

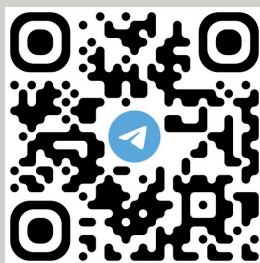
O'ZBEKISTON RESPUBLIKASI OLIY TA'LIM, FAN VA
INNOVATSIYALAR VAZIRLIGI
SAMARQAND DAVLAT UNIVERSITETINING DENOV
TADBIRKORLIK VA PEDAGOGIKA INSTITUTI

SPORT HAYOTI



JISMONIY TARBIYA, SPORT
VA SOG'LOM
TURMUSH TARZIGA
BAG'ISHLANGAN ILMIY
AMALIY HISOBOT JURNAL

2026-yil
FEVRAL





TAHRIRIYATDAN

Aziz talabalar va hurmatli ustozlar!

“Sport hayoti” jurnalining fevral soni sizlarni yana bir bor sport olami bilan yaqindan tanishtiradi. Ushbu sonimizda Denov tadbirkorlik va pedagogika institutida joriy yilning yanvar-fevral oylarida o‘tkazilgan barcha sport musobaqalari, talabalar ligasi yutuqlari, individual va jamoaviy natijalar, shuningdek, sog‘lom turmush tarzini targ‘ib qilishga qaratilgan tadbirlar haqida batafsil ma‘lumot beramiz.

Fevral oyi institutimiz uchun talabalar va ustozlarimizning sportdagi faoliyati, jasorat va intilishini namoyon etadigan oylardan biri bo‘ldi. Musobaqalar va yutuqlar orqali yoshlarimiz nafaqat jismonan kuchaymoqda, balki jamoaviy ruh, matonat va irodani ham rivojlantirmoqda.

Shu bilan birga, bizning maqsadimiz – talabalarni sog‘lom turmush tarziga, sportga qiziqishga va jismoniy barkamollikka yo‘naltirishdir. Har bir talaba, har bir ustozning mehnati, qat‘iyati va fidoyiligi – bu jurnal sahifalarida aks etadigan eng katta boylikdir.

HURMAT BILAN,
“SPORT HAYOTI”
TAHRIRIYATI

Mundarija

4- Institut sport hayoti

18

19 Rektor va sportchi yoshlar
uchrashuvi

20 Hokim kubogi g'oliblari taqdirlandi

21- Zamonaviy o'zbek qizining ijod va
yutuqlari

22

26 Sport va salomatlik

27- Sport yangiliklari

28

“KAMONDAN O‘Q OTISH” SPORT TURI BO‘YICHA INSTITUT BIRINCHILIGI O‘TKAZILDI

12-fevral kuni Denov tadbirkorlik va pedagogika institutida yoshlar o‘rtasida sog‘lom turmush tarzini targ‘ib qilish, giyohvandlik, ichkilikbozlik, kashandalik, jinoyatchilik va huquqbuzarlik kabi salbiy illatlarning oldini olish, talabalarning bo‘sh vaqtini mazmunli tashkil etish hamda Paralimpiya sport turlarini rivojlantirish maqsadida “Kamondan o‘q otish” sport turi bo‘yicha institut birinchiligi tashkil etildi.

Mazkur musobaqa talabalar o‘rtasida katta qiziqish uyg‘otdi. Unda turli yo‘nalishlarda tahsil olayotgan yoshlar ishtirok etib, o‘zlarining aniqlik, sabr-toqat va diqqat-e‘tiborini namoyon etdilar. Kamondan o‘q otish sport turi nafaqat jismoniy tayyorgarlik, balki ruhiy barqarorlik va yuqori konsentratsiyani ham talab etishi bilan ahamiyatlidir.



Musobaqa yakunlariga ko‘ra quyidagi natijalar qayd etildi:

🏆 Qizlar o‘rtasida:

🥇 1-o‘rin — Xo‘jamurodova Maryam (Xorijiy til va adabiyoti yo‘nalishi, 2-kurs)

🥈 2-o‘rin — Normo‘minova Shoxsanam (Pedagogika yo‘nalishi, 2-kurs)

🥉 3-o‘rin — Nomozova Umida (Biologiya yo‘nalishi, 2-kurs)

🏆 O‘g‘il bolalar o‘rtasida:

🥇 1-o‘rin — Norboboyev Sunnatullo (Kompyuter injiniringi yo‘nalishi, 1-kurs)

🥈 2-o‘rin — Sayqanov Bobomurod (Jismoniy madaniyat yo‘nalishi, 1-kurs)

🥉 3-o‘rin — Mamarayimov Sharofiddin (Iqtisod yo‘nalishi, 1-kurs)



Musobaqadan lavhalar



VOLEYBOL BO'YICHA "REKTOR KUBOGI" MUSOBAQASI BO'LIB O'TDI



12-fevral kuni Denov tadbirkorlik va pedagogika institutida yoshlar o'rtasida giyohvandlik, ichkilikbozlik, kashandalik, jinoyatchilik va huquqbuzarlik kabi salbiy illatlarning oldini olish shiori ostida talabalarning bo'sh vaqtlarini mazmunli tashkil etish maqsadida "Yangi O'zbekiston olimpiya cho'qqilari" doirasida voleybol sport turi bo'yicha "Rektor kubogi" musobaqasi o'tkazildi.



Musobaqa natijalari:

🏆 Qizlar o'rtasida:

- 1-o'rin – Filologiya fakulteti jamoasi
- 2-o'rin – Aniq va tabiiy fanlar fakulteti jamoasi
- 3-o'rin – Pedagogika fakulteti jamoasi

🏆 O'g'il bolalar o'rtasida:

- 1-o'rin – Pedagogika fakulteti jamoasi
- 2-o'rin – Tadbirkorlik va boshqaruv fakulteti jamoasi
- 3-o'rin – Aniq va tabiiy fanlar fakulteti jamoasi

Mazkur sport tadbirida institutning barcha fakultetlaridan o'g'il va qiz bolalar terma jamoalari ishtirok etib, o'zaro qiziqarli va muhosasiz bahslarda kuch sinashdilar. Musobaqa davomida jamoalar o'zlarining jismoniy tayyorgarligi, taktik mahorati va jamoaviy hamjihatligini namoyon etdilar.

