

РОЛЬ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА В ДОПРИЗЫВНОЙ ПОДГОТОВКЕ МОЛОДЕЖИ

10.53885/edinres.2022.69.14.024

"Мастер спорта" по самбо и дзю-до

Шакиржанов Темур Азъамжонович

Аннотация

В статье теоретически раскрыты пути и способы применения спортивно ориентированного физического воспитания в системе допризывной физической подготовки молодежи, определены варианты концепции построения системы допризывной подготовки старших школьников, указаны основная цель, направления, средства физической подготовки, обоснованы ценности физической культуры, применимые в процессе допризывной подготовки молодежи.

Ключевые слова: допризывная физическая подготовка; военно-спортивные игры; массовый спорт; популяризация физической культуры и здорового образа жизни среди молодежи.

Аннотация

Мақолада ёшларни чакирикқача жисмоний тайёрлаш тизимида спортга йўналтирилган жисмоний тарбияни қўллашнинг йўли ва усуллари назарий жиҳатдан очиқ берилган, юқори синф ўқувчиларини чакирикқача тайёрлаш тизимини ташкил этиш концепциясининг вариантлари белгиланган, ёшларни чакирикқача тайёрлаш жараёнида қўлланадиган жисмоний тайёргарликнинг асосий мақсади, йўналишлари, воситалари кўрсатилган, жисмоний маданият кадриятлари асослаб берилган.

Калит сўзлар: чакирикқача жисмоний тайёрлаш; ҳарбий-спорт ўйинлари; оммавий спорт; ёшлар орасида жисмоний тарбия ва соғлом турмуш тарзини оммалаштириш.

Abstract

The article theoretically researches ways and methods of application of sport oriented physical education in the system of pre-conscription physical training of youth, defines the variants of the conception of building of pre-conscription physical training system of high school students, states the main goal, directions, means of physical training, substantiates the values of physical culture applicable in the process of pre-conscription physical training of youth.

Key words: pre-conscription physical training; military sports games; mass sports; promotion of physical culture and healthy lifestyles among young people.

Введение

Физическая подготовка в Вооруженных Силах Республики Узбекистан, Национальной гвардии Республики Узбекистан и правоохранительных органах страны является одним из основных предметов боевой подготовки, важной и неотъемлемой частью воинского обучения и воспитания личного состава. Поэтому очень важно, чтобы молодые люди поступали на службу уже физически подготовленными, закаленными, ловкими и выносливыми, а фундамент такой подготовки закладывался в образовательных учреждениях.

Цель исследования. Обозначить проблемы в организации занятий физической культурой и спортом в образовательных учреждениях, а также предложить пути решения проблем в этом направлении.

Задачи исследования: 1. Осветить значимость начальной допризывной физической подготовленности в общеобразовательных учреждениях. 2. Отметить важность включения в программу занятий по физической культуре в школах республики военно-спортивных игр типа "Зарница", а также основ спортивного ориентирования на местности и национальной борьбы кураш - белбогли кураш (борьба на поясах) и народных игр.

Материалы исследования. Известно, что физическая культура и спорт играют колоссальную роль в воспитании молодежи. В последнее время развитие массовой физической культуры и спорта стало поистине приоритетным направлением государственной политики и лично Президента страны Шавката Мирзиёева. Об этом наглядно свидетельствует ряд указов и постановлений, принятых за последние годы в данном направлении. В стране проводится множество спортивно-оздоровительных мероприятий и, кроме того, планируется проводить республиканские спортивные соревнования по олимпийским, неолимпийским и национальным видам спорта. [1] Большую часть участников этих состязаний по месту жительства, конечно же, составляют школьники, учащиеся лицеев, колледжей, техникумов, а также вузов. А готовят их к соревнованиям преподаватели физической культуры образовательных учреждений и тренеры.

