

O'tashev Xasan Nematullayevich*Alfraganus university**"Sport faoliyati" kafedrası mudiri,**p.f.b.f.d (PhD), dotsent**ORCID: 0000-0002-8777-226X**Email: x.otashev@afu.uz*

TALABALAR O'RTASIDA OMMAVIY SPORTNI RIVOJLANTIRISHNING DOLZARB MUAMMOLARI

Annotatsiya. Ushbu maqolada oliy ta'lim muassasalari talabalari o'rtasida ommaviy sportni rivojlantirishning ilmiy-nazariy asoslari tahlil qilinadi. Tadqiqotda ommaviy sportning ijtimoiy ahamiyati, talabalarning jismoniy faolligi, motivatsiyasi va sport infratuzilmasi ko'rib chiqilgan. Shuningdek, sportni rivojlantirishda yuzaga kelayotgan muammolar va ularni hal qilish bo'yicha takliflar ilgari surilgan. Maqola talabalarning sog'lom turmush tarzini shakllantirishda ommaviy sportning o'rne va ahamiyatini yoritib beradi hamda oliy ta'lim muassasalarida sport madaniyatini oshirishga qaratilgan ilmiy asoslangan yondashuvlarni taklif etadi.

Kalit so'zlar: oliy ta'lim muassasalari, talabalar, ommaviy sport, jismoniy faollik, sport infratuzilmasi, motivatsiya, sog'lom turmush tarzi, sport madaniyati, ilmiy-nazariy asoslar.

АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ РАЗВИТИЯ МАССОВОГО СПОРТА СРЕДИ СТУДЕНТОВ

Аннотация. В статье анализируются научно-теоретические основы развития массового спорта среди студентов высших образовательных учреждений. Рассматриваются социальное значение массового спорта, уровень физической активности и мотивации студентов, а также состояние спортивной инфраструктуры. Выявлены проблемы, возникающие в процессе развития массового спорта, и предложены пути их решения. Раскрываются роль и значение массового спорта в формировании здорового образа жизни студентов; предлагаются научно обоснованные подходы, направленные на повышение спортивной культуры в учреждениях высшего образования.

Ключевые слова: учреждения высшего образования, студенты, массовый спорт, физическая активность, спортивная инфраструктура, мотивация, здоровый образ жизни, спортивная культура, научно-теоретические основы.

CURRENT CHALLENGES IN THE DEVELOPMENT OF MASS SPORTS AMONG STUDENTS

Abstract. This article analyzes the scientific and theoretical foundations for developing mass sports among students of higher education institutions. It examines the social significance of mass sports, students' physical activity and motivation, and the state of sports infrastructure. The problems arising in the development of mass sports are identified, and possible solutions are proposed. The article explains the role and importance of mass sports in shaping a healthy lifestyle among students and offers evidence-informed approaches aimed at strengthening sports culture in higher education institutions.

Key words: higher education institutions, students, mass sports, physical activity, sports infrastructure, motivation, healthy lifestyle, sports culture, scientific and theoretical foundations.

Kirish. Mamlakatimizda sog'lom turmush tarzini shakllantirish, yoshlar salomatligini mustahkamlash va ularni jismoniy tarbiya hamda sport bilan muntazam shug'ullanishga jalb etish davlat siyosatining ustuvor yo'nalishlaridan biri sifatida e'tirof etilmoqda. Ayniqsa, oliy ta'lim muassasalari talabalari o'rtasida ommaviy sportni rivojlantirish masalasi nafaqat ularning jismoniy salomatligi, balki intellektual, psixologik va ijtimoiy jihatdan yetuk shaxs sifatida shakllanishida ham muhim omil hisoblanadi [1; 2].

