

OLIY TA'LIM MUASSALARIDA SPORT-SOG'LOMLASHTIRISH TURIZM MASHG'ULOTLARINI TASHKIL ETISH

Abdurazzaxov Abdurasul Abdurazzaxovich

O'zbekiston davlat jismoniy tarbiya va sport universiteti, Chirchiq shahri

Email: abdurazzaxovabdurasul874@gmail.com

Annotatsiya. Ushbu maqolada sport-sog'lomlashtirish turizmi yo'nalish talabalarining tevarak atrof haqidagi bilimlarini boyitishda muhim ahamiyatga ega, bu nafaqat jismoniy sog'liqni yaxshilash, balki ruhiy va ijtimoiy rivojlanish uchun ham uyg'unlashgan imkoniyatlar yaratadi. Sport-sog'lomlashtirish turizmi orqali talabalar turli sport turlari bilan shug'ullanishi, shuningdek ko'nikma va malakalarini hosil qiladilar.

Kalit so'zlar: ichki turizm, sport turizmi, tog' turizmi, turizm, turizm mashg'ulotlari, sayohat, yo'riqchi.

Kirish O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2024-yil 18-iyuldagi PF-102-son farmoni O'zbekiston Respublikasida sport-sog'lomlashtirish turizm infratuzilmasini yaxshilash va xorijiy turistlar oqimini yanada oshirishga qaratilgan qo'shimcha choratadbirlar to'g'risida, ichki turizmni rivojlantirish bo'yicha ham alohida dasturlar ishlab chiqish belgilab qo'yilgan. Bugungi kunda geografiya, tarix, jismoniy tarbiya hamda sport-sog'lomlashtirish turizmga qiziquvch talabalar uchun turizm mashg'ulotlarini tashkillashtirish vazifalari qo'yilmoqda. Shuning uchun yosh avlodni jismoniy barkamol va ma'naviy yetuk inson qilib tarbiyalash vositalaridan biri sifatida ichki turizmni rivojlantirishga katta e'tibor qaratilib bunda sport turizmi elementlaridan foydalanilmoqda. O'zbekistonda oliy ta'lim muassalaridagi talabalar o'rtasida sport-sog'lomlashtirish turizmiga jalb qilish orqali sog'lom turmush tarzini ommaviy ravishda rivojlantirish. sport-sog'lomlashtirish turizmi bu avvalo, sog'lik sari yo'l demakdir. Bazi bir kasalliklarni davolashda dori darmon qabul qilishdan ko'ra sayohatga chiqish, tabiatni tomosha qilish, toza kislorodga boy havodan nafas olish va quyoshning ultrabinafsha nurlari insonga foydaliroq ekanligi o'z isbotini topib bormoqda. Sayohatlar ko'proq yurib turish insonlar uchun muhim davo, kasalliklarni oldini olish va qutulishning eng muhim vositasi sifatida meditsinada foydalanib kelinmoqda.

Tadqiqot maqsadi – Talabalarni sport-sog'lomlashtirish turizmi orqali salomatlik darajasini yanada mustahkamlash, talabalarni har tomonlama yetuk, barkamol,

sogʻlom, jismonan baquvvat boʻlishlariga koʻmaklashish va maʼnaviy kamolotini tarbiyalash.

Tadqiqot vazifalari – Talabalarni sport-sogʻlomlashtirish turizmning turli shakllari va usullariga oid bilimlar bilan qurollantirish, sayohat davrida turistik ishlarini tashkil etish va oʻrgatish.