Hozirgi taraqqiyot bosqichida jismoniy tarbiya va sport mashg'ulotlarini tashkil qilishning istiqbollari: muammo va yechimlar. Xalqaro miqiyosidagi ilmiy amaliy-anjuman. 2022 yil 28-29 aprel

Таким образом, помимо часов, отведенных на занятия физическим воспитанием в образовательных учреждениях, к массовой физкультурно-оздоровительной работе подключены и сходы граждан махаллей.

"Здоровое население – основная двигательная сила любого государства. Базой для создания поколения здоровых людей является надлежащее физическое воспитание в учебных заведениях – общеобразовательных школах и учреждениях высшего и среднего специального образования. Однако, по нашему мнению, акцент стоит сделать на школьный период, так как именно в это время происходят процессы формирования и начального становления личности. Приобретенные в эти годы привычки зачастую остаются с нами на протяжении всей жизни. Именно поэтому проблема повышения заинтересованности учащихся школ в посещении уроков физической культуры остается чрезвычайно актуальной на сегодняшний день". [3]

Чтобы занятия физической культурой и спортом в образовательных учреждениях стали по-настоящему привлекательными для учащихся, необходимо активно заняться их популяризацией не только в средствах массовой информации, но и в социальных сетях, именно на тех платформах, которые пользуются большой популярностью у молодежи.

Кроме того, стоит уделять достаточное внимание и теоретической подготовке, освещать важность двигательной активности для здоровья, раскрывать средства и методы ее применения, а также формировать мотивацию к занятиям и здоровому образу жизни. И здесь важно, объяснить юношам, что прежде всего им предстоит служба в армии, которая потребует от них отличной физической подготовленности.

Как известно, согласно Закону Республики Узбекистан "О всеобщей воинской обязанности и военной службе" от 12.12.2002 г., начальная допризывная подготовка является обязательным предметом учебной программы в образовательных учреждениях. [2]

Так, для того чтобы процесс допризывной подготовки был более продуктивным необходимо применять как и инновационные методы, так и прошлый опыт, но только уже в адаптированной форме. Например, было-бы рационально вновь ввести в школьную систему военно-спортивную игру «Зарница» Эта военно-спортивно-патриотическая игра представляла собой имитацию боевых действий, похожую на военные учения. В ходе игры участники делились на команды и соревновались в различных военно-прикладных видах спорта с игровыми элементами. [4]

Отличной физической подготовке способствуют и национальные виды спорта и игры – неотъемлемая часть культуры народов Узбекистана. Среди них такие, как "белбогли кураш". Об этом виде борьбы рассказывается в древнем легендарном эпосе Алпомыш, там она упоминается как самый распространенный и любимый вид единоборств. Борьба на поясах - очень демократична, имеет простые правила, без грубых захватов, весь поединок происходит в стойке и только бросок на спину считается завершением схватки. Авиценна считал этот вид единоборств полезным для здоровья не только тела, но и духа, а великий полководец Амир Темура ввел кураш в программу физической подготовки и самообороны для солдат своих непобедимых войск. Поэтому включение в учебную программу образовательных учреждений этого вида спорта будет вполне оправдан. Также может помочь юношам при подготовке к военной службе, это спортивное ориентирование – популярный вид спорта, который требует не только выносливости и скорости, как в беге, но и умения логически мыслить и ориентироваться на местности. Навыки, приобретенные в спортивном ориентировании, также помогут в подготовке к службе в армии, воспитают выносливость, силу воли.

Результаты исследования. Таким образом, физическая культура, как феномен, может помочь в решении государственных задач, в аспекте военной подготовки на всех ее этапах. Вместе с тем одним из стратегических приоритетов современной государственной политики в сфере образования является формирование и развитие ценностей здорового образа жизни. К сожалению, в настоящее время вместе с тем остаются нерешенные проблемы в области развития массовой физической культуры и спорта. Значительная часть нарушения здоровья у школьников и молодежи вызвана неправильным образом жизни и недостатком двигательной активности. А это, в свою очередь, сказывается на низкой физической подготовленности выпускников образовательных учреждений к службе в армии. Кроме того, основными сдерживающими факторами развития физической культуры и спорта в образовательных организациях являются недостаточный уровень валеологической культуры учащейся молодежи, нехватка спортивных сооружений в образовательных организациях в регионах, существенное отставание их

Hozirgi taraqqiyot bosqichida jismoniy tarbiya va sport mashg'ulotlarini tashkil qilishning istiqbollari: muammo va yechimlar. Xalqaro miqyosidagi ilmiy amaliy-anjuman. 2022 yil 28-29 aprel

оборудования от стандартов международного уровня. Также данная сфера испытывает нехватку высококвалифицированных тренеров и педагогов.