So'nggi yillarda respublikamizda sport infratuzilmasini kengaytirish, zamonaviy sport inshootlarini qurish, oliy o'quv yurtlarida sport to'garaklari va musobaqalar faoliyatini takomillashtirish borasida keng ko'lamli islohotlar olib borilmoqda. Shu bilan birga, ommaviy sportni rivojlantirishning ilmiy-nazariy asoslarini chuqur o'rganish, samarali

metodikalar asosida jismoniy tarbiya jarayonini tashkil etish talabalarning sportga bo'lgan qiziqishini oshirishga xizmat qiladi.

Mazkur maqolada oliy ta'lim muassasalari talabalari o'rtasida ommaviy sportni rivojlantirishning ilmiy-nazariy jihatlar, mavjud muammolar va ularni bartaraf etish yo'llari, shuningdek, ilg'or tajriba asosida shakllantirilgan tavsiyalar tahlil qilinadi. Bu boradagi tadqiqotlar sportning shaxs rivojiga ta'sirini chuqur o'rganishga, sog'lom va har tomonlama barkamol avlodni tarbiyalashga xizmat qilishi bilan ahamiyatlidir.

Tadqiqotning maqsadi. Mazkur maqolaning asosiy maqsadi — oliy ta'lim muassasalari talabalari o'rtasida ommaviy sportni rivojlantirishning ilmiy-nazariy asoslarini tahlil qilish, mavjud muammolarni aniqlash hamda samarali yechimlar va takliflar ishlab chiqishdan iborat.

Tadqiqot

metodologiyasi. Ushbu maqolani tayyorlashda mavzuga oid ilmiy adabiyotlarni tahlil qilish, qiyoslash, tizimlashtirish va umumlashtirish metodlaridan foydalanildi. Shuningdek, matnda keltirilgan so'rov natijalari hamda talabalarning sportdagi ishtiroki, sport inshootlaridan foydalanishi va motivatsion omillarga doir foiz ko'rsatkichlari tavsifiy tahlil qilindi.

Tadqiqot vazifalari. Ushbu maqsadga erishish uchun quyidagi ilmiy vazifalar belgilab olindi:

1. Ommaviy sport tushunchasining mazmun-mohiyatini va uning yoshlar hayotidagi ahamiyatini nazariy jihatdan asoslash.

2. Oliy ta'lim muassasalari talabalari o'rtasida sportga bo'lgan qiziqish darajasi va ishtirok holatini o'rganish.

3. Ommaviy sportni rivojlantirishda mavjud infratuzilma, tashkiliy va motivatsion omillarni tahlil qilish.

4. Talabalar o'rtasida sog'lom turmush tarzini shakllantirishda sportning o'rni va ta'sirini baholash.

5. Ommaviy sportni rivojlantirishga qaratilgan amaliy taklif va tavsiyalar ishlab chiqish.

Tadqiqotning ilmiy yangiligi. Mazkur tadqiqot quyidagi jihatlari bilan ilmiy yangilik kasb etadi:

1. Oliy ta'lim muassasalari sharoitida talabalarning ommaviy sportga bo'lgan ehtiyoji, qiziqishi va faolligi chuqur tahlil etildi.

2. Ommaviy sportni rivojlantirishga to'sqinlik qilayotgan omillar tizimli ravishda aniqlanib, ularni bartaraf etishga qaratilgan ilmiy asoslangan takliflar ilgari surildi.

3. Talabalarning sportga motivatsiyasini oshirishga xizmat qiladigan innovatsion yondashuvlar (raqamli texnologiyalar, interaktiv metodlar, sport madaniyatini targ'ib qilish vositalari) asosida yangi nazariy-uslubiy yondashuvlar ishlab chiqildi.