Bahslar shiddatli va sport ruhida kechdi. Har bir uchrashuv muxlislar uchun haqiqiy sport bayramiga aylandi.

Musobaqa yakunida g'olib va sovrindor jamoalar institut rahbariyati hamda sport klubi tomonidan kubok, diplom va pul mukofotlari bilan taqdirlandilar.

Mazkur "Rektor kubogi" musobaqasi talabalarning sportga bo'lgan qiziqishini yanada oshirish, sog'lom turmush tarzini targ'ib qilish hamda jamoaviylik va do'stlik muhitini mustahkamlashga xizmat qildi.

VOLEYBOL BO'YICHA "REKTOR KUBOGI" MUSOBAQASI BO'LIB O'TDI



DTPIda Bobur tavalludining 543 yilligiga bag'ishlangan voleybol musobaqasi o'tkazildi

Denov tadbirkorlik va pedagogika institutida buyuk shoh va shoir, davlat arbobi Zahiriddin Muhammad Bobur tavalludining 543 yilligi munosabati bilan hamda yoshlar o'rtasida "Biz yoshlar giyohvandlikka qarshimiz!" shiori ostida voleybol musobaqasi tashkil etildi.

Mazkur sport tadbiri ma'naviyat va jismoniy tarbiyani uyg'unlashtirgan holda, yoshlar ongida sog'lom turmush tarzi, vatanparvarlik va jamoaviylik ruhini mustahkamlashga qaratildi. Sport bayramida institutimiz terma jamoasi hamda "Surxon yoshlari" terma jamoasi o'rtasida shiddatli va murosasiz bahslar bo'lib o'tdi. Har bir ochko uchun kurash, o'yinchilarning matonati, jamoaviy hamjihatligi va iroda kuchi uchrashuvlarga alohida shukuh bag'ishladi.



🔥 Birinchi bahsda DTPI terma jamoasi 3:1 hisobida ishonchli g'alabani qo'lga kiritdi. Jamoa a'zolari o'zaro hamjihatlik va taktik ustunlik namoyon etib, muxlislarning olqishiga sazovor bo'ldi.

🔥 Ikkinchi uchrashuvda esa keskin va hayajonli o'tgan bahs yakunida 2:1 hisobida "Surxon yoshlari" terma jamoasi ustunlikni qo'lga oldi. O'yin davomida kuchli raqobat va sportga xos prinsipiiallik namoyon bo'ldi.



Ushbu musobaqa nafaqat sog'lom turmush tarzini targ'ib qilish, balki yoshlarning sport mahoratini oshirish, jamoaviylik ruhini mustahkamlash hamda kelgusida Talabalar ligasi musobaqalarida munosib ishtirok etish uchun muhim tayyorgarlik bosqichi bo'lib xizmat qiladi. Bobur merosini e'zozlash, yoshlarni zararli illatlardan asrash va sport orqali sog'lom avlodni tarbiyalash yo'lidagi bunday tadbirlar kelgusida ham davom ettiriladi.

“YOSHLAR KUBOGI – 2026” MUSOBAQASI O‘Z NIHOYASIGA YETDI!

Denov tadbirkorlik va pedagogika institutida 17-fevral kuni yoshlar o‘rtasida g‘iyohvandlik va boshqa zararli illatlarning oldini olish, talabalarining bo‘sh vaqtini mazmunli tashkil etish hamda sog‘lom turmush tarzini keng targ‘ib qilish maqsadida mini-futbol bo‘yicha “Yoshlar kubogi – 2026” musobaqasi yuqori saviyada o‘tkazildi.

Musobaqa davomida jamoalar o‘rtasida keskin va muvazun bahslar kechdi. Har bir uchrashuv sportga xos kurash, tezkorlik va jamoaviy hamjihatlik ruhida o‘tdi. Muxlislar uchun esa bu musobaqa haqiqiy futbol bayramiga aylandi.

🔥 Musobaqa natijalari:

- 1-o‘rin – DTPI1 jamoasi
- 2-o‘rin – Prime jamoasi
- 3-o‘rin – Iqtisodchi jamoasi
- 3-o‘rin – JM-9 jamoasi

Final bahslarida jamoalar o‘zlarining taktik mahorati, tezkorligi va g‘alabaga bo‘lgan intilishini namoyon etib, tomoshabinlarga yorqin o‘yinlar taqdim etdilar.

★ Maxsus nominatsiyalar:

- 👤 Eng yaxshi darvozabon – Sadullayev Fayzullo
- ⚽ Eng yaxshi futbolchi – O‘rolov Namoz
- 🎯 Musobaqa to‘purari – OmonTurdiyev Nurtemir

🏆 G‘olib va sovrindor jamoalar pul mukofotlari, esdalik sovg‘alari hamda diplomlar bilan tantanalik ravishda taqdirlandilar.

⚡ “Yoshlar kubogi – 2026” musobaqasi nafaqat sog‘lom turmush tarzini targ‘ib qilish, balki talabalarining sport mahoratini oshirish, jamoaviylikni mustahkamlash hamda kelgusida o‘tkaziladigan Talabalar ligasi musobaqasiga tayyorgarlik va saralash bosqichi vazifasini ham muvaffaqiyatli bajardi.

Mazkur musobaqa yoshlar o‘rtasida sportga bo‘lgan qiziqishni yanada oshirib, sog‘lom va faol hayot tarzini shakllantirishga xizmat qilmoqda.



“YOSHLAR KUBOGI – 2026” MUSOBAQASI O‘Z NIHOYASIGA YETDI!