Yurtimizda talabalarini sport-sogʻlomlashtirish turizmi bilan shugʻullanish orqali xar tomonlama sogʻligini mustaxkamlash, irodasini shakllantirish, ruxiyatini tetiklash, oʻzlarida xayotiy xarakterga kerakli energiyani yegʻib olishlarini turizm orqali taʼminlash. Yurtimizda sogʻlom turmush tarzini shakllantirish, talabalarini sport-sogʻlomlashtirish turizmiga jalb qilish orqali amalga oshirilmoqda. Bu targʻibotni amalga oshirishda sport-sogʻlomlashtirish turizmining juda xam katta ahamiyati bor. Turizm, turli davlatlarda har xil yoʻnalishda rivojlantirilmoqda. Bunga bir qancha davlatlar katta xarajatlar orqali erishayotgan boʻlsa, qolganlari shu joyning tabiiy imkoniyatlaridan foydalanish orqali erishmoqda. Turistlarni faqat bir yoʻl bilan jalb etishdan koʻra bir nechta yoʻnalishlar orqali jalb etish va turli loyihalarni ishlab chiqish har qanday davlatga katta daromad keltirishi mubolagʻa emas. Shuning uchun ham turistik sayoxatlarni kompleks holda tashkil etish masalalari dolzarbligi oshib bormoqda. Ayniqsa, tabiiy sharoitlarni mavjudligi bu sayoxatlarni amalga oshirishga ijobiy turtki boʻladi. Hozirgi vaqtda koʻpgina mamlakatlarning barqaror rivojlanish kontseptsiyasida sport-sogʻlomlashtirish turizmining alohida oʻrni bor. Xalqaro mutaxassislar turli mintaqalarning rivojlanishida sport-sogʻlomlashtirish turizmining ahamiyati juda ham yuqori ekanligini alohida eʼtiborga olmoqdalar. Oʻzbekistonning soʻlim maskanlarida sport-sogʻlomlashtirish turizmining turli tarmoqlarini rivojlantirish uchun imkoniyatlar talaygina. Hozirda Oʻzbekiston xalqaro maydonda sport-sogʻlomlashtirish turizmi raqobatchilik kurashida yutqazmoqda, shulardan kelib chiqib, biz Oʻzbekistonda xalqaro maydonda sport-sogʻlomlashtirish turizmining oʻchogʻi boʻlishi mumkin boʻlgan tabiiy geografik sharoitlari qulay maskanlarimizdan keng foydalangan holda bu sohani rivojlanishi yoʻlida amalga oshirish kerag boʻlgan ishlar xaqida maqsadli tizimli xarakterlarni boshlashimiz lozim. Sayrlar, sayohatlar insonda jismoniy tarbiyasini, madaniyati, aql zakovatini va harakatlar muvofiqligini shakllantiradi. Oʻzbekistonda oʻzining keng va xilma-xil landshaftlari tufayli ekstremal sport turlari uchun juda koʻp imkoniyatlarni taqdim etadi, vaholanki bu sport turlari mamlakatda hali yangilik hisoblanadi. Oʻzbekiston tabiati faol dam olish turlarini sevuvchilar uchun juda qulay maskan boʻlib xizmat qiladi. Sport-sogʻlomlashtirish turizm mashgʻulotlariga jalb etishda talabalar organizmini tibbiy nazoratdan oʻtkazish kerak, shahar va qishloq madaniyat markazlariga, muzeylar va tarixiy yodgorliklarga,

istirohat bog'lariga, cho'milish havzalariga sayrlarga barcha talabalarni jalb etish mumkin.