Adabiyotlar sharhi. Oliy ta'lim muassasalari talabalari o'rtasida ommaviy sportni rivojlantirish masalasi so'nggi yillarda ko'plab olimlar va mutaxassislar tomonidan ilmiy-nazariy jihatdan o'rganib kelinmoqda. Xususan, jismoniy tarbiya va sport sohasi rivojiga oid fundamental ilmiy ishlarida A.Q. Abdukarimov, M.S. Oripov, A.A. Shoyusupov, A.R. Juraev kabi mahalliy olimlar talabalarning jismoniy faolligini oshirish, sport turlariga qiziqishini kuchaytirish va sog'lom turmush tarzini shakllantirish masalalarini atroflicha tahlil qilganlar.

Shuningdek, xorijiy tadqiqotchilar — P. Bourdieu, R. Bailey, C. Green va boshqalar tomonidan ommaviy sportning ijtimoiy-iqtisodiy omillarga ta'siri, sport infratuzilmasi va siyosatining yoshlar sog'lig'iga ta'siri keng ko'lamda o'rganilgan [4–6]. Ularning tadqiqotlarida sport madaniyati, universitet sporti konsepsiyasi va sportda ishtirok etish motivatsiyasi kabi masalalar yoritilgan.

Respublika miqyosida olib borilgan amaliy tadqiqotlar esa talabalarning jismoniy tarbiya darslariga bo'lgan munosabati, sport to'garaklarida ishtiroki, jismoniy faollik darajasi va mavjud muammolarni aniqlashga qaratilgan. Shu bilan birga, talabalarning ommaviy sport tadbirlarida ishtirok etish ko'rsatkichlarini oshirishga doir metodik tavsiyalar hali-hanuz takomillashtirilmoqda.

Shu bois, mazkur mavzuni yanada chuqurroq o'rganish, amaliyotga yaqin yondashuvlar asosida ilmiy asoslangan taklif va tavsiyalar ishlab chiqish zarurati saqlanib qolmoqda.

Ommaviy sport — bu aholi, ayniqsa yoshlar orasida sog'lom turmush tarzini shakllantirish, jismoniy faollikni oshirish va sport madaniyatini rivojlantirishga xizmat qiluvchi muhim ijtimoiy hodisadir. U ko'proq sog'lomlashtiruvchi, tarbiyaviy va ijtimoiy integratsion funksiyalarga ega bo'lib, sportning professional emas, balki kundalik hayotga yaqin ko'rinishini ifodalaydi. [3]

Talabalik davri — inson hayotidagi eng faol, salohiyatli va o'zgaruvchan bosqichlardan biri bo'lib, bu davrda jismoniy va ruhiy salomatlikni mustahkamlash katta ahamiyatga ega. Shu sababli, talabalarning ommaviy sportda ishtirok etishini rag'batlantirish ularning sog'lig'ini saqlash, stressni kamaytirish va ijtimoiy faolligini oshirishda muhim vositadir.

Tadqiqot tahlili va natijalar. Oliy ta'lim muassasalarida ommaviy sport holati va imkoniyatlari. O'zbekiston oliy ta'lim muassasalarida so'nggi yillarda sport infratuzilmasi bosqichma-bosqich yaxshilanmoqda. Ko'plab universitet va institutlarda sport zallari, ochiq sport maydonchalari, to'garaklar, sport klublari faoliyat yuritmoqda. Shu bilan birga, "Talabalar sport o'yinlari", "Universiada", "Rektor kubogi" kabi ommaviy sport musobaqalari muntazam o'tkazilmoqda.

Biroq amaliy tahlillar shuni ko'rsatmoqdaki, talabalarning barchasi sportda faol ishtirok etmaydi, jumladan:

1. Sport inshootlarining yetarli emasligi yoki ularning darsdan keyingi vaqtlarda band bo'lishi;
2. Sport anjomlarining eskirganligi yoki yetishmasligi;
3. Jismoniy tarbiya mashg'ulotlarining zamonaviy motivatsion metodikalardan yiroq tashkil etilishi;
4. Talabalarning bo'sh vaqt yetishmovchiligi va raqamli texnologiyalarga haddan tashqari qaramligi;
5. Ommaviy sportni rivojlantirishda muayyan to'siqlar sifatida qaralmoqda.