**"YOSHLAR KUBOGI
– 2026"
MUSOBAQASI O'Z
NIHOYASIGA
YETDI!**



TALABALAR LIGASI - SPORT VA SHIJOAT BAYRAMI!

Denov tadbirkorlik va pedagogika institutida Talabalar ligasi doirasida 18-fevral kuni sportning yengil atletika turi bo'yicha "Rektor kubogi" musobaqasi yuqori saviyada tashkil etildi. Mazkur sport tadbiri yoshlarning jismoniy faolligini oshirish, sog'lom turmush tarzini targ'ib qilish hamda sport orqali jamoaviylik ruhini mustahkamlashga qaratildi.

Musobaqada talabalar o'zaro quyidagi yo'nalishlar bo'yicha bellashdilar:

- ◆ 100 metrga yugurish – tezkorlik va chaqqonlik sinovi
 - ◆ 1500 metrga yugurish – chidamlilik va iroda namoyishi
 - ◆ Uzunlikka sakrash – kuch va texnik mahorat uyg'unligi
 - ◆ 4x100 metr masofaga estafeta yugurish – jamoaviy hamjihatlik va tezkorlik bahsi
- Bahslar yuqori sport ruhi, keskin kurash va sog'lom raqobat muhitida o'tdi. Har bir turda talabalar o'zlarining jismoniy tayyorgarligi, irodaviy sifatleri va g'alabaga bo'lgan intilishlarini namoyon etdilar. Ayniqsa, estafeta yugurish bahslari tomoshabinlar uchun katta hayajon va ko'tarinki kayfiyat baxsh etdi.

Musobaqa yakunida g'olib va sovrindorlar diplom, pul mukofotlari hamda nufuzli "Rektor kubogi" bilan tantanali ravishda taqdirlandilar. Taqdirlash marosimi ko'tarinki ruhda o'tkazilib, yosh sportchilarga kelgusidagi musobaqalarda ham ulkan muvaffaqiyatlar tilandi.

Talabalar ligasi doirasidagi ushbu sport bayrami yoshlar o'rtasida sog'lom turmush tarzini keng targ'ib qilish, sport mahoratini yanada oshirish hamda kelgusidagi respublika miqyosidagi musobaqalarga puxta tayyorgarlik ko'rishda muhim ahamiyat kasb etadi.

Sport – bu nafaqat g'alaba, balki iroda, mehnat va birlik timsolidir. Talabalar ligasi esa aynan shu fazilatlarini namoyon etuvchi haqiqiy sport va shijoat bayramidir.



TALABALAR LIGASI - SPORT VA SHIJOAT BAYRAMI!



STOL TENNISINI BO'YICHA INSTITUT BIRINCHILIGI



Denov tadbirkorlik va pedagogika institutida Talabalar ligasi doirasida 27-fevral kuni stol tennisi bo'yicha institut birinchiligi musobaqasi yuqori saviyada tashkil etildi. Mazkur sport tadbiri talabalarning bo'sh vaqtini mazmunli tashkil etish, sog'lom turmush tarzini targ'ib qilish hamda sportga bo'lgan qiziqishni yanada oshirish maqsadida o'tkazildi. Musobaqa davomida ishtirokchilar o'zlarining chaqqonligi, tezkor fikrlashi va yuqori sport mahoratini namoyon etdilar. Har bir uchrashuv keskin va muvassaf bahslar ostida o'tib, tomoshabinlarga qiziqarli sport lahzalarini taqdim etdi.

🏆 Qizlar o'rtasida:

- 🥇 1-o'rin — Ahmedova Iroda
- 🥈 2-o'rin — Muhitdinova Maftuna
- 🥉 3-o'rin — Eshmamatova Muxlisa

🏆 Yigitlar o'rtasida:

- 🥇 1-o'rin — Xolmamatov Shernazar
- 🥈 2-o'rin — Jo'rayev Jasur
- 🥉 3-o'rin — Ibragimov Muhammadali



Musobaqa yakunida g'olib va sovrindorlar diplom hamda esdalik sovg'alari bilan taqdirlandilar. Taqdirlash marosimi ko'tarinki ruhda o'tkazilib, ishtirokchilarga kelgusidagi musobaqalarda ham muvaffaqiyatlar tilandi.

Mazkur musobaqa yoshlar o'rtasida sog'lom turmush tarzini keng targ'ib qilish, stol tennisiga bo'lgan qiziqishni yanada oshirish hamda Talabalar ligasi doirasidagi sport musobaqalarining nufuzini mustahkamlashga xizmat qildi.



BADMINTON BO‘YICHA “INSTITUT BIRINCHILIGI”



26-fevral kuni Denov tadbirkorlik va pedagogika institutida Talabalar ligasi doirasida talabalar salomatligini jismoniy faollik orqali mustahkamlash maqsadida Badminton sport turi bo‘yicha “Institut birinchiligi” musobaqasi bo‘lib o‘tdi. Tadbir institutimiz SH.Rashidov ko‘chasidagi binosi sport zalida o‘tkazilib, talabalar o‘rtasida sport ruhini yanada mustahkamlashga xizmat qildi. Musobaqada talabalar o‘z tezkorligi, aniqligi va sport mahoratini namoyon etdilar. Har bir uchrashuv keskin kurash va hayajon bilan o‘tib, tomoshabinlarga qiziqarli lahzalarni taqdim etdi.

🏆 Yigitlar o‘rtasida:

🥇 1-o‘rin — Alimardon Nosirov,
Pedagogika fakulteti

🥈 2-o‘rin — Rashidbek
To‘xtasinov,
Pedagogika
fakulteti

🥉 3-o‘rin — Murod
Abdurahimov,
Filologiya
fakulteti

🏆 Qizlar o‘rtasida:

🥇 1-o‘rin — Ruxshona
Bozorova, Aniq va tabiiy fanlar
fakulteti

🥈 2-o‘rin — Sabrina Choriyeva,
Tadbirkorlik va boshqaruv
fakulteti

🥉 3-o‘rin — Shoirra Boltayeva,
Filologiya fakulteti



Musobaqa yakunida g‘olib va sovrindorlar institut rektori hamda sport klubi tomonidan diplom va esdalik sovg‘alari bilan taqdirlandilar.

