

BADMINTON SPORTINING TA'LIM TIZIMIDA OMMAVIY SPORT TURI SIFATIDAGI O'RNI

Istamova Diyora Firuzovna

Buxoro davlat universiteti magistranti

Annotatsiya: Mazkur maqolada badminton sportining ta'lim tizimidagi o'rni hamda uning ommaviy sport turi sifatidagi ahamiyati ilmiy-nazariy jihatdan tahlil qilinadi. Jumladan, umumiy o'rta ta'lim maktablari, akademik litseylar va oliy ta'lim muassasalarida badmintonni jismoniy tarbiya mashg'ulotlariga integratsiya qilishning samaradorligi yoritiladi. Tadqiqot davomida badmintonning o'quvchi va talabalarning jismoniy rivojlanishi, sog'lom turmush tarzini shakllantirish, tezkorlik, chaqqonlik, koordinatsiya va chidamlilik kabi sifatlarni rivojlantirishdagi o'rni asoslab beriladi.

Kalit so'zlar: badminton, ta'lim, tizim, sport, ommaviylik, tarbiya.

Bugungi kunda ta'lim tizimida jismoniy tarbiya va sportni rivojlantirish masalasi dolzarb yo'nalishlardan biri hisoblanadi. Ayniqsa, yosh avlodni sog'lom, jismonan baquvvat va har tomonlama barkamol etib tarbiyalashda ommaviy sport turlarining o'rni beqiyosdir. Shu nuqtai nazardan, badminton sporti o'zining soddaligi, qulayligi va samaradorligi bilan ta'lim muassasalarida keng joriy etilishi mumkin bo'lgan sport turlaridan biri sifatida ajralib turadi. Badminton sporti o'quvchilarning jismoniy rivojlanishiga ijobiy ta'sir ko'rsatish bilan birga, ularning harakat faolligini oshiradi, tezkorlik, chaqqonlik va koordinatsiya kabi muhim jismoniy sifatlarni shakllantiradi. Bundan tashqari, ushbu sport turi o'quvchilarda sportga bo'lgan qiziqishni kuchaytiradi hamda sog'lom turmush tarziga bo'lgan ehtiyojni yuzaga keltiradi. Badminton sportining ta'lim tizimida ommaviy sport turi sifatida joriy etilishi bir qator ijobiy natijalarni yuzaga chiqaradi. Avvalo, ushbu sport turi o'quvchilarning jismoniy faolligini oshirish bilan birga, ularni muntazam mashg'ulotlarga jalb etishda samarali vosita bo'lib xizmat qiladi. Amaliy kuzatuvlar shuni ko'rsatadiki, badminton o'yin shakliga yaqinligi sababli o'quvchilar tomonidan tez qabul qilinadi va qiziqish bilan bajariladi.

Mamlakatimizda badminton sport turi tobora rivojlanib bormoqda. O'z navbatida, iqtidorli bolalarni saralab olish, ularni sportga yo'naltirish va ko'p yillik tayyorgarlikda ularni muntazam saralab borish texnologiyalarini ishlab chiqish sport nazariyasi va uslubi sohasidagi muhim muammolardan hisoblanadi. Shu munosabat bilan boshlang'ich bosqichlarda badmintonchilarni tayyorlash, birlamchi saralash va koordinatsion qobiliyatini rivojlantirish masalalariga doir ilmiy izlanishlar olib borilmoqda. O'zbek sportida ham ommaviy sportni sog'lomlashtirish tizimini takomillashtirish va jismoniy tarbiya ta'limi samaradorligini oshirish, badminton sport turini rivojlantirish masalalari A.Pulatoev, O.Savat'yugin, Sh.Isroilov kabilar tomonidan o'rganilgan.

Shu bilan birga, badminton mashg'ulotlari jarayonida nafaqat jismoniy sifatlari, balki psixologik va ijtimoiy ko'nikmalar ham rivojlanadi. Xususan, diqqatni jamlash, tez qaror

qabul qilish, raqib harakatini tahlil qilish kabi kompetensiyalar shakllanadi. Bu esa o'quvchilarning umumiy intellektual va ijtimoiy rivojlanishiga ijobiy ta'sir ko'rsatadi. Biroq, ayrim ta'lim muassasalarida badmintonni samarali tashkil etish uchun zarur sharoitlar yetarli darajada emasligi kuzatiladi. Jumladan, sport jihozlarining yetishmasligi, malakali murabbiylar kamligi hamda metodik ta'minotning to'liq yo'lga qo'yilmaganligi bu jarayon samaradorligini pasaytirishi mumkin. Shu sababli, badmintonni ommaviy sport turi sifatida rivojlantirish uchun moddiy-texnik bazani mustahkamlash, pedagog kadrlar malakasini oshirish va zamonaviy o'qitish metodlarini joriy etish muhim hisoblanadi. Umuman olganda, badminton sporti ta'lim tizimida nafaqat jismoniy tarbiya vositasi, balki o'quvchilarning har tomonlama rivojlanishini ta'minlovchi kompleks pedagogik omil sifatida qaralishi lozim.