Выводы. На сегодняшний день уровень физической подготовленности юношей старших классов, которые после окончания средней школы призываются в ряды Вооруженных Сил Республики Узбекистан, невысокий и не удовлетворяет в полной мере запросам Вооруженных Сил в их качественном комплектовании из числа призывного контингента для успешного выполнения задач военными при несении службы. В условиях годичного срока прохождения военной службы по призыву и современных достижений военной индустрии в области разработки новых технических средств боевого предназначения требования Вооруженных Сил нашей страны к уровню физической подготовки еще более возросли.

В связи с этим необходимо обратить особое внимание на проблему повышения уровня развития физических качеств юношей допризывного возраста, их самостоятельности, потребности в двигательной активности в процессе их физического воспитания в школе, что в дальнейшем позволит им быстрее адаптироваться к прохождению военной службы. Необходима некоторая дополнительная корректировка программ по физическому воспитанию в образовательных учреждениях и усиление просветительской работы по пропаганде здорового образа жизни.

Использованная литература

1. Постановление Президента Республики Узбекистан «О мерах по поднятию на новый этап привлечения молодежи к массовому спорту в махаллях» от 11.04.2022 г.

2. Закон Республики Узбекистан "О всеобщей воинской обязанности и военной службе" от 12.12.2002 г.

3. Андреев В.Е., преподаватель, Валишев А.И., магистрант. Поволжская государственная академия физкультуры спорта и туризма. Казань, Россия "Проблема популяризации физической культуры среди учащихся образовательных организаций среднего образования".

4. Википедия свободная энциклопедия. "Зарница" - военно-спортивная игра 06.03.2021.

1. Karomatovich I. A. PSYCHOLOGICAL AND PEDAGOGICAL SUPPORT OF YOUNG TEAM ATHLETES //Web of Scientist: International Scientific Research Journal. – 2022. – Т. 3. – №. 02. – С. 1011-1016.

2. Ibragimov A. K. DEVELOPING THE PROFESSIONAL COMPETENCE OF TEACHERS AS A PEDAGOGICAL PROBLEM //E-Conference Globe. – 2021. – С. 333-338.

3. Karomatovich I. A. METHODS OF TEACHING CHILDREN FOR MOVEMENT ACTIVITIES IN THE PROCESS OF PHYSICAL EDUCATION //Web of Scientist: International Scientific Research Journal. – 2022. – Т. 3. – №. 1. – С. 242-249.

4. Ibragimov A. K. Catalog of training tasks for training special endurance of young girl handball players. *Academicia: An International Multidisciplinary Research Journal*. Year: 2020, Volume: 10, Issue: 11. P: 486-492. DOI: 10.5958/2249-7137.2020. 01410. X.

5. Narzullayev, Farrux. "Qizlar sporti yo'nalishi bo'yicha tahsil olayotgan qizlarning yengil atletika darslarida kuch siaftlarini rivojlantirishning pedagogik asoslari." *ЦЕНТР НАУЧНЫХ ПУБЛИКАЦИЙ (buxdu.uz)* 1.1 (2020).

6. Ashrapovich, N. F. (2021). Determination of physical development of primary school students through national movement games. *Middle European Scientific Bulletin*, 11.

7. Ashrapovich, N. F. (2022). FORMS OF CONTROL OVER THE PROFESSIONAL AND PEDAGOGICAL ACTIVITY OF THE TRAINER AND ITS PEDAGOGICAL SIGNIFICANCE. *Web of Scientist: International Scientific Research Journal*, 3(1), 372-379.