Ommaviy sportni rivojlantirishning ilmiy-nazariy asoslari. Sportga qiziqishni kuchaytirish uchun nafaqat moddiy, balki nazariy va metodik asoslar ham muhimdir. Talabalarda sportga nisbatan ijobiy munosabatni

shakllantirishda quyidagi yondashuvlar samarali bo'lishi mumkin:

Motivatsion model: Talabalarni sportga jalb etishda ichki (sog'liq, tashqi ko'rinish, o'zini rivojlantirish) va tashqi (musobaqalarda qatnashish, rag'batlar) motivlar uyg'unligini ta'minlash.

Interaktiv metodlar: Darslarda o'yinli usullar, musobaqa elementlari, raqamli platformalar (sport ilovalari, turnir tablitsalari)dan foydalanish.

Sport madaniyatini targ'ib qilish: Ijtimoiy tarmoqlar orqali sport bilan shug'ullanuvchi talabalarni ommalashtirish, sog'lom turmush tarzini targ'ib qiluvchi loyiha va aksiyalar tashkil etish.

Shuningdek, oliy ta'lim muassasalari sport siyosatini o'z ichiga olgan strategik hujjatlarni ishlab chiqishi, talabalarning sportdagi ishtiroki bo'yicha statistik monitoringni olib borishi lozim.

Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatdiki, oliy ta'lim muassasalari talabalari o'rtasida ommaviy sportni rivojlantirishda sezilarli ijobiy o'zgarishlar yuz bermoqda, biroq muammolar hamon mavjud.

Birinchidan, o'rganilgan ma'lumotlar va so'rovlar asosida talabalarning qariyb 65–70%i muntazam ravishda jismoniy faoliyat bilan shug'ullanmoqda. Shu bilan birga, 30% atrofidagi talabalar sport bilan kamroq shug'ullanadi yoki umuman ishtirok etmaydi. Bu ko'rsatkichlarning ortida sport inshootlarining yetishmasligi, vaqt

cheklovlari va motivatsiya pastligi kabi omillar turadi.

Ikkinchidan, ommaviy sport musobaqalari va sport to'garaklarining tashkil etilishi talabalarda sog'lom turmush tarzini targ'ib qilishda samarali vosita ekanligi aniqlangan. Xususan, talabalarning 75%i universitetlar tomonidan tashkil etilayotgan sport tadbirlarida qatnashish orqali jismoniy faollik darajasini oshirganini bildirgan.

Uchinchidan, raqamli texnologiyalar va interaktiv metodlardan foydalanish ommaviy sportga bo'lgan qiziqishni oshirishda muhim rol o'ynaydi. Sport ilovalari, onlayn musobaqalar va virtual treninglar orqali talabalar o'rtasida sog'lom turmush tarzini shakllantirish imkoniyatlari kengaymoqda.

O'rganilgan ma'lumotlarga ko'ra, oliy ta'lim muassasalari talabalari orasida ommaviy sport bilan shug'ullanish darajasi o'rtacha 68%ni tashkil etmoqda. Bu ko'rsatkich sportning ijtimoiy ahamiyatini anglash va sog'lom turmush tarzini olib borish istagini bildiradi. Biroq, qolgan 32% talaba sportga kam ishtirok etish yoki umuman shug'ullanmaslik holatiga ega.

Sport musobaqalarida qatnashish darajasi 54%ni tashkil etib, bu talabalarning yarimdan ko'pi faol sport tadbirlarida ishtirok etishini ko'rsatadi. Shu bilan birga, sport inshootlaridan muntazam foydalanishga ega bo'lgan talabalar soni 62%ni tashkil etadi, bu esa

infratuzilma imkoniyatlarining hali to'liq qamrab olinmaganligini bildiradi.

