

SPORT TURIZMI VA UNI TALABALAR O'QUV FAOLIYATIDAGI O'RNI

*Sharafova Shaxnoza Sharafovna,
Toshkent Davlat sharqshunoslik universiteti*

Annotatsiya. Maqolada sport turizmi va uning talabalarning o'quv faoliyatidagi o'rni haqida so'z yuritiladi. Ushbu faoliyatda yoshlarni sog'lom turmush tarziga jalb qilish va ularni bo'sh vaqtlarini mazmunli o'tkazish ham muhim ahamiyatga egadir. Sport turizmi tushunchasi yurtimizga XXI asrda kirib kelgan va so'nggi yillarda katta ahamiyatga ega bo'lgan tushunchalardan biridir.

Kalit so'zlar; sport turizmi, o'rganish, sport, sog'lom turmush tarzi.

SPORTS TOURISM AND ITS ROLE IN STUDENT EDUCATIONAL ACTIVITIES

*Sharafova Shakhnoza Sharafovna,
Tashkent State University of Oriental Studies*

Annotation. The article will talk about sports tourism and its role in the educational activities of students. In this activity, it is also important to involve young people in a healthy lifestyle and spend their free time meaningfully. The concept of sports tourism is one of the concepts that entered our country in the XXI century and has gained great importance in recent years.

Keywords; sport tourism, learning, Sports, healthy lifestyle.

СПОРТИВНЫЙ ТУРИЗМ И ЕГО РОЛЬ В УЧЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СТУДЕНТОВ

*Шарафова Шахноза Шарафовна,
Ташкентский государственный университет востоковедения*

Аннотация. В статье речь пойдет о спортивном туризме и его роли в учебной деятельности студентов. В этой деятельности также важно вовлекать молодых людей в здоровый образ жизни и заставлять их осмысленно проводить свободное время. Понятие спортивный туризм - одно из тех понятий, которые вошли в нашу страну в XXI веке и приобрели большое значение в последние годы.

Ключевые слова; спротуризм, учеба, спорт, здоровый образ жизни.

Kirish. Yoshlar bizning kelajagimizdir. Ularning bo'sh vaqtini mazmunli va samarali o'tkazish esa kelgusida ularning tarbiyasi va turmush tarzini mazmunli shakllanishida katta ahamiyatga egadir. So'nggi yillarda Respublikamizda jismoniy tarbiya va sport sohasini rivojlantirishga ham katta e'tibor berilmoqda. Aholi salomatligini mustahkamlash, yosh avlodning sog'lom va barkamol bo'lib voyaga yetishini ta'minlash davlat siyosati darajasiga ko'tarilgan. Prezidentimizning "Sog'lom turmush tarzini keng tatbiq etish va ommaviy sportni yanada rivojlantirish chora-tadbirlari to'g'risida"gi farmoni ijrosini ta'minlash yuzasidan samarali ishlar amalga oshirilmoqda. Sport turizmi - bu tabiiy muhitdagi toifali to'siqlarni (dovonlar, cho'qqilar, tezyurar, kanyonlar, g'orlar va boshqalar) yengib o'tishni o'z ichiga olgan, marshrutlar bo'yicha musobaqalarga asoslangan sport turi. Sport turizm mashg'ulotlarini quyidagi turlarga bo'linadi:

1. Madaniy hordiq chiqarish sayrlari, ekskursiyalar. (Istirohat bog'lari, tarixiy obidalar, yodgorliklar, madaniyat markazlari, ishlab chiqarish korxonalari hamda

tajriba, tadqiqot markazlariga)

2. Safarlar, sayohatlar. Bir kunlik va ko'p kunlik safarlarga bo'linadi. (Tabiat qo'yniga-qir-adirlar, soy, daryo, ko'l va dengizlar sohillariga, o'rmonzorlarga safarlar)

3. Tog' turizmi-alpinizm. G'or turizmi-speologiya. Maxsus tayyorgarlikka ega bolgan sayohatchilarning tog' cho'qqilarini egallash hamda g'orlarni o'rganish bo'yicha sayohatlari.

4. Suv turizmi, dayving. Suv havzalariga maxsus moslamalarda qayiq, yaxta, koryaki, sollarda sayohatga chiqish, suv osti o'simliklar va hayvonotlari dunyosini o'rganish.

