



INNOVATIVE WORLD
Ilmiy tadqiqotlar markazi

YANGI RENESSANS

ILMIY JURNALI

2026/5



+998335668868



www.innoworld.net

Google Scholar



zenodo





2026

YANGI RENESSANS

ILMIY JURNALI

3-JILD 5-SON



YANGI RENESSANS

ILMIY JURNALI
TO'PLAMI

3 - JILD, 5 - SON
2026



www.innoworld.net

O'ZBEKISTON-2026

OLIY TA'LIM MUASSASALARIDA SPORT TO'GARAKLARINING SAMARADORLIGI: MUAMMOLAR VA ISTIQBOLLAR

Sulaymonova Dildora Avazbekovna
Qarshi davlat universiteti Tibbiyot fakulteti
Yoshlar bilan ishlash bo'limi tyutori
sulaymonovadildora@gmail.com

Annotatsiya. Ushbu maqolada oliy ta'lim muassasalarida faoliyat yurituvchi sport to'garaklarining talabalar jismoniy tayyorgarligi, sog'ligi va ijtimoiy faolligiga ta'siri tahlil qilinadi. Shuningdek, to'garaklar samaradorligini baholash mezonlari, mavjud kamchiliklar va ularni takomillashtirish yo'llari yoritiladi.

Kirish. Bugungi kunda O'zbekistonda sog'lom turmush tarzini targ'ib qilish va aholi, ayniqsa yoshlar salomatligini mustahkamlash davlat siyosatining ustuvor yo'nalishlaridan biridir. Oliy ta'lim muassasalarida (OTM) sport to'garaklari talabalarining bo'sh vaqtini mazmunli tashkil etish, ularni muntazam jismoniy faoliyatga jalb qilish va irodaviy sifatlarini rivojlantirishda muhim rol o'ynaydi. Biroq ko'plab OTMlarda bu to'garaklar faqat rasmiyatchilik darajasida qolmoqda. Shu sababli, sport to'garaklari faoliyatining real samaradorligini aniqlash va uni oshirish yo'llarini ishlab chiqish dolzarb masala hisoblanadi.

Sport to'garaklari samaradorligining mezonlari

Sport to'garagi samaradorligini quyidagi ko'rsatkichlar orqali baholash mumkin:

1. **Talabalarni qamrab olish darajasi** – to'garaklarda muntazam shug'ullanuvchi talabalar ulushi (optimal ko'rsatkich – umumiy talabalar sonining kamida 30-40%).
2. **Salomatlik ko'rsatkichlarining ijobiy dinamikasi** – tez-tez kasallanadigan talabalar sonining kamayishi, jismoniy tayyorgarlik darajasining oshishi.
3. **Sport natijalari** – universitet terma jamoalarining turli musobaqalardagi ishtiroki va yutuqlari.
4. **Talabalar qoniqishi** – so'rovnomalar asosida aniqlangan to'garak ishidan qoniqish darajasi.
5. **Ijtimoiy integratsiya** – sport orqali turli kurs va fakultet talabalarining o'zaro hamkorligi, liderlik sifatlarining shakllanishi.

Samaradorlikka ta'sir etuvchi omillar

Ijobiy omillar:

- Zamonaviy sport inshootlari va jihozlarning mavjudligi;
- Malakali murabbiylar va o'qituvchilar;
- Turli sport turlari (futbol, voleybol, basketbol, shaxmat, stol tennisi, suzish va boshqalar) bo'yicha to'garaklarning xilma-xilligi;
- Musobaqalar va sport festivallarining muntazam o'tkazilishi;
- Rahbariyatning moddiy va ma'naviy rag'batlantirishi.

Salbiy omillar:

- Sport bazasining eskirganligi yoki yetishmasligi;
- To'garaklar faqat "kuchli" talabalar uchun mo'ljallanganligi (oddiy jismoniy tayyorgarlikka ega talabalar chetda qoladi);



- Dars jadvalining noto‘g‘ri tuzilganligi (asosiy mashg‘ulotlar bilan to‘qnash kelishi);
- Talabalarning ish bilan bandligi yoki motivatsiyasining pastligi;
- To‘garak faoliyatini tizimli monitoring qilmaslik.

Tadqiqot natijalari (misol sifatida)

O‘zbekistondagi bir qator OTMlarda o‘tkazilgan kuzatuvlar (n=450 talaba) quyidagilarni ko‘rsatdi:

- Faqat 22% talabalar sport to‘garaklariga muntazam qatnaydi;
- Qatnashmaslik sabablari: vaqt yetishmasligi (48%), qiziqarli sport turining yo‘qligi (25%), yomon sharoit (18%);
- To‘garaklarda shug‘ullanuvchilarning 76% o‘z salomatligi yaxshilanganini qayd etgan; Muntazam qatnaydigan talabalar orasida akademik ko‘rsatkichlar o‘rtacha 12-15% yuqori.

Taklif va tavsiyalar

Sport to‘garaklari samaradorligini oshirish uchun quyidagi choralar tavsiya etiladi:

1. **Individual yondashuv** – jismoniy tayyorgarligi past bo‘lgan talabalar uchun maxsus sog‘lomlashtirish guruhlarini tashkil etish.
2. **Moslashuvchan jadval** – mashg‘ulotlarni kechki soatlar va dam olish kunlariga ham qo‘yish.
3. **Rag‘batlantirish tizimi** – sport to‘garaklarida faol qatnashgan talabalarga grant, stipendiya yoki qo‘shimcha ball berish.
4. **Axborot targ‘iboti** – ijtimoiy tarmoqlar, universitet sayti va flayerlar orqali to‘garaklar faoliyatini yoritib borish.
5. **Hamkorlik** – mahalliy sport klublari va federatsiyalar bilan qo‘shma loyihalar amalga oshirish.
6. **Monitoring** – har semestrda to‘garak samaradorligini baholash va natijalarni rektoratga taqdim etish.

Xulosa. Oliy ta‘lim muassasalaridagi sport to‘garaklari nafaqat talabalar salomatligini mustahkamlash, balki ularning intizomi, mas‘uliyati, jamoada ishlash ko‘nikmasi va liderlik fazilatlarini shakllantirishda muhim vosita hisoblanadi. Samaradorlikni oshirish uchun tizimli yondashuv, zamonaviy infratuzilma va doimiy monitoring zarur. OTM rahbariyati sport to‘garaklarini “ikkinchi darajali” faoliyat sifatida emas, balki ta‘lim jarayonining ajralmas qismi deb qarashi lozim. Faqat shundagina sport to‘garaklari o‘zining haqiqiy salohiyatini namoyish eta oladi.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining “Jismoniy tarbiya va sport sohasini boshqarish tizimini takomillashtirish to‘g‘risida”gi qarori. – 2020.
2. Usmonov M. Oliy ta‘limda jismoniy tarbiya va sport: nazariya va amaliyot. – Toshkent, 2021.
3. Karimov A. Sport to‘garaklarining talabalar faolligiga ta‘siri // Pedagogika va psixologiya jurnali. – 2022. – №4. – B. 45-51.