Yuqoridagi tahlil va mulohazalardan kelib chiqib, badminton sporti ta'lim tizimida ommaviy sport turi sifatida muhim ahamiyat kasb etishi ilmiy jihatdan asoslandi. Ushbu sport turini ta'lim jarayoniga keng joriy etish o'quvchi va talabalarning jismoniy tayyorgarligini oshirish, sog'lom turmush tarzini shakllantirish hamda ularning bo'sh vaqtini mazmunli tashkil etishda samarali vosita bo'lib xizmat qiladi. Shu bilan birga, badmintonning ommaviyligini ta'minlash uchun ta'lim muassasalarida zarur shart-sharoitlarni yaratish, sport jihozlari bilan ta'minlash, malakali pedagog va murabbiylarni tayyorlash hamda ilg'or pedagogik texnologiyalarni joriy etish zarur hisoblanadi. Bu esa jismoniy tarbiya darslarining samaradorligini yanada oshirishga xizmat qiladi. Kelgusida badminton sportini rivojlantirish bo'yicha ilmiy-amaliy tadqiqotlarni kengaytirish, innovatsion yondashuvlarni ishlab chiqish va ularni ta'lim tizimiga tatbiq etish orqali yosh avlodni har tomonlama sog'lom va barkamol etib tarbiyalash imkoniyatlari yanada kengayadi.

Badminton sporti jismoniy tarbiya va sport pedagogikasi doirasida o'rganiladigan samarali vositalardan biri hisoblanadi. Ilmiy tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, badminton bilan muntazam shug'ullanish inson organizmiga kompleks ta'sir ko'rsatib, yurak-qon tomir, nafas olish va mushak tizimlarining faoliyatini yaxshilaydi. Ushbu sport turi yuqori intensivlikdagi interval yuklamalarni o'z ichiga olgani sababli aerob va anaerob imkoniyatlarning birgalikda rivojlanishiga xizmat qiladi. Badminton mashg'ulotlari jarayonida tezkorlik, chaqqonlik, muvozanat va koordinatsiya kabi jismoniy sifatlar faol rivojlanadi. Ayniqsa, harakatlarning tez-tez o'zgarib turishi markaziy asab tizimining funksional imkoniyatlarini oshiradi, reaksiya tezligini yaxshilaydi va sensor-motor koordinatsiyani mustahkamlaydi. Shu jihatdan badminton o'quvchi va talabalarning umumiy jismoniy tayyorgarligini oshirishda ilmiy asoslangan samarali vosita sifatida qaraladi. Pedagogik nuqtai nazardan, badminton o'yin faoliyati orqali o'qitish tamoyiliga mos keladi. U o'quvchilarda motivatsiyani oshiradi, mustaqil faoliyat ko'nikmalarini rivojlantiradi hamda jamoaviy hamkorlik va ijtimoiy moslashuvni kuchaytiradi. Psixologik tadqiqotlar esa badminton mashg'ulotlari stressni kamaytirish, emotsional barqarorlikni ta'minlash va diqqatni jamlash qobiliyatini rivojlantirishda muhim rol o'ynashini tasdiqlaydi. Shuningdek, badmintonning ilmiy-amaliy ahamiyati uning ta'lim tizimiga oson integratsiyalashuvida ham namoyon bo'ladi. Mazkur sport turi katta maydon yoki murakkab infratuzilmani talab qilmaydi, bu esa uni maktab,

litsey va oliy ta'lim muassasalarida keng qo'llash imkonini beradi. Shu sababli badminton ommaviy sport sifatida jismoniy tarbiya tizimini modernizatsiya qilishda istiqbolli yo'nalishlardan biri sifatida baholanadi.

Xulosa qilib aytganda, badminton sporti ta'lim tizimida ommaviy sport turi sifatida muhim o'rin egallaydi va yosh avlodning jismoniy hamda ijtimoiy rivojlanishiga samarali ta'sir ko'rsatadi. Uning sodda, qulay va hammabopligi sababli turli yoshdagi o'quvchilarni sport faoliyatiga keng jalb etish imkoniyati mavjud. Mazkur sport turi orqali o'quvchilarda jismoniy sifatlar bilan bir qatorda intizom, jamoaviylik va faol hayotiy pozitsiya shakllanadi. Shuningdek, badmintonni ta'lim jarayoniga tizimli tatbiq etish jismoniy tarbiya darslarining samaradorligini oshirib, sog'lom turmush tarzini qaror toptirishga xizmat qiladi. Natijada, badmintonni ommaviy sport sifatida rivojlantirish ta'lim tizimining muhim yo'nalishlaridan biri bo'lib, u barkamol va sog'lom avlodni tarbiyalashda muhim omil sifatida namoyon bo'ladi.

ADABIYOTLAR

1. Валеева Г.В. Бадминтон: учебное пособие / Валеева Г.В.; Уфим. гос. нефтяной техн. ун-т. - Уфа, 2002. - 86 с.
2. Жбанков О.В. Информационная система оперативной оценки эффективности технических действий в бадминтоне / Жбанков О.В., Куприянов Д.Н., Ильин Ю.М. // Теория и практика физической культуры. - 2001. - №9.-С. 62-63.
3. Кудимова О.В. Методика оценки качества подач и нападающих ударов в бадминтоне / Кудимова О.В. // Спортивные игры в физическом воспитании и спорте: материалы междунар. науч.-практ. конф. (Смоленск, 24-26 дек. 2002 г.). -Смоленск, 2002. - С. 318-362.
4. Khamroyev Behruz Khalimovich Scientific and methodological bases of the use of national games in physical education Journal of multidisciplinary sciences and innovations. shokh library, 2025. 127-130 p.
5. Pulatov A.A., Savatyugin O.M., Isroilov Sh.Sh. Badminton nazariyasi va uslubiyati. (Q'quv qo'llanma). -T.: «Fan va texnologiya», 2017, 300 bet.
6. Khamroyev Behruz Khalimovich Scientific and methodological bases of the use of national games in physical education Journal of multidisciplinary sciences and innovations. shokh library, 2025. 127-130 p.
7. Khamroyev Behruz Khalimovich Methodology of using modern information and communication technologies in physical education lessons. Shokh Articles Library, 2026 288-291 p.