Talabalarning sportga qiziqishi pasayishining asosiy sabablariga vaqt yetishmasligi (35%), sport infratuzilmasining yetishmasligi (28%) va motivatsiyaning pastligi (22%) kiradi. Raqamli texnologiyalarga qaramlik esa 15% talabalar orasida sportga e'tiborni kamaytirayotgan omil sifatida qayd etilgan.

Natijalar shuni ko'rsatadiki, ommaviy sportni yanada rivojlantirish uchun talabalar vaqtini samarali boshqarish, sport inshootlarini kengaytirish va motivatsiyani oshirishga qaratilgan kompleks chora-tadbirlar amalga oshirilishi lozim.

Muhokama. Ommaviy sportni rivojlantirish bo'yicha taklif va tavsiyalar. Universitet sport klublarini takomillashtirish – talabalar o'rtasida sportga ixtisoslashgan klublar faoliyatini kengaytirish, ularni grantlar yoki ijtimoiy loyihalar orqali qo'llab-quvvatlash.

Sport motivatsiyasi bo'yicha treninglar – psixologik treninglar orqali sportga ichki ehtiyojni shakllantirish.

Sport tadbirlarini innovatsion formatlarda tashkil etish – fleshmoblar, marafonlar, sport festivallari, fidjital (ang. phygital —digital «raqamli» + physical «jismoniy») musobaqalarini joriy etish.

Jismoniy tarbiya fanini takomillashtirish – an'anaviy dars formatidan voz kechib, tanlov asosidagi sport turlarini joriy etish

(masalan: fitnes, yoga, mini-futbol, street workout va b.).

Shuningdek, tadqiqot davomida aniqlangan muammolarni bartaraf etish uchun taklif qilingan innovatsion yondashuvlar va motivatsion dasturlar amaliyotga joriy etilsa, talabalarning ommaviy sportga qiziqishi va ishtirok darajasi sezilarli darajada oshishi kutilmoqda.

Umuman olganda, oliy ta'lim muassasalarida ommaviy sportni rivojlantirishning ilmiy-nazariy asoslari va amaliy imkoniyatlari o'zaro uyg'unlashgan holda jismoniy tarbiya jarayonini yanada samarali tashkil etishga xizmat qiladi.

Xulosa. Ushbu tadqiqot natijalari shuni ko'rsatdiki, oliy ta'lim muassasalari talabalari o'rtasida ommaviy sportni rivojlantirish sog'lom turmush tarzini targ'ib qilish va yoshlarning jismoniy salomatligini mustahkamlashda muhim ahamiyatga ega. Ommaviy sport nafaqat talabalar orasida jismoniy faollikni oshiradi, balki ularning ijtimoiy integratsiyasiga, ruhiy holatini yaxshilashga va o'z-o'zini rivojlantirishga xizmat qiladi.

Tadqiqot jarayonida aniqlanishicha, talabalarning sport bilan muntazam shug'ullanish darajasi qoniqarli bo'lsa-da, sport inshootlari, motivatsiya va vaqt cheklovlari kabi muammolar mavjud. Shu sababli, oliy ta'lim muassasalarida sport infratuzilmasini yanada takomillashtirish, innovatsion metodlarni joriy etish hamda sportga

bo'lgan qiziqishni oshirishga qaratilgan strategiyalar ishlab chiqish zarur.

Shuningdek, raqamli texnologiyalar va interaktiv usullarni qo'llash orqali talabalarning ommaviy sportga bo'lgan e'tiborini yanada kuchaytirish mumkin. Universitetlar sport siyosatini yanada tizimli ravishda olib borishi, sport tadbirlarini kengaytirishi va talabalar orasida sog'lom turmush tarzini targ'ib qilish

bo'yicha innovatsion dasturlarni amalga oshirishi tavsiya etiladi.