Mazkur tadbir talabalar o‘rtasida sportga qiziqishni oshirish, jismoniy faollikni rag‘batlantirish va sog‘lom turmush tarzini keng targ‘ib qilishga xizmat qilmoqda.



“TALABALAR LIGASI – 2026” GANDIBOL MUSOBAQASI



Denov tadbirkorlik va pedagogika institutida an’anaviy tarzda o‘tkazib kelinayotgan “Talabalar ligasi” sport musobaqalarining 2026-yilgi mavsumi doirasida gandibol (yigitlar va qizlar) sport turi bo‘yicha institut bosqichi bo‘lib o‘tdi.

Musobaqada barcha fakultetlardan shakllantirilgan terma jamoalar faol va munosib ishtirok etishdi. Har bir bahs qizg‘in, murosasiz ruhda o‘tib, talabalar jismoniy chidamliligi, tezkorligi va jamoaviy hamkorlik ko‘nikmalarini namoyon etdilar.

🏆 Yigitlar o‘rtasida yakuniy natijalar:

1 1-o‘rin — Pedagogika fakulteti jamoasi

2 2-o‘rin — Tadbirkorlik va boshqaruv fakulteti jamoasi

3 3-o‘rin — Pedagogika fakulteti jamoasi

🏆 Qizlar o‘rtasida yakuniy natijalar:

1 1-o‘rin — Tadbirkorlik va boshqaruv fakulteti jamoasi

2 2-o‘rin — Aniq va tabiiy fanlar fakulteti jamoasi

3 3-o‘rin — Pedagogika fakulteti jamoasi



Musobaqa yakunida g‘olib va sovrindor jamoalarga diplom hamda pul mukofotlari topshirildi.

✳️ Ushbu tadbir talabalar o‘rtasida sportga qiziqishni oshirish, jismoniy faollikni rag‘batlantirish hamda jamoaviy ruhni mustahkamlashga xizmat qilmoqda.



BASKETBOL BO‘YICHA “REKTOR KUBOGI” MUSOBAQASI O‘TKAZILDI

16-fevral kuni Denov tadbirkorlik va pedagogika institutida “Talabalar ligasi” doirasida sportning basketbol turi bo‘yicha “Rektor kubogi” uchun musobaqa yuqori saviyada tashkil etildi.

Mazkur sport tadbiri talaba-yoshlar o‘rtasida sog‘lom turmush tarzini keng targ‘ib etish, jamoaviylik ruhini mustahkamlash hamda do‘stlik va hamjihatlik muhitini yanada kuchaytirish maqsadida o‘tkazildi. Musobaqada institutning turli fakultetlaridan shakllantirilgan o‘g‘il va qizlar jamoalari faol ishtirok etib, sportga bo‘lgan qiziqishlari, chaqqonliklari va g‘alabaga intilishlarini namoyon etdilar.

Bahslar murosasiz va qizg‘in kurashlar ostida kechdi. Har bir uchrashuv tomoshabinlar va muxlislar tomonidan katta qiziqish bilan kuzatildi.

🏆 Musobaqa natijalari:

◆ O‘g‘il bolalar o‘rtasida:

1 1-o‘rin — Pedagogika fakulteti

2 2-o‘rin — Tadbirkorlik va boshqaruv fakulteti

3 3-o‘rin — Aniq va tabiiy fanlar fakulteti

◆ Qizlar o‘rtasida:

1 1-o‘rin — Filologiya fakulteti

2 2-o‘rin — Aniq va tabiiy fanlar fakulteti

3 3-o‘rin — Pedagogika fakulteti



Musobaqa yakunida g‘olib va sovrindor jamoalarga diplom hamda pul mukofotlari topshirildi.

✳️ Ushbu tadbir talabalar o‘rtasida sportga qiziqishni oshirish, jismoniy faollikni rag‘batlantirish hamda jamoaviy ruhni mustahkamlashga xizmat qilmoqda.



BASKETBOL BO‘YICHA “REKTOR KUBOGI” MUSOBAQASI O‘TKAZILDI





Denov tadbirkorlik va pedagogika institutida rektor O.A. Ruziyev ishtirokida Jismoniy madaniyat yoʻnalishi talabalari hamda Jismoniy tarbiya va sport kafedrasida professor-oʻqituvchilari bilan ochiq muloqot tarzidagi uchrashuv tashkil etildi.

Uchrashuv davomida Oʻzbekiston Respublikasi Prezidenti Shavkat Mirziyoyevning joriy yil 24-fevral kuni yoshlar tashabbuslarini qoʻllab-quvvatlashga qaratilgan yigʻilishida belgilab berilgan ustuvor vazifalar haqida batafsil soʻz yuritildi. Xususan, yoshlarning sportga boʻlgan qiziqishini yanada oshirish, ularning isteʼdod va salohiyatini qoʻllab-quvvatlash, sport infratuzilmasini rivojlantirish hamda yangi loyihalarni amalga oshirish masalalari muhokama qilindi.

● Uchrashuv ochiq va samimiy ruhda oʻtdi. Talabalar oʻzlarini qiziqtirgan savollarni berishdi, sport sohasini rivojlantirish, musobaqalar sonini koʻpaytirish, sport toʻgaraklarini yanada takomillashtirish boʻyicha taklif va tashabbuslarini bildirdilar. Professor-oʻqituvchilar esa sport taʼlimi sifati, mashgʻulotlar samaradorligi va yoshlarni professional sportga yoʻnaltirish borasida oʻz fikr-mulohazalarini bayon etdilar.

