan o‘ta murakkabligi, o‘yin ko‘nikmalarini o‘zlashtirish uchun ko‘proq vaqt talab qilishi bilan farqlanadi.

Tarixiy ma’lumotlarga qaraganda, agar tennisni 1555 yilda italiyalik Antonio Skayno tomonidan ixtiro qilinganiga asoslanilsa, unda ushbu o’yin 458 yoshda, bordiyu uni 1873 yilda Britaniyalik Uolter Klonton Uingfild “yordamida” tug’ilganligi e’tiborga olinsa, unda tennis 140 yildan beri “yashab” kelmoqda deb aytish mumkin. Bugungi kunda ham tennis sport turi butun dunyoda ommaviy va sevimli sport turlaridan biri bo’lib hisoblanadi.

Tennis bo’yicha oliy ma’lumotga ega o’qituvchi-trenerning kasbiy-pedagogik faoliyati quyidagi ta’lim va sport muassasalarida xotin-qizlarga amalga oshirilishi mumkin:

- maktabgacha tarbiya muassasalari;
- umumta’lim maktablari;
- professional ta’lim va o’rta maxsus ta’lim muassasalari;
- olimpiya zahiralari kollejlari;
- Bolalar va o’smirlar sport maktablari;
- Bolalar va o’smirlar olimpiya zahiralari maktablari;
- oliy sport mahorati maktablari;
- sport klublari;
- ko’ngilli sport jamiyatlari;
- terma jamoalar;
- xususiy sog’lomlashtiruvchi jismoniy tarbiya va sport markazlari;
- oromgohlar va sog’lomlashtiruvchi maskanlar.

Tennis bo’yicha o’qituvchi-trener amaldagi o’quv rejasida qayd etilgan fundamental, maxsus va ixtisoslik fanlari bo’yicha belgilangan nazariy bilim, kasbiy-pedagogik ko’nikma va malakalarni o’zlashtirgan bo’lishi, jismoniy tarbiya va sportga oid hamda aloqador huquqiy, me’yoriy va ma’muriy hujjatlar mohiyatini bilishi va ularga amal qilishi, ommaviy sport mashg’ulotlarini o’tkazish, sport zahiralari va yuqori malakali sportchilar tayyorlash tajribasini o’rganib borishi kerak.

Shaxs sifatida shakllangan, yuksak ma’naviy va madaniy xislatlarga ega, aqlan teran, mustaqil fikrlovchi, ijodkor, milliy va umumbashariy qadriyatlarni o’zida jo qilgan, murakkab vaziyatlarda tashabbus va mas’uliyatni o’ziga olishga qodir va keng dunyoqarashga ega inson bo’lib yetishishi talab qilinadi.

Xotin-qizlar bilan olib boriladigan tennis mashg’ulotlarida o’qituvchi-trenerga qo’yiladigan malakaviy talablar uning kasbiy-pedagogik faoliyatiga xos turli yo’nalishli ko’nikmalar bilan belgilanadi: bilish, tushuntira olish, kuzatuvchanlik, nutq, boshqaruvchilik, loyihalash, tashkilotchilik, konstruktiv, kommunikativ, gnostik, targ’ibot-tashviqot, tadqiqotchilik, ixtirochilik.

Trenerning bilish qobiliyati uning o‘z sport turi hajmida emas, balki chuqurroq bilishi, kuzatishi, nazariy va amaliy ishlanmalarni va zamonaviy sportda ro‘y berayotgan voqea va hodisalardan xabardor bo‘lishi lozim.

www.wordlyknowledge.uz Volume: 2, Issue: 2, 2023

Trenerning tushuntira olish qobiliyati uning mamlaktimiz sportchilarining imkoniyatlari va jahon sportidagi o‘ziga xos yutuqlarni solishtirishi va bizning mintalitetimizga mos keladigan amaliy tajribalarini tatbiq eta olmog‘i kerak.

Trenerning kuzatuvchanlik qobiliyati xotin-qizlarning ichki dunyosiga kira olish qobiliyati, shug’ullanuvchi shaxsini va uning vaqtinchalik ruhiy holatlarini juda yaxshi tushuna bilish bilan bog‘liq psixologik kuzatuvchanlikdir.

Trenerning nutq qobiliyati nutq yordamida, trener o‘z shug‘ullanuvichilariga imo-ishora vositasida o‘z fikr tuyg‘ularini aniq va ravshan ifodalash qobiliyati. Trenerning nutqi aniq, jonli, obrazli, talaffuz jihatdan yorqin, ifodali his-hayajonli bo‘lishi lozim.

