

**O‘ZBEKISTON RESPUBLIKASI
TURIZM VA SPORT VAZIRLIGI**

**JISMONIY TARBIYA VA SPORT BO‘YICHA
MUTAXASSISLARINI QAYTA TAYYORLASH VA
MALAKASINI OSHIRISH INSTITUTINI**

A.A.TOLAMETOV

SPORT INSHOOTLARI

Jismoniy tarbiya va sport yo‘nalishidagi ta’lim faoliyatini takomillashtirish bo‘yicha O‘zbekiston Respublikasi Jismoniy tarbiya va sport vazirligi huzuridagi muvofiqlashtiruvchi kengash tomonidan “Sport ta’limi muassasalari maxsus fani o‘qituvchisi” yo‘nalishi bo‘yicha ixtisoslashtirilgan olimpiya zahiralari maktab -internati hamda olimpiya va milliy sport turlari bo‘yicha davlat ixtisoslashtirilgan maktab-internati maxsus fan o‘qituvchilari malakasini oshirish kursi tinglovchilari uchun o‘quv qo‘llanma sifatida tavsiya etilgan.

**“UMID DESIGN”
TOSHKENT – 2021**

UO'K 796.02(075)
KBK 75.48ya73
T 63

Tolametov, A.A.

Sport inshootlari [Matn]: o'quv qo'llanma / A.A. Tolametov .-Toshkent: "Umid Design", 2021. - 212 b.

ISBN 978-9943-7416-9-0

Jismoniy tarbiya va sport sohasidagi murabbiylar, pedagoglar va sport mutaxassislar uchun ishlab chiqilgan ushbu o'quv qo'llanmada qadimgi dunyo, o'rta asr va yangi davr sport inshootlari haqida qisqacha tarixiy ma'lumot, sport inshootlari tasnifi, sport inshootlari nazariyasi, sport inshootlarini shakli va o'lchamlari, ularni shakllanishi hamda texnologik chizmalari, shahar va qishloqlarda sport inshootlari tarmoqlari, sport inshootlarini rejalashtirish, foydalanishni tashkil etish hamda sport maydonlari konstruksiyasi va materiallarini, umum ta'lim maktablarida sport inshootlari va maydonlari tasnifi, bolalar sport maydonlari tarkibi haqidagi so'z yuritiladi. O'quv qo'llanmada bayon etilgan mavzularni o'zlashtirishning qulayligini ta'minlash maqsadida zarur deb topilgan rasm, diagramma, chizma va jadvallar bilan boyitilgan.

Taqrizchilar:

KERIMOV F.A. - pedagogika fanlari doktori, professori

AXMATOV M.S. - pedagogika fanlari nomzodi, dotsent

Mazkur o'quv qo'llanma Jismoniy tarbiya va sport yo'nalishidagi ta'lim faoliyatini takomillashtirish bo'yicha O'zbekiston Respublikasi Jismoniy tarbiya va sport vazirligi huzuridagi muvofiqlashtiruvchi kengash majlisida muhokama qilingan va chop etishga ruxsat berilgan (2020-yil 1-iyundagi 1-sonli bayonnoma).

UO'K 796.02(075)
KBK 75.48ya73
T 63

ISBN 978-9943-7416-9-0

© A.A.Tolametov, 2021
© «UMID DESIGN» nashriyoti, 2021

KIRISH

O‘zbekiston Respublikasini rivojlantirishning beshta ustuvor yo‘nalishi bo‘yicha Harakatlar strategiyasiga muvofiq, respublikamizda 2017-2021 yillarda jismoniy tarbiya va sportni har tomonlama qo‘llab-quvvatlash va rivojlantirish, sport turlarini yanada ommalashtirish, sport bilan shug‘ullanish uchun qulay shart-sharoitlar yaratishga qaratilgan kompleks chora-tadbirlar amalga oshirilmoqda.