✍ Uchrashuv yakunida yoshlar uchun yaratilayotgan imtiyoz va imkoniyatlarning mazmun-mohiyati professor-oʻqituvchilar hamda talaba-yoshlarga toʻliq va tizimli ravishda yetkazildi. Oʻzaro fikr almashish jarayonida yangi tashabbus va loyihalarni amalga oshirish boʻyicha takliflar ilgari surildi.

Mazkur uchrashuv sportchi yoshlarning fikrini tinglash, ularni qoʻllab-quvvatlash va kelgusidagi yirik musobaqalarga puxta tayyorgarlik koʻrish jarayonida muhim ahamiyat kasb etdi. Eng asosiysi, yoshlar bilan ochiq muloqot ularning faolligini oshirish va tashabbuslarini roʻyobga chiqarish uchun mustahkam zamin yaratdi.

Rektor va sportchi yoshlar uchrashuvi oʻtkazildi



“HOKIM KUBOGI” G‘OLIBLARI TAQDIRLANDI



17-fevral kuni Denov tumani hokimligi tomonidan tumandagi tashkilot va idoralarda faoliyat olib borayotgan erkak va ayol xodimlar o‘rtasida sportning mini-futbol hamda voleybol turlari bo‘yicha tashkil etilgan “Hokim kubogi” musobaqasi g‘oliblarini taqdirlash marosimi bo‘lib o‘tdi.

Mazkur musobaqa hududda sog‘lom turmush tarzini keng targ‘ib qilish, jamoaviylik va hamjihatlik muhitini mustahkamlash, shuningdek, xodimlarning sportga bo‘lgan qiziqishini oshirish maqsadida tashkil etildi.

! Musobaqada Denov tadbirkorlik va pedagogika instituti jamoasi ham faol ishtirok etib, yuqori sport mahorati va jamoaviy uyg‘unlikni namoyon etdi.

! Yakuniy natijalarga ko‘ra:

! Institutimizning erkaklar jamoasi faxrli 1-o‘rinni qo‘lga kiritdi.

! Ayollar terma jamoasi esa 3-o‘rinni egallab, munosib natija qayd etdi.

Har bir uchrashuv sportga xos kurash, iroda va g‘alabaga intilish ruhida kechdi. Jamoamiz a‘zolari o‘zaro hamjihatlik, intizom va professional tayyorgarlikni namoyon etib, institut sha‘nini munosib himoya qildilar.

! G‘olib va sovrindorlar diplom hamda esdalik sovg‘alari bilan taqdirlandilar. Taqdirlash marosimi Denov tumani hokimi Anvar Normamatov tomonidan tantanali ravishda amalga oshirildi.

! “Hokim kubogi” musobaqasi jamoaviylikni mustahkamlash, sog‘lom turmush tarzini targ‘ib qilish hamda sport orqali do‘stlik va hamkorlik rishtalarini yanada kuchaytirishga xizmat qilmoqda.



Zamonaviy o'zbek qizining ijod va yutuqlari



Yurtimizda ilm-fan, madaniyat va sport sohalarida yuksak yutuqlarga erishib, yoshlarga ibrat bo'layotgan qizlar soni ortib bormoqda. Ana shunday iqtidor sohibalaridan biri – Surxondaryo viloyati Denov shahrida tug'ilib, sport maydonlarida matonati bilan tanilgan Rinata Ilmatova.

Rinata Ilmatova 2023-yilda Zulfiya nomidagi Davlat mukofotiga sazovor bo'lgan. Bu mukofot uning yoshlar uchun ibratli faoliyati, mehnatsevarligi va sportdagi yutuqlarining yuksak e'tirofidir.

Sportchi qiz sambo, milliy kurash va dzyudo yo'nalishlarida ko'p marotaba O'zbekiston chempioni bo'lib, 2016-yildan buyon yurtimiz sport maydonlarida yetakchilardan biri sifatida e'tiborga tushgan. 2017-yilda Istanbulda o'tkazilgan jahon chempionatida faxrli 3-o'rinni qo'lga kiritib, xalqaro miqyosda ham o'z salohiyatini namoyon etdi.

Keyingi yillarda ham uning muvaffaqiyatlari davom etdi. 2018-yilda O'zbekiston chempionatida g'olib bo'ldi va shu yili Hindistonda o'tgan Osiyo chempionatida 2-o'rinni qo'lga kiritdi. 2022-yilda Osiyo o'yinlari – Xangjouda kumush medal, 2024-yilda Gonkongda o'tkazilgan Osiyo chempionatida 3-o'rinni egalladi. 2019-yildan buyon u xalqaro toifadagi sport ustasi unvoniga ega.

Rinata Ilmatova faqatgina musobaqalar bilan cheklanmay, jamoatchilik ishlarida ham faol. U O'zbekiston Respublikasi Oliy Majlisi Qonunchilik palatasi huzuridagi "Yoshlar parlamenti" a'zosi sifatida yoshlarni qo'llab-quvvatlash, ularni sog'lom turmush tarziga jalb etish yo'lida samarali faoliyat olib bormoqda.

Bugungi kunda R. Ilmatova o'z boy tajribasini yosh avlodga o'rgatishni asosiy maqsadlaridan biri deb biladi. 2025-yildan boshlab u Denov tadbirkorlik va pedagogika institutida kurash sporti bo'yicha murabbiy sifatida faoliyat yuritib, yoshlarga sport sirlarini o'rgatib kelmoqda.

KURASH TO'GARAGI — MAHORAT, AN'ANA VA NATIJA UYG'UNLIGI



Denov tadbirkorlik va pedagogika institutida faoliyat yuritayotgan kurash to'garagi bugungi kunda yoshlarning jismoniy barkamolligi, irodaviy mustahkamligi va g'alabaga intilish ruhini shakllantirishda muhim o'rin egallamoqda. Ushbu to'garak nafaqat sport mashg'ulotlari markazi, balki milliy qadriyatlarimizni asrab-avaylash va rivojlantirish maskani sifatida ham e'tirof etiladi.