Natijada, oliy ta'lim muassasalari talabalari o'rtasida ommaviy sportni rivojlantirishning ilmiy-nazariy asoslarini chuqur o'rganish va amaliyotga joriy etish yoshlarning jismoniy va ma'naviy barkamolligini ta'minlashda muhim omil bo'lib xizmat qiladi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO'YXATI

1. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2020-yil 24-yanvardagi PF-5924-son "O'zbekiston Respublikasida jismoniy tarbiya va sportni yanada takomillashtirish va ommalashtirish chora-tadbirlari to'g'risida"gi Farmoni.
2. O'zbekiston Respublikasining 2026-yil 24-martdagi O'RQ-1123-son "Jismoniy tarbiya va sport to'g'risida"gi Qonuni.
3. World Health Organization. WHO Guidelines on Physical Activity and Sedentary Behaviour. Geneva: World Health Organization, 2020. ISBN 978-92-4-001512-8.
4. Utashev, K. N. (2022). Theoretical analysis of motor activity in assessing the mass sports movement of schoolchildren. Eurasian Journal of Sport Science, 2(1), 1-4.
5. Utashev, K. (2024). Fundamentals of introducing a mass sports movement through theoretical analysis of the daily physical activity of schoolchildren. Mental Enlightenment Scientific-Methodological Journal, 5(01), 298-215.
6. Атамухамедова, Н. М., Уташев, Х. Н., & Рахмонов, Э. Т. (2010). Таълимни ривожлантиришда инновацион технологияларнинг тутган ўрни. In Роль молодежи в развитии науки и инновационной деятельности. // Доклады научно-практической конференции (22 октября, 2010) (p. 49).
7. O'tashev, X. (2025). OLIY TA'LIM MUASSASASIDA SPORT ISHLARINING USTUVOR VAZIFASI SIFATIDA SPORT MADANIYATINI SHAKLLANTIRISHNING MUHIM JIHATLARI. Ижтимоий-гуманитар фанларнинг долзарб муаммолари Актуальные проблемы социально-гуманитарных наук Actual Problems of Humanities and Social Sciences., 5(3), 487-492.
8. Xasan, O. T. (2024). WAYS TO SOLUTION THE PROBLEM OF PHYSICAL INACTIVITY IN SCHOOLCHILDREN BY IMPLEMENTING A SYSTEM OF MASS SPORTS. Alfraganus, (5 (10)), 22-26.

9. Doniyor, T. (2023). Ta'lim muassasalarida ommaviy sport tadbirlarini o'tkazish algoritmi. *Alfraganus*, (3 (3)), 60-64.
10. Мадаминова, Г. М. (2021). ПОВЫШЕНИЕ КАЧЕСТВА ЗДОРОВЬЯ СТУДЕНТОВ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ ПРОЦЕССЕ. Проблемы педагогики, (6 (57)), 92-94.
11. Maxmudjon o'g, A. Z. R. (2025). SPORTNING INSON SALOMATLIGI VA IJTIMOIIY HAYOTDAGI AHAMIYATI. *TADQIQOTLAR*, 76(4), 131-132.
12. Gupta, D., Iroda, K., Faridovna, I. M., Hamidova, M., Muminjon, K., Saidjonovich, M. S., & Babayeva, Z. (2026). School-Based Support and Educational Transitions: Communication and Cognition in Genetic Syndromes. In *Interdisciplinary Perspectives on Genetic Syndromes and Human Development* (pp. 27-62). IGI Global Scientific Publishing.
13. Abduraimova, N., Sharopova, N., Khujaev, M., Sapayev, V., Fattoyeva, O., & Yusufov, S. (2025). Economic development through analysis of the education and entrepreneurship impacts. *Economic Annals-XXI/Ekonomičnij Časopis-XXI*, 214(3/4), 84.
14. Tillaev, D. R. (2025). METHODOLOGICAL FOUNDATIONS OF TEACHING STUDENT YOUTH PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS AND HEALTHENING TOURISM. *Mental Enlightenment Scientific-Methodological Journal*, 6(05), 287-292.