Sayohatlarga umumiy va maxsus tayyorgarlik mashg'ulotlari sayohatchilarning jismoniy fazilatlarini (chaqonlik, eguluvchanlik, chidamlilik, kuch va tezlik) rivojlantirish va jismoniy harakat malakalari, ko'nikmalarini shakllantirishga yordam beradi, buning natijasida talabalar axloqiy sifatlarni (do'stlik, halollik, mardlik va birodarlik) o'zida rivojlantiradi, shu bilan birga sayohat davomida amalga oshiriladigan turli vazifalar orqali o'zaro hamkorlik va ko'nikmalarini o'rgatadi, ko'p kunlik safarlarga jismoniy va maxsus tayyorgarlikka ega bo'lgan talabalarni jalb etiladi, sayohatlarga chiqish bir necha tayyorgarlik mashg'ulotlaridan so'ng amalga oshirilishi kerak, safar yo'nalishi, davomiyligi va o'tkazish vaqti, sayohatchilar umumiy va maxsus tayyorgarligiga, shuningdek, ob-havo va iqlim sharoitlaridan kelib chiqqan holda tanlanishi shart. Sayohatchilar shaxsiy gigiyena va jamoat gigiyena talablariga rioya qilishlari, o'z vaqtida dam olishlari va ovqatlanishlari zarur, o'simliklar va hayvonot dunyosiga, ekologiyaga zarar yetkazmaslik, ruxsatsiz ov qilmaslik, o'simliklarni nazoratsiz iste'mol qilmaslik kerak, aloqa vositalari yordamida sayohatchilar kayfiyati, tadbirlar, o'tkazilgan masofa xaqida doimo ma'lumot berib borish lozim.

Xulosa. Mustaqillik yillari O'zbekist Respublikasida jismoniy tarbiya va sport ishlarini rivojlantirishga alohida e'tibor qaratildi. Mazkur ishlarni amalga oshirish uchun yetarli darajada huquqiy-me'yoriy hujjatlar ishlab chiqildi va ularning ijrosi ta'minlandi, turizm sohasi dunyo iqtisodining eng jadal rivojlanayotgan sohalaridan biridir, uning keng qamrovli taraqqiyoti esa ko'plab mamlakatlar uchun katta daromad manbaiga aylanib bormoqda, aynan O'zbekiston uchun xam. Xukumatimiz tomonidan Turizmni yanada rivojlantirish yuzasidan ishlab chiqilgan farmonlar, qonun va qarorlar ijrosini ta'minlanishi yuzasidan ko'rilayotgan chora tadbirlari bu yo'nalishni yurtimizda barqaror rivoj topishiga xizmat qilmoqda. Bu isloxlardan kelib chiqib shuni aytishimiz mumkinki, sport-sog'lomlashtirish turizmi yurtimizda rivojlanishi insonlarni salomatligining mustaxkamlanishida muxim omil bo'lib hisoblanadi, sport-sog'lomlashtirish turizmidan inson yiliga kamida ikki uch marta unumli foydalanish zarur, sport-sog'lomlashtirish turizm nafaqat ichki xotirjamlik va yengillik, balki ma'nan, ham jismonan salomatlik garovidir.

Adabiyotlar

1. O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining 2024-yil 18-iyuldagi PF-102-son Turizm infratuzilmasini yaxshilash va xorijiy turistlar oqimini yanada oshirishga qaratilgan qo‘shimcha chora-tadbirlar to‘g‘risida
2. O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining 2019-2025-yillarda Turizm sohasini rivojlantirish Konsepsiyasi.
3. O‘zbekist Respublikasining Qonunchilik palatasi tomonidan 2019-yil 16-aprelda qabul qilingan Senat tomonidan 2019-yil 21-iyunda ma’qullangan turizm to‘g‘risidagi qonunini.
4. V.Sh.Raximov. A.Q.Demenov., F.B.Iminova “Jismoniy tarbiya va sport sog‘lomlashtirish turizmi”. O‘quv qo‘llanma. Toshkent 2022.
5. T.Xoldarov “Turizm”.(Sayyoxlik): O‘quv qo‘llanma Toshkent 2022-yil–164 bet
6. E.Yu.Daurenov, A.K.Masharipov, M.I.Idrisov, Sport - sog‘lomlashtirish turizmi O‘quv qo‘llanma Chirchiq – 2022.
7. E.Yu.Daurenov. Turizm darslik. Toshkent 2021 y 220 bet.
8. V.Sh.Raximov. “Oliy ta’lim tizimida sport-sog‘lomlashtirish turizm kadrlarini tayyorlashning ijtimoiy pedagogik muammolari”. Pedagogika ilmiy nazariy va metodik jurnal. Toshkent №5/2021 105-109 betlar