Trenerning boshqaruvchilik mahorati, uni guruh yoki sport jamoasiga ustoz sifatida rahbarlik qilish, tayyorgarlik mashg’ulot, musobaqa jarayonlarini boshqarish san’ati bilan ifodalanadi.

Trenerning loyihalash ko’nikmasi o’z ichiga ko’p yillik sport trenirovkasi tizimida yuqori malakali va sport zahiralarini tayyorlash, yillik tayyorgarlik sikli (makrotsikl), mezotsikl va mikrotsikllarga mo’ljallangan mashg’ulotlar loyihasini ishlab chiqish, ommaviy tennis tadbirlarini rejalashtirish hamda sportchilarni ertalabki gimnastika va jismoniy sifatlarni rivojlantiruvchi mashqlar majmualarini mustaqil rejalashtirishga o’rgatish kabi masalalarni kiritadi.

Konstruktiv ko’nikma shug’ullanuvchilarni tennisga oid va unga aloqador bilimlar bilan qurollantirish, mashqlarning murakkabligi va organizmga ta’sir etish xususiyati bo’yicha ularni tanlashga o’rgatish, mehnat, ta’lim olish, ovqatlanish, uxlash va dam olish jarayonlarini to’g’ri tashkil qilish ko’nikma-larini shakllantirish, sportchilarni mashg’ulot va musobaqa jarayonlarida mustaqil qaror qabul qilishga o’rgatish muammolarini o’z ichiga oladi.

Tashkilotchilik qobiliyati shug’ullanuvchilarning ko’pqirrali va ko’p yo’nalishli faoliyatini to’g’ri tashkil qilish, ta’lim-tarbiya va sog’lomlashtirish jarayonlarini maqsadli amalga oshirish kabi chora-tadbirlar bilan ifodalanadi.

Kommunikativ ko’nikma – bu trenerda sportchilar, ota-onalar, turli toifa va mansabga ega xodimlar, jamoat tashkilotlari bilan to’g’ri munosabat o’rnatish masalalari bilan izohlanadi.

Gnostik ko’nikma tennisga oid turli yosh va malakali tennischilar mashg’ulotlari nazariyasi va uslubiyatiga xos bilimlarni o’zlashtirish, ilmiy va uslubiy adabiyotlardan foydalanish, ilmiy tadqiqotlar o’tkazish, o’z tajribasi va ilg’or tajribalar mohiyatini tahlil qilish masalalarini o’z ichiga oladi.

Targ’ibot-tashviqot qilish san’ati har bir o’qituvchi-trenerda shakllangan bo’lishi lozim. U o’z sport turining ustuvorligi, ijobiy xususiyatlari, uni xalqaro sport hamjamiyati oldidagi o’rni, olimpiya tizimidagi mavqei va an’analarini targ’ibot qilish, tennisning ommaviyligini yanada kengaytirish choralarini ko’rishi lozim.

O’qituvchi-trenerda ixtirochilik qobiliyati bo’lsagina u yangi, samarali mashqlar, uslublar, pedagogik texnologiyalarni yaratishi va ularni ustalik bilan qo’llash natijasida iste’dodli sportchilarni tayyorlash qudratiga ega bo’ladi.

Shunday ekan, mahoratli trener tennis sport turining sir-asrorlarini bilish bilan bir qatorda yosh avlodga etkaza oladi, xotin-qizlarning yoshi, o’ziga xos anatomik-fiziologik xususiyatlarini inobatga olib sport-sog’lomlashtiruvchi tadbirlarini tashkil eta oladi va shu asnoda ularning sog’lom rivojlanishi va jamiyatda mukammal faoliyat yuritishiga zamin yaratadi.

ADABIYOTLAR RO‘YXATI:

1. Sh.M.Mirziyoyev “Yangi O‘zbekiston taraqqiyot strategiyasi” 2022.29.01 PF-60 son Qarori

2.Безверхов В.П. Библиотека тренера. Теннис., «TimesNew Roman», Т., 2011., - 374 с.

www.wordlyknowledge.uz Volume: 2, Issue: 2, 2023

3. Всеволодов И.В. Базоваяподготовка юныхтеннисистов / Научно-методическоепособие. Изд-во: Сов. спорт, 2010., - 120 с.

4. Golenko V.A., Skorodumova A.P., Tarpiщev Sh.A. Azbuka tennisa. M.: Tera-Sport, 1999. – 126 s.

5.Pulatov Sh.A. Yosh tennischilarda zarba berish aniqligini maxsus va noan'naviy mashqlar yordamida shakllantirish samaradorligi. // Fan sportga, 2005, №4, B.3-7.