5. Avtoturizm- texnik vositalar yordamida safarlarga chiqish. Oliy ta'lim tizimida sog'lig'ida jiddiy muammolar bo'lgan talabalar tibbiy ko'rikdan o'tkazilib, maxsus tibbiy guruhga kiritiladi va maxsus o'quv bo'limiga kirgan talabalarga professional sport bilan shug'ullanishga ruxsat etilmaydi[3,56]. Ushbu talabalarning ko'pchiligi sport bilan shug'ullanishni xohlaydi, ammo tibbiy moneliklar tufayli jismoniy faoliyatni majburiy cheklash ularni bunday imkoniyatdan mahrum qiladi. Sog'lig'i yomon va jismoniy rivojlanish darajasi turlicha bo'lgan talabalar uchun bunday imkoniyat sog'lom turmush tarzini (STT) shakllantirishga yordam beradigan inson harakat faoliyatining o'ziga xos turi bo'lgan sport turizmi bo'limida taqdim etiladi. Dastlabki bosqichda, sport turizmi bilan shug'ullanayotganda, jalb qilinganlar jismoniy rivojlanish darajasi va tayyorgarligidan kelib chiqqan holda tabaqalashtirilgan jismoniy yuklamalar belgilanadi. Kelajakda ularning jismoniy sifatlari va harakat qobiliyatlari rivojlanishi bilan ularning salomatligi yaxshilanadi, jismoniy faoliyatga qiziqish ortadi, katta zavq bera boshlaydi [1]. Toza havoda va yirik shaharlardan uzoqda sport bilan shug'ullanishni yaxshi ko'radiganlar uchun O'zbekiston ayni joy hisoblanadi. Yumshoq iqlim deyarli butun yil davomida sportning ko'p turlari bilan shug'ullanishga imkon beradi. Klassik qishki sport turlari uchun to'rtta tog' kurorti mavjud: Chimyon, Bildirsoy, Amirsoy va Yangiobod. Tez orada ularning soni yanayam ko'payadi. Mamlakat o'zining keng va xilma-xil landshaftlari tufayli ekstremal sport turlari uchun juda ko'p imkoniyatlarni taqdim etadi, vaholanki bu sport turlari mamlakatda hali yangilik hisoblanadi. Bularga quyidagilar kiradi: - ekstremal chang'i, snoubord; - moto poygalar (Motorsysle rasing), ralli (Rallying), motokross; - skeytbording, tog' velosipedi, toqqa chiqish, kanyonning va paraplanerlik. Mamlakatning ulkan tog'li hududlari alohida jozibadordir. O'zbekistonda tog' turizmi katta bo'lmagan, ammo faol rivojlanayotgan sohadir. Go'zal manzaralari ichida yayov yurish, alpinizm, tog' g'orlariga tashriflar, to'rtta zamonaviy kurort komplekslaridan birida qishki chang'i sporti, Axamoniylar (miloddan avvalgi 6-4 asrlar) va Iskandar Zulqarnayn (miloddan avvalgi 4-asr) davridan qolgan qadimgi tog' qal'alari, ming yoshdan oshgan qadimgi g'or rasmlari, 3000 dan 4000 metrgacha bo'lgan balandlikdagi tog' cho'qqilarining hayratlanarli manzarasi, aholisi iliq va mehmondo'st bo'lgan an'anaviy uzoq tog' qishloqlari, noyob nabotot, endemik va nodir yo'qolib ketish xavfi ostida turgan hayvonlar, go'zal sharsharalar, tog' ko'llari va toshqin tog' daryolarini alohida ta'kidlab o'tish joiz. Mavzuga oid adabiyotlar tahlili. Adabiyotlarda turizmning ko'plab ta'riflari mavjud. Turizm - bu odamlarning bo'sh vaqtlarida dam olish, ta'lim yoki professional biznes maqsadlarida doimiy yashash joyidan boshqa mamlakatga yoki o'z mamlakatidagi hududga vaqtincha ko'chishidir. "Turizm" atamasi qadim zamonlardan beri ko'plab tillarda qo'llanilgan. Bu so'z «grand tour» (Grand Tour) iborasidan kelib chiqqan bo'lib, dastlab XVII-XVIII asrlarda yosh zodagonlar tomonidan amalga oshirilgan o'quv safari ma'nosini bildirgan. 19-asrda bunday sayohatlar aholining boshqa qatlamlari orasida mashhur

bo'lgan. Sayohatlardan maqsad sayyohlarni xorijiy madaniyatlar bilan tanishtirish edi. Shuni ta'kidlash kerakki, taqdim etilgan ta'riflarning hech biri turizm nima - vosita, shakl yoki usul? degan savolga javob bermaydi: Ostapets A.A ning ta'rifi-yoshlar turizmida "Dam olish va ijtimoiy foydali faoliyat shaklida amalga oshiriladigan, yoshlarning barkamol rivojlanishining vositasi" deb hisoblaydi. Talabalar uchun piyoda sayohatlar - bu ularning o'z ona yurtini har tomonlama o'rganish, ta'lim, aqliy va jismoniy sog'lomlashtirish vazifalarini hal qilishda darsdan tashqari ommaviy ish shakli xisoblanadi[2,55].