Kurash — mardlik, matonat va halollik timsoli. Ushbu sport turi yoshlarni kuchli, sabrli va maqsadga intiluvchan etib tarbiyalaydi. To'garak mashg'ulotlarida talabalar jismoniy tayyorgarlik bilan bir qatorda, intizom, o'ziga ishonch va raqibga hurmat kabi muhim fazilatlarni ham o'zlashtiradilar.

Mashg'ulotlar kurash va dzyudo bo'yicha xalqaro toifadagi sport ustasi, ko'plab xalqaro turnirlar g'olibi va sovrindori, "Zulfiya" davlat mukofoti sovrindori Ilmatova Rinata Rinatovna rahbarligida olib borilmoqda. Ustozning boy tajribasi, professional yondashuvi va sportga bo'lgan fidoyiligi yosh sportchilarga kuchli motivatsiya bag'ishlamoqda.

Mashg'ulotlar zamonaviy metodika asosida, bosqichma-bosqich va tizimli ravishda tashkil etilgan. Har bir talabaning jismoniy imkoniyati va tayyorgarlik darajasidan kelib chiqib individual ishlash yo'lga qo'yilgan. Bu esa sportchilarning texnik va taktik mahoratini tez sur'atda rivojlantirishga xizmat qilmoqda.

Natijada to'garak a'zolari viloyat, respublika va xalqaro miqyosdagi musobaqalarda faol ishtirok etib, yuqori natijalarni qo'lga kiritmoqda. Har bir yutuq — bu tinimsiz mehnat, qat'iyat va ustoz-murabbiylarning samarali faoliyati mahsulidir.

♦ DTPI'dagi kurash to'garagi — bu kelajak chempionlari shakllanadigan, mahorat, intizom va qat'iyat uyg'unlashgan professional sport maktabidir. Bu yerda sport nafaqat g'alaba sari intilish, balki shaxs kamolotining muhim bosqichi sifatida qadrlanadi.



DENOVDA SELEKSIONER TRENERLAR UCHUN O'QUV-SEMINARI TASHKIL ETILDI

25-fevral kuni Surxondaryo viloyati Denov tumani hududida joylashgan Denov tadbirkorlik va pedagogika institutida Sport vazirligi Ommaviy sportni rivojlantirish bo'limi boshlig'i Sherzod Olimov ishtirokida viloyatdagi jami 141 nafar seleksioner trenerlar uchun o'quv-seminari tashkil etildi.

Mazkur seminar joriy yildan yangi yo'lga qo'yilgan seleksioner trenerlar faoliyatini tizimli tashkil etish, ularning funksional vazifalarini aniq belgilash hamda amaliy ish samaradorligini oshirishga qaratildi.

Seminar davomida seleksioner trenerlarning asosiy vazifalari, hududlarda iqtidorli yoshlarni aniqlash, ularni sport to'garaklari va professional mashg'ulotlarga jalb etish mexanizmlari batafsil tushuntirildi. Shuningdek, hamkor tashkilotlar bilan ishlash jarayoni amaliy misollar asosida ko'rsatib berildi.

Yangidan joriy etilgan tizimga ko'ra, har 5 ta mahallaga 1 nafar seleksioner trener birlashtiriladi. Ushbu yondashuv mahallalarda sport infratuzilmasini mustahkamlash, yoshlarni ommaviy sportga keng jalb qilish hamda yangi iqtidorlarni aniqlash va saralash jarayonini samarali yo'lga qo'yishga xizmat qiladi.



“VATANGA SODIQ INSON” – TALABALARIMIZ MUNOSIB TAQDIRLANDI



Joriy yilning 22-fevral sanasida Pedagogika fakulteti Jismoniy madaniyat yoʻnalishi 2-bosqich talabarlari – Mirzammatov Ilhomjon Salimjon oʻgʻli, Toʻxtasinov Rashidbek Yondoshali oʻgʻli hamda Nosirov Alimardon Musojon oʻgʻli “Vatanga sodiq inson” mavzusidagi Respublika ilmiy-amaliy koʻrik-tanlovida oʻz ilmiy maqolalari bilan munosib ishtirok etdilar.

Mazkur tanlov yoshlarning ilmiy salohiyatini oshirish, vatanparvarlik tuygʻularini mustahkamlash hamda ularning ijodiy fikrlash qobiliyatini rivojlantirishga qaratilgan nufuzli respublika miqyosidagi tadbirlardan biridir. Talabalarimiz ushbu tanlovda yuksak faollik, puxta ilmiy yondashuv va ijodiy tafakkur namoyon etdilar. Tanlov yakunlariga koʻra, ular “Vatanga sodiq inson” nominatsiyasi doirasida koʻkrak nishoni bilan taqdirlandilar. Ushbu eʼtirof ularning ilmiy izlanishlari, vatanparvarlik ruhidagi qarashlari hamda dolzarb mavzudagi fikr-mulohazalarining yuqori baholanganidan dalolat beradi.

Mazkur yutuq nafaqat talabalarning shaxsiy muvaffaqiyati, balki institutimizda ilmiy-ijodiy faoliyatga berilayotgan eʼtibor va yaratilayotgan keng imkoniyatlarning samarasi hisoblanadi. Talabalarimizni ushbu muvaffaqiyat bilan samimiy tabriklab, kelgusidagi ilmiy faoliyatlarida ulkan zafarlar tilaymiz.



FEVRAL OYINING SPORT STATISTIKASI

Fevral oyida Denov tadbirkorlik va pedagogika institutida “Talabalar ligasi” doirasida bir qator sport musobaqalari tashkil etildi. Ushbu musobaqalar talaba-yoshlar o’rtasida sog’lom turmush tarzini targ’ib qilish, jamoaviylikni mustahkamlash va sportga bo’lgan qiziqishni oshirishga xizmat qildi.



