

РОЛЬ ОБЩЕСТВЕННОГО СПОРТА В ПОВЫШЕНИИ ЭФФЕКТИВНОСТИ ЖЕНСКОГО СПОРТА

Хакимова Н.У. Email: Khakimova685@scientifictext.ru

*Хакимова Наргиза Ураловна – преподаватель,
кафедра физического воспитания и подвижных игр,
Термезский государственный университет, г. Термез, Республика Узбекистан*

Аннотация: регулярное участие женщин в массовых соревнованиях спорта, соблюдение правил здорового образа жизни, формирует их более выносливыми и укрепляет их здоровье. В то же время, по мере того как опыт увеличивается, они стараются уделять достаточно внимания физическому и духовному воспитанию своих детей. В нашем регионе особое внимание уделяется эффективности женского спорта с помощью различных соревнований, конкурсов, турниров, образовательных мероприятий.

Ключевые слова: спорт, команда, женщины, тренировка, система.

THE ROLE OF PUBLIC SPORT IN IMPROVING THE EFFECTIVENESS OF WOMEN'S SPORTS Khakimova N.U.

*Khakimova Nargiza Uralovna – Teacher,
DEPARTMENT OF PHYSICAL EDUCATION AND OUTDOOR GAMES,
TERMEZ STATE UNIVERSITY, TERMEZ, REPUBLIC OF UZBEKISTAN*

Abstract: regular participation of women in mass sports competitions, compliance with the rules of a healthy lifestyle, makes them more resilient, and strengthens their health. At the same time, as experience increases, they try to pay enough attention to the physical and spiritual education of their children. In our region, special attention is paid to the effectiveness of women's sports through various competitions, contests, tournaments, educational events.

Keywords: sport, team, women, training, system.

УДК 378

Развитие, популяризация и обращение физической культуры и спорта в общенациональное движение в нашей стране являются важным фактором укрепления здоровья граждан, гармоничного развития подрастающего поколения. Независимый Узбекистан, завоевавший репутацию на международной арене за исторически короткий период времени, стал известен мировому сообществу не только как страна древней культуры, великих мыслителей, ученых, поэтов и командиров, но и как страна, которая добилась больших успехов в международном спортивном движении. Поэтому в нашей стране особое внимание уделяется физической культуре и спорту как одному из важных направлений государственной политики. Узбекские спортсмены добиваются высоких результатов на международной арене. В мире нет континента или какой-либо крупной спортивной конференции, на которой выступают наши спортсмены, в честь которых не исполнился бы государственный гимн Узбекистана и не был поднят наш флаг. Теперь можем с уверенностью сказать, что Узбекистан стал главной спортивной державой и прошел путь, в котором другие страны нуждаются в течение многих лет в исторически короткий период времени.

В качестве наглядного примера можно привести достижения мирового уровня узбекских боксеров на XXXI летних Олимпийских играх в Рио-де-Жанейро в 2016 году. Сегодня спорт и физкультура являются неотъемлемой частью образа жизни людей. Важно создавать возможности и условия для молодых людей, направлять, духовно воспитывать, помогать становиться зрелыми. Наши молодые люди должны быть не только хорошо образованными и духовно красивыми, но и здоровыми, подтянутыми, физически сильными. Быть таковым - это значит обратить внимание на популярность спортивного движения, развитие физической культуры молодежи, укрепить силу воли, качества, подготовить необходимо юношей и девушек к физическому труду и защите. Одним из важных направлений развития спорта в нашей стране является привлечение девушек к занятиям спорта, создание необходимых условий для их регулярного участия в массовых видах спорта.

Узбекистан уделяет особое внимание развитию и обеспечению популярности в стране женского спорта, цель состоит в том, чтобы будущее поколение родилось здоровым, улучшился генофонд нации.

Одним из важных факторов является то, что среди этих спортсменов особое внимание уделяется женскому спорту. Сегодня в нашей стране повышается общественно-политическая активность женщин, создаются условия для реализации способностей и потенциала в различных областях и секторах. За

последние двадцать семь лет начал расти духовный кругозор, умственный и физический потенциал наших женщин.

В последние годы более полутора миллионов женщин приняли участие в мероприятиях, направленных на развитие физической культуры и спорта. В частности, спортивные соревнования "Tomaris Ayollar", которые проводятся по инициативе Комитета женщин Узбекистана в регионах, стали особенно популярными. Активно участвуют не только работающие женщины, но и домохозяйки. Одним из критериев участия является любовь к спорту.

Не будет преувеличением сказать, что строительство огромных спортивных сооружений в ряде городов и районов региона - бассейнов, теннисных кортов, футбольных полей - является одной из важнейших реформ в дальнейшем развитии спорта и практическим результатом. Если из-за таких возможностей и условий спорт станет повседневной необходимостью для женщин, успех наших спортсменов на международных соревнованиях будет возрастать, а это значит, что важно еще больше повысить имидж нашей страны в мировом сообществе.

Эти массовые спортивные соревнования направлены на привитие чувства патриотизма и гордости за свою страну, формирование здорового образа жизни в обществе, укрепление здоровья женщин и обеспечение широкого вовлечения женщин в занятия физической культурой и спортом.

Благодаря усилиям организаторов мероприятий по физической культуре и спорту в нашем обществе важно создать методологическую базу для подготовки необходимых ресурсов для спорта в нашей стране.

Женский спорт - это спорт с ранней специализацией, который ярко выражен и генетически основан специально для дошкольного и школьного возраста начинается с отбора детей с координационными способностями, уникальной гибкостью. Знание педагогических технологий и их использование в спортивном образовании могут гарантировать, что учащиеся-спортсмены приобретают больше знаний и навыков (А.Т., 2019).

Таким образом, масштабные реформы, осуществляемые в нашей стране за годы независимости проявляются, прежде всего, в том, что наша жизнь становится все более процветающей, а наши достижения признаны мировым сообществом. Строительство современных спортивных комплексов во всех регионах страны, включая спортивные залы, теннисные корты, бассейны, фитнес-залы, где преподают тренеры - женщины, является важным фактором популярности спорта среди девушек. Одним словом, благодаря независимости, благодаря широкому спектру созданных возможностей, женский спорт растет день ото дня. Это, прежде всего, для укрепления здоровья девушек, формирования среди них здорового образа жизни. В области спорта наши девушки высоко подняли планку первенства на мировой спортивной арене, преодолевая трудности, наблюдают, как растет слава нашей страны.

Список литературы / References

1. Закон Республики Узбекистан «О физической культуре и спорте», 2015.
2. Кабинет Министров Республики Узбекистан в Республике Узбекистан «О мерах по укреплению материально-технической базы». Решение, 2012.
3. *Абдурахманова А.Т.* Влияние педагогических технологий на познавательную и психоэмоциональную сферу учащихся // Проблемы Науки, 2019. № 8 (141).
4. *Мелгес Ф.Л., Андерсон Р.Э.* Личное будущее и самооценка // Arch. Psychiatry, 2011. Том 25. С. 494-487.