Zamonaviy jismoniy tarbiya harakati - bu millionlar ishtirok etuvchi chinakam ommaviy harakatdir. O‘zbekistonda 2020 yilgacha bo‘lgan davrda jismoniy tarbiya va sportni rivojlantirish strategiyasi aholining barcha qatlamlarini erta bolalik davridan boshlab jismoniy tarbiya va sport mashg‘ulotlari bilan shug‘ullanishni joriy qilishga yo‘naltirilgan va shu tufayli, aholini jismoniy jihatdan faol vujudga bo‘lishiga imkoniyat yaratilmoqda. Bu borada, ommaviy sportni rivojlantirish bo‘yicha tub choralar amalga oshirilmoqda. Ushbu muhim vazifalarni amalga oshirish maqsadida mamlakatimizdagi mavjud sport ob‘ektlari talab darajasiga keltirilmoqda, yangi sport inshootlari bevosita aholini yashash joylariga joylarda barpo qilinmoqda. Bu omillar jismoniy tarbiya va sport bilan shug‘ullanuvchi aholi sonini sezilarli darajada oshiradi.

Zamonaviy sport inshootlarini bunyod etilishi O‘zbekiston Respublikasida yirik xalqaro musobaqalarni o‘tkazish imkoniyatini bermoqda.

Sport inshootlari jismoniy tarbiyaning moddiy-texnik asosi hisoblanadi. Ular maxsus qurilgan inshootlar bo‘lib, barcha sport turlaridan jismoniy tarbiya mashg‘ulotlari o‘tkazishga mo‘ljallangan.

«Sport inshootlari» fani sport pedagogikasi bosqichining bir qismi hisoblanadi. Bu bosqichda ilm o‘rganish uchun sport gigienasi, biomexanika, pedagogika, jismoniy tarbiya nazariyasi va uslubiyati bo‘yicha ma’lum darajadagi bilimlarga ega bo‘lish lozim.

Jismoniy tarbiya va sport mutaxassislari, o‘zlari tanlagan sport turining sport inshootlari bo‘yicha ijtimoiy tajribalarni va ularni rivojlanishini bilishlari lozim, ya’ni:

- sport inshootlari haqida kerakli nazariy bilimlarni egallash va amalda ularni qo‘llay bilish mahoratini o‘rganishni;

- sport inshootlaridan foydalanish va uni rivojlantirish muammolarini hal etishga tayyor turishni va ularni hal etishni, ijodiy faoliyat tajribasini shakllantirishni;

- yuqori mehnat madaniyatini tarbiyalash; jamoat mehnati natijasida bunyod etilgan boyliklarga to‘g‘ri munosabatda bo‘lishni.

- sport pedagogikasi faoliyati uchun eng maqbul sharoit yaratish va uni topishni, tushuntirishni;

- jismoniy tarbiya mashg‘ulotlari o‘tkaziladigan joydan unumli va maqsadga muvofiq holatda foydalanishni;

- harakat faoliyatini maqsadga muvofiq yo‘naltirish uchun nazariy bilimlar tizimini mashg‘ulot o‘tkaziladigan joyga to‘g‘ri muvofiqlashtirishni;

- sport inshootlarini to‘g‘ri tushunishni;

- kishilarning harakat faoliyati o‘tadigan joylar shart-sharoitini yaxshilashni;

- jamiyat mehnati bilan bunyod etilgan moddiy va qimmatbaho boylik bo‘lmish sport inshootlarini me‘moriy qadriyat sifatida asrashni;

- sog‘lomlashtirish, jismoniy tarbiya va sportga xizmat qiladigan ijtimoiy tashkilotni jismoniy tarbiya tizimining tarkibiy qismi deb bilishni.

