

DENOV TADBIRKORLIK VA PEDAGOGIKA INSTITUTI



SPORT HAYOTI



1
SON
Sentyabr
2025-yil

JURNAL TARKIBI

1. TAHRIRIYATDAN SO‘Z

2. SPORT HAYOTIDAN LAVHALAR

3. SPORTDAGI FAXRIMIZ

**4. SPORT VA ILM: TAHLIL,
TADQIQOT, NATIJA**

5. MURABBIY TAVSIYASI

6. UNUTILMAS SPORT ONLARI

**7. YOSH AVLOD NIGOHIDA
SPORT**

8. E'TIROF

9. SPORT TAQVIMI

**10. SPORT OLAMIDAN QIZIQARLI
MA'LUMOTLAR**

MUNDARIJA



TAHRIRIYATDAN SO‘Z



**Denov tadbirkorlik va pedagogika instituti rektori
Oybek Ro‘ziyev**

Hurmatli talabalar

Mazkur jurnal sizni Denov Tadbirkorlik va Pedagogika Institutining sport hayoti bilan yaqindan tanishtirish, yoshlar orasida sog‘lom turmush tarzini targ‘ib qilish, hamda talabalarning sportdagi yutuqlarini yoritishga bag‘ishlangan.

Bugungi kunda sport nafaqat jismoniy, balki ma‘naviy tarbiyaning ham ajralmas qismiga aylanmoqda.

Institutimizda sport turlari bo‘yicha o‘tkazilayotgan musobaqalar, mashg‘ulotlar va ilmiy tadqiqotlar bunga yaqqol misoldir.

Jurnalimiz orqali siz nafaqat yangiliklardan, balki sport sohasidagi ilmiy yangilik va tajribalardan ham xabardor bo‘lasiz.

Denov tadbirkorlik va pedagogika instituti "Jismoniy madaniyat" yoʻnalishi 1-kurs talabalari institut faoliyati bilan tanishdilar.

Denov tadbirkorlik va pedagogika instituti "Jismoniy madaniyat" yoʻnalishi 1-kurs talabalari institut bilan yaqindan tanishdilar. Tanishuv jarayonida talabalar institutning oʻquv binolari, sport zallari, kutubxona, laboratoriyalar hamda talabalar uchun yaratilgan shart-sharoitlar bilan tanishdilar. Ushbu tadbirdan maqsad — yangi oʻquv yilini boshlayotgan talabalarni institut hayoti, ichki tartib-qoidalar va imkoniyatlari bilan tanishtirish, ularda oʻqishga boʻlgan qiziqish va masʼuliyat hissini yanada oshirishdan iborat boʻldi.



Yangi mavsum — katta maqsadlar boshlanishi!

⚡ Bugun Termiz davlat universiteti sport majmuasida “Yangi O‘zbekiston olimpiya cho‘qqilari sari” hamda “Besh tashabbus olimpiadasi”ning 2025-yilgi mavsumi tantanali ravishda ochib berildi.

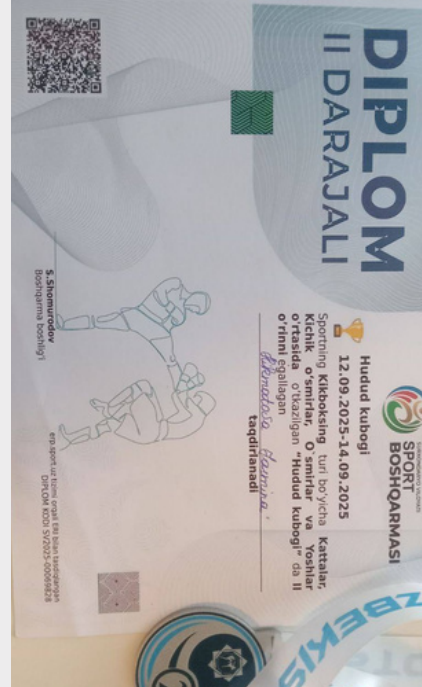


📍 Ochilish marosimida Surxondaryo viloyatidagi barcha oliy ta‘lim muassasalari qatori Denov tadbirkorlik va pedagogika instituti rektori hamda talabalari ham faol ishtirok etdilar.