O’tkazilgan sport turlari

🏆 Kamondan o’q otish

🏐 Voleybol

🏀 Basketbol

⚽ Futbol

🏃 Yengil atletika

🏸 Stol tennis

🏈 Gandbol

🏸 Badminton



Qiziqarli statistika

Eng ko’p qatnashilgan sport turi — futbol va voleybol

Eng faol sportchilar — 1-2-bosqich talabalari

Eng ko’p sovrin qo’lga kiritgan fakultet —

Pedagogika fakulteti



Eng faol fakultet
Fevral oyidagi sport musobaqalari natijalariga ko’ra Pedagogika fakulteti eng yuqori natijalarni qayd etib, fakultetlar reytingida yetakchilik qildi.



Xulosa:

Fevral oyida o’tkazilgan sport tadbirlari institutda sog’lom raqobat muhitini yaratib, talaba-yoshlarning sportga bo’lgan qiziqishini yanada oshirdi. Sport musobaqalari talabalar o’rtasida do’sstlik, jamoaviylik va sog’lom turmush tarzini keng targ’ib qilmoqda. 🏆



Umumiy ko’rsatkichlar

🏆 O’tkazilgan sport turlari soni — 8 ta

👤 Ishtirok etgan jamoalar — 10 dan ortiq

🎓 Ishtirok etgan fakultetlar — 4 ta

🏆 Taqdirlangan jamoalar — 20 ga yaqin

🏃 Musobaqalarda qatnashgan talabalar — 1000+ nafar



SPORT VA SALOMATLIK



Sog'lom turmush tarzi – har bir insonning jismoniy va ruhiy barkamolligini ta'minlovchi muhim omillardan biridir. Ayniqsa, talaba-yoshlar uchun muntazam sport bilan shug'ullanish nafaqat sog'liqni mustahkamlaydi, balki bilim olish jarayonida ham yuqori natijalarga erishishga yordam beradi.

SPORT VA MOTIVATSIYA

Sport – bu shunchaki jismoniy harakat emas, u iroda, intilish va xarakterning haqiqiy sinovidir. Motivatsiya esa bu yo'lda bizni oldinga harakatlantiruvchi eng katta yoqilg'idir. Maqsad sari qadam tashlash gohida qiyin kechadi, ammo aynan shu qiyinchiliklar o'z ustimizda ishlashimizga va kuchliroq bo'lishimizga yordam beradi.




Jismoniy faollikning foydasi

Sport bilan muntazam shug'ullanish inson organizmiga ko'plab ijobiy ta'sir ko'rsatadi:
Yurak-qon tomir tizimini mustahkamlaydi
Mushaklar va suyaklarni kuchaytiradi
Immunitetni oshiradi

Stress va charchoqni kamaytiradi

Kayfiyatni ko'taradi va ruhiy barqarorlikni ta'minlaydi
Shu sababli mutaxassislar haftasiga kamida 3–4 marta jismoniy mashqlar bilan shug'ullanishni tavsiya etadilar.

 To'g'ri ovqatlanish

Sport bilan shug'ullanuvchi talaba-yoshlar uchun to'g'ri ovqatlanish juda muhim hisoblanadi. Kundalik ratsionda quyidagilar bo'lishi lozim:

Oqsilga boy mahsulotlar (go'sht, tuxum, baliq, loviya)

Vitaminlarga boy sabzavot va mevalar


Energiya beruvchi don mahsulotlari

Yetarli miqdorda suv

Mashg'ulotdan oldin og'ir ovqat iste'mol qilmaslik, mashg'ulotdan keyin esa organizmni tiklash uchun yengil va foydali taomlar iste'mol qilish tavsiya etiladi.

 Dam olish va tiklanish

Sportchi uchun dam olish ham mashg'ulot kabi muhimdir. Yetarli uyqu va dam olish organizmni tiklaydi va yangi kuch beradi. Talabalar kuniga kamida 7–8 soat uxlashlari kerak.

 Jarohatlarning oldini olish

Sport mashg'ulotlari vaqtida jarohatlarning oldini olish uchun quyidagi qoidalarga amal qilish zarur:

Mashg'ulotdan oldin albatta qizish mashqlarini bajarish

Mashqlarni to'g'ri texnika asosida bajarish

Sport anjomlaridan to'g'ri foydalanish

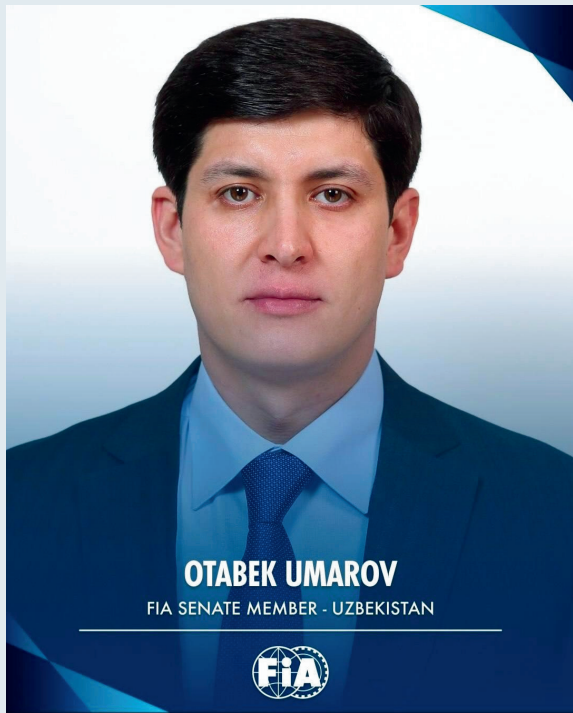
Haddan tashqari zo'riqishdan saqlanish

 Xulosa

Sport va sog'lom turmush tarzi bir-biri bilan chambarchas bog'liq. Talaba-yoshlar sport bilan muntazam shug'ullanish orqali nafaqat jismoniy sog'lomlikka, balki ruhiy tetiklik va yuqori hayotiy faollikka ham erishadilar.