Tadqiqot maqsadi: Talabalar orasida sport turizmiga nisbatan munosabatlarini o'rganish, o'quv mashg'ulotlari bilan uyg'unligini ta'minlash uchun chora tadbirlar rejasini ishlab chiqish.

Tadqiqot metodologiyasi. Tadqiqot ishida Toshken davlat sharqshunoslik universitetining «Sharq filologiyasi va tarjimashunoslik», «Sharq sivilizatsiyasi va tarix fakulteti», «Turkshunoslik» fakultetlari 1-kurs talabalaridan 115 kishi so'rovnomada qatnashdi. Tadqiqot ishi «Jismoniy madaniyat» kafedrasida o'qituvchilari tomonidan maxsus tayyorlangan anketa so'rovnomalari asosida o'tkazildi.

Tahlil va natijalar. Tahlillar va natijalarimiz quyidagi jadvalda o'z aksini topdi.

Savollar	Sport musobaqalarini tomosha qilishga borish	chet elga sayohat qilish	tog'li hududlarga sayr qilish
"Sport turizmi haqida nimalarni bilasiz?"	55%	32%	13%

Savollar	Ha	Yo'q	Eshitmaganman, lekin tasarotlarim mavjud.
Siz sport turizmi haqida eshitganmisiz?	52%	15%	33%

Savollar	Ha	Yo'q
"Sizga sport turizmi yoqadimi?"	52%	15%

Savollar	talaba- jamoa bilan birga bo'lish	toza havoda bo'lish	dam olish
"Sport turizmi jarayonida sizga nima yoqadi?"	9%	19%	12%

Savollar	Ha	Yo'q	Bilmayman
"Sport turizmi uchun sizning OTMingizda sharoit yetarlimi?"	45%	29%	26%

Xulosalar va tavsiyalar. O'tkazilgan tadqiqot natijalari shuni ko'rsatadiki, yoshlar sport turizmiga juda qiziqadilar, ammo sport turizmini tashkillashtirishda oliy o'quv yurtlarida sharoitlar, infrastruktura va muammolar borligi aniqlanadi. Turizmni amalga oshirish jarayonida nafaqat shaxsning jismoniy va psixofizik fazilatlarini tarbiyalash, balki o'quvchilarni ekologik va vatanparvarlik ruhida tarbiyalash ham amalga oshiriladi[4,79]. Universitetda turistik to'garak mashg'ulotlarini o'tkazish bilan bog'liq muammoni hal qilish uchun ma'lum shart-sharoitlar yaratilishi kerak: Sport zalining maxsus jihozlari; Turistik asbob-uskunalarni; Turizm uchun sport anjomlari (karabinali xavfsizlik tizimlari, turli uzunlik va diametrlri arqonlar, chodirlar, uxlash uchun sumkalar, planshetlar, hudud xaritasi va boshqalar), umumiy jismoniy tayyorgarlik uchun sport anjomlari mavjudligi; Sport va ochiq o'yinlarda mashg'ulotlar uchun zamonaviy sport maydonchasi mavjudligi. Sport turizmi

bo'yicha mashg'ulotlar talabalarning umumiy jismoniy tayyorgarligi muammosini muvaffaqiyatli hal qiladi, sport turizmi bo'yicha ko'nikmalarni rivojlantirish va mahoratini oshirishga yordam beradi. Sport turizmi yoshlarni jismoniy tarbiyalashning samarali vositasi bo'lib, o'quvchilarning jismoniy rivojlanishiga, chiniqishi va salomatligini mustahkamlashiga xizmat qiladi. Turizm faol dam olish shakli sifatida har qanday ob-havoda, yilning istalgan vaqtida, tabiiy sharoitda amalga oshiriladi.

ADABIYOTLAR

1. Abukov A.X. "Туризм на новом этапе: социальные аспекты развития туризма в России". - М.: Профиздат, 1983. - 277 с.
2. Азар В.И. "Экономика и организация туризма". - М.: Просвещение, 2007 - 344с.
3. Алексеев А. "Спортивный туризм в России: проблемы становления и развития" Парламентская газета. - 86. - 8 августа 2004.
4. Александрова А.Ю. "Международный туризм"- М.: Аспект Пресс, 2002. - 470с.
5. Аналитическая записка. "Состояние и проблемы туризма в Российской Федерации" Под ред. М.Б. Биржакова и В.И. Никифорова - СПб.: Невский Фонд, 2005. - 82 с.