Mazkur o‘quv qo‘llanmada keltirilgan ma‘lumotlar sport mutaxassislarini sport inshootlarining mazmuni bilan, har xil jihozlar va qurilmalardan foydalanish, ularni tayyorlash qoidalari va usullari, harakat va mashqlarni bajarish uchun joylarni mustaqil tayyorlash, sport inshootlarini atrof-muhitga ta‘sirini to‘g‘ri hisobga olish, sport inshootlarini vujudga kelishi va rivojlanish tarixi, mesomerika stadionlari, qadimiy Gresiya va Rimdagi sport inshootlari, o‘rta asr sport inshootlari, yangi davrdan bizning kunlarga hamda O‘zbekistondagi sport inshootlari, sport maydonlari o‘lchamlari va chizmalari, shuningdek qurilish chizmachiligidan kerakli bilim berish hamda sport turlaridagi sport inshootlari va majmualari bilan tanishtiradi.

O‘quv qo‘llanma jismoniy tarbiya va sport sohasidagi murabbiylar, pedagoglar hamda sport mutaxassislari uchun mo‘ljallangan.

O‘quvchilar tomonidan bildirilgan barcha fikr va mulohazalar muallif tomonidan minnatdorchilik bilan qabul qilinadi hamda kelgusida albatta hisobga olinadi.

I-BOB. SPORT INSHOOTLARI FANINING ASOSIY VAZIFALARI

1.1. Sport inshootlari haqida tushuncha

Sport inshooti – bu, maxsus faoliyatga mo‘ljallangan ko‘p qirrali madaniy sog‘lomlashtiruvchi majmua bo‘lib, uning tarkibiga o‘quv mashqlari, turli musobaqalar va ommaviy-sport tadbirlari o‘tkaziladigan mamlakatimizdagi sport maydonlari, suzish havzalari, menejlar va boshqa inshootlar kiradi.

Hozirgi kunda O‘zbekiston Respublikasida sportni rivojlantirish davlat siyosati darajasiga ko‘tarilgan. Shuning uchun, sport inshootlarini rejalashtirish va qurish masalalari dolzarb bo‘lib, ular bugungi kun talablariga mos bo‘lishi lozim.

Jismoniy tarbiya va sport – sog‘liqni mustahkamlovchi, aholini ishchanlik qobiliyatini oshiruvchi, mehnat unumdorligini ko‘taruvchi, ishlab chiqarish kuchlarini rivojlantiruvchi asosiy manba hisoblanadi. Hozirgi vaqtda mamlakatimizda jismoniy tarbiyani, ommaviy sport bilan shug‘ullanishni, sportning milliy turlarini rivojlantirishga alohida e‘tibor qaratilmoqda. Yangi qurilayotgan sport inshootlari fan va texnika yutuqlari asosidagi innovatsion texnologiyalardan foydalanilgan holda barpo etilmoqda. Yangi qurilgan inshootlardan to‘g‘ri, samarali foydalanish uchun jismoniy tarbiya va sport muammolarini yaxshi biladigan yosh mutaxassislariga ehtiyoj ko‘paymoqda.

Sport inshootlarini qurishda bir qator talablar, ya‘ni: sport inshootini, eng avvalo, o‘quv jarayoniga mosligi hamda maxsus ventilyatsiya, isitish, yoritish tizimlari, mashg‘ulot jarayonida ishlatiladigan jihozlar bilan ta‘minlanganligi e‘tiborga olinadi. Sport inshootining ko‘rinishi yaqqol funksional, konstruktiv, me‘moriy tarafdin bir-biri bilan uyg‘unlashganligi talabga muvofiq bo‘lishi kerak.

Sport ob‘ektlarini qurishda ratsional foydalanish qoidalarini va inshootlar ekspluatatsiyasini e‘tiborga olish zarur. Bularning barchasini sport yo‘riqchilari, murabbiylar, jismoniy tarbiya o‘qituvchilari, yangi qurilayotgan sport ob‘ektlarining rahbarlari bilishi shart.

Fanning asosiy maqsadi:

1. Sport inshooti ob‘ektlarini qurishda qo‘yilgan me‘yor va talablar mosligini o‘rganish;