8. Narzullayev, Farrux Ashrapovich, and Dinara Olimovna Begimkulova. "Sport psixodiagnostikasi fanini o'qitishda ta'lim texnologiyalardan foydalanishning o'ziga xos xususiyatlari." *Science and Education* 3.4 (2022): 1724-1730.

9. Nematovich K. S. Abduyeva Sitorabonu Savriddin kizi, Fatullayeva Muazzam Azimovna, Kurbanov Shukhrat Kuldoshevich. Using of innovation terms in physical education and sport lessons and their social and educational features //Journal of Critical Reviews. doi. – Т. 10. – С. 470-471.

10. Abdueva S. S. Q. Determining the speed and strength of 14-15 year old handball players in jumping //ACADEMICIA: An International Multidisciplinary Research Journal. – 2020. – Т. 10. – №. 11. – С. 1212-1220.

Hozirgi taraqqiyot bosqichida jismoniy tarbiya va sport mashg'ulotlarini tashkil qilishning istiqbollari: muammo va yechimlar. Xalqaro miqiyosidagi ilmiy amaliy-anjuman. 2022 yil 28-29 aprel

11. Abdueva S. S., Khurbonov S., Sabirova N. Evolution of physical performance and techniques of handball girls aged 11-12 //International Journal of Advanced Research in Science, Engineering and Technology (IJARSET). – 2019.
12. Abdueva S. S. Activities that increase children's interest in the sport of handball //Innovatsionnoerazvitienuki I obrozovaniemejdunarodnayanauchno-prakticheskayakonferensiya. – 2020.
13. Rasulovna S. N. THE PLACE OF PHYSICAL TRAINING AND SPORTS IN THE LIFE OF SCHOOL STUDENTS //Web of Scientist: International Scientific Research Journal. – 2021. – T. 2. – №. 04. – C. 306-312.
14. Rasulovna S. N. TOOLS FOR DEVELOPING SPECIAL PHYSICAL TRAINING AND PHYSICAL QUALITIES IN SPORTS GAMES //E-Conference Globe. – 2021. – C. 299-305.
15. Sabirova Nasiba Rasulovna. Basics and Advantages of Individual Training to Increase Technical and Tactical Training of Basketball Players. AMERICAN JOURNAL OF SOCIAL AND HUMANITARIAN RESEARCH. ISSN: 2690-9626 Vol.3, No 1, 2022
16. Маъмуров, Б. Б., & Хамраев, И. Т. (2020). Субъективные особенности ценностного отношения студенток к специальным тестам «АЛПОМИШ» и «БАРЧИНОЙ». In *Педагогическое образование: вызовы XXI века* (pp. 417-421). <https://scholar.google.com/scholar?oi=bibs&hl=ru&cluster=1813447085392371526>
17. Ma'murov, B. B. (2019). Forming Future Teachers' Competence in Educational Process Design based on Acmeological Approach. *Eastern European Scientific Journal*, (1). https://scholar.google.com/citations?view_op=view_citation&hl=ru&user=aXmRXUAAAAJ&cst=art=20&pagesize=80&alert_preview_top_rm=2&citation_for_view=aXmRXUAAAAJ:UebtZR9Y70C
18. Мамуров, Б. (2019). Физическая активность и развитие интеллекта человека. *Педагогическое образование и наука*, (6), 132-134. https://scholar.google.com/citations?view_op=view_citation&hl=ru&user=aXmRXUAAAAJ&cst=art=20&pagesize=80&alert_preview_top_rm=2&citation_for_view=aXmRXUAAAAJ:4T0pqqG69KYC
19. Mamurov, B. B. (2017). Forming Skills of Academic Process Design for Future Teachers and Methods of Determining Its Quality. *Eastern European Scientific Journal*, (1), 156-159. https://scholar.google.com/citations?view_op=view_citation&hl=ru&user=aXmRXUAAAAJ&cst=art=20&pagesize=80&alert_preview_top_rm=2&citation_for_view=aXmRXUAAAAJ:hqOics7Dif8C