Sog'lom tana — sog'lom fikr va yorqin kelajak garovidir.

Sport yangiliklari



Otabek Umarov FIA Senati tarkibiga kirdi

O'zbekiston Milliy Olimpiya qo'mitasi raisining birinchi o'rinbosari Otabek Umarov Xalqaro avtomobil federatsiyasi (FIA) Senati tarkibiga kirdi. Mazkur tayinlov tufayli Otabek Muhammadaliyevich tashkilotning oliy boshqaruv organi faoliyatida ishtirok etadi.

O'zbekiston vakilining ushbu nufuzli tuzilma tarkibiga kirishi mamlakatimizda avtomobil sporti va mobillik sohasining rivojlanishiga xizmat qiladi.

Ma'lumot uchun, Senat FIA Bosh Assambleyasiga strategik tavsiyalar kirituvchi organ hisoblanib, tashkilot taraqqiyoti yo'lida muhim bo'g'in vazifasini bajaradi.

“Besh tashabbus Olimpiadasi va Paralimpiadasi”ning yangi mavsumiga start berildi

Poytaxtimizdagi “Olimpiya shaharchasi”da “Besh tashabbus Olimpiadasi va Paralimpiadasi” musobaqalarining 2026-yilgi mavsumiga start berildi. Tantanali tadbirda O'zbekiston Respublikasi Prezidentining Sport bo'yicha vakili Odil Abduraxmanov, shuningdek, Sport vazirligi, Milliy Olimpiya va Paralimpiya qo'mitalari, Ijtimoiy himoya milliy agentligi, Yoshlar ishlari agentligi, boshqa mas'ul vazirlik va idoralar rahbariyati hamda minglab yoshlar ishtirok etishdi. Rasmiylar o'z nutqlarida mazkur loyiha qisqa vaqt ichida yoshlar o'rtasida keng ommalashib, ularning sevimli musobaqasiga aylanganini alohida qayd etdilar. Ta'kidlash joiz, musobaqalar orqali hududlardan asosiy terma jamoalarimizga raqobatbardosh ko'plab iqtidor egalari yetishib chiqmoqda. 2026-yilgi mavsum yanada keng qamrovli va qiziqarli bahslarga boy o'tishi kutilmoqda.



Sport yangiliklari



Toshkent "Katta dubulg'a" turnirining ochilish marosimi bo'lib o'tdi

"Humo arena"da dzyudo bo'yicha Toshkent "Katta dubulg'a" turnirining tantanali ochilish marosimi o'tkazildi. Tadbirda Xalqaro dzyudo federatsiyasi (IJF) Prezidenti Marius Vizer, O'zbekiston Respublikasi Sport vazirligi, MOQ va mamlakat dzyudo federatsiyasi rahbariyati, shuningdek, majmuaga yig'ilgan minglab muxlislar va OAV xodimlari ishtirok etishdi.



Marosimda so'z olgan rasmiylar O'zbekiston IJF ning faol a'zolaridan biri ekani, Toshkent beshinchi bor mezbonlik qilayotgan "Katta dubulg'a" turniri yuqori saviyada o'tkazilayotganiga alohida to'xtalib o'tishdi.

2026-yildagi asosiy tadbirlarga tayyorgarlik ko'rib chiqildi

Sport vazirligi, Milliy Olimpiya va Paralimpiya qo'mitalari rahbariyati ishtirokida 2026-yilga mo'ljallangan ustuvor vazifalar yuzasidan yig'ilish bo'lib o'tdi. Unda oldinda turgan kompleks musobaqalar, shuningdek, "Yangi O'zbekiston Olimpiya cho'qqilari" va "Prezident Olimpiadasi" musobaqalariga tayyorgarlik jarayoni ko'rib chiqildi. Uchrashuvda milliy terma jamoalarning tayyorgarlik jarayonlari, xalqaro musobaqalar taqvimini, sport infratuzilmasidan samarali foydalanish, hududlarda "Yangi O'zbekiston Olimpiya cho'qqilari" bahslarini yuqori saviyada tashkil etish, saralash bosqichlarini tizimli yo'lga qo'yish kabi masalalar atroflicha muhokama qilindi.



BIZNI IJTIMOYIY TARMOQLARDA KUZATING!

Denov tadbirkorlik va pedagogika instituti sport hayoti, musobaqalar, g'olib sportchilar hamda talabalar sport faoliyati haqidagi eng so'nggi yangiliklardan xabardor bo'lishni istasangiz, bizning rasmiy ijtimoiy tarmoq sahifamizni kuzatib boring.

Bu yerda siz:

🏆 Sport musobaqalari natijalari

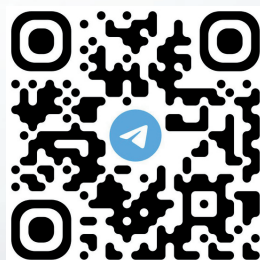
📸 Musobaqalardan yorqin lavhalar

🗣️ Sportchilar va murabbiylar bilan suhbatlar

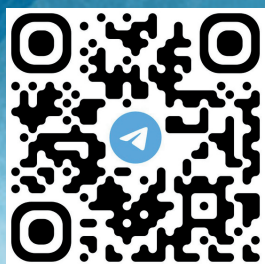
📊 Sport statistikasi va qiziqarli ma'lumotlar bilan muntazam tanishib borishingiz mumkin.

Telegram sahifamiz:

https://t.me/sport_hayoti_dtpi



**HARAKAT – BU HAYOT,
HAYOT – BU G‘ALABA!**



Tahririyat
Denov tadbirkorlik va pedagogika instituti
Manzil: Denov shahri DTPI binosi
Tel: 998 99 378 8974