📌 Ushbu loyihalar yoshlarda sog‘lom turmush tarzini targ‘ib qilish, ular orasida do‘stlik va hamjihatlikni mustahkamlash, sport va ijod orqali Vatanga muhabbat tuyg‘ularini kuchaytirish yo‘lida muhim qadamlardandir.





Sportning KIKBOKSING turi bo'yicha kattalar, kichik o'smirlar, o'smirlar va yoshlar o'rtasida "Hudud kubogi" musobaqasi bo'lib o'tdi.

- ◆ Ushbu musobaqada munosib ishtirok etgan Pedagogika fakulteti "Jismoniy madaniyat" ta'lim yo'nalishi 1-kurs talabasi Hikmatova Jasmina faxrli 2-o'rinni egallab, Respublika bosqichiga yo'llanma oldi.
- ◆ Endilikda yosh sportchi qizimiz Respublika musobaqasida o'z imkoniyatlarini sinovdan o'tkazadi. Sportchimizga keyingi musobaqalarda yuksak natijalar va g'olibliklar tilaymiz.

Sport-tinchlik elchisi

📅 Pedagogika fakultetida "5 muhim tashabbus" doirasida sport musobaqalariga start berildi. Fakultetning barcha kurslaridan stol tennisiga qiziquvchi va iqtidori bor talabalari ishtirokida saralash bosqichi bo'lib o'tdi.

⚽ Jismoniy tarbiya va sport kafedrasida mudiri D.Nosirova boshchiligida fakultet tyutorlari tashabbusi bilan tashkil etilgan musobaqa ko'tarinki ruhda bo'lib o'tdi. Jarayonda talabalar katta qiziqish va ishtiyoq bilan qatnashganligi quvonarli holdir.

🏆 Murosasiz kechgan bahslardan keyin, ishtirokchilar keyingi bosqichga yo'l oldilar va g'oliblar mas'ullar tomonidan rag'batlantirildi.



🏫 Pedagogika fakultetida talaba-yoshlarning har tomonlama sog'lom va yetuk insonlar bo'lib shakllanishi, jismonan baquvvat avlodni tarbiyalash maqsadida sport musobaqalari va turli tadbirlar yo'lga qo'yilgan. Xususan, 3-4-sonli TTJ tarbiyachi-pedagogi N. Shukurov tomonidan "Sport va milliy o'yinlar" festivali doirasida talaba-qizlar o'rtasida jismoniy mashqlar va milliy o'yinlar tashkil etilmoqda. Sog'lom turmush tarzini targ'ib qilishga qaratilgan tadbirlar talabalarda ko'tarinki kayfiyat paydo qilib, qiziqish uyg'otmoqda.

SPORT HAYOTIDAN LAVHALAR

SPORT HAYOTIDAN LAVHALAR

⚡ Denov tadbirkorlik va pedagogika instituti Kasaba uyushmasi tomonidan 1-oktyabr – “Ustoz va murabbiylar kuni” munosabati professor-o‘qituvchilar hamda xodimlar o‘rtasida mini futbol musobaqasi o‘tkazildi



📌 Tadbirni rasmiy ochilish so‘zi bilan Yoshlar masalalari va ma’naviy-ma’rifiy ishlar bo‘yicha birinchi prorektor A. Mengliboyev chiqib, barchani “Ustoz va murabbiylar kuni” bilan tabrikladi va tadbirning samarali o‘tishini tiladi.

Musobaqa yakunida mini futbol bo‘yicha g‘olib jamoalar quyidagicha aniqlanib, taqdirlandilar:

- 🥇 -o‘rin — Rektorat jamoasi
- 🥈 -o‘rin — Aniq va tabiiy fanlar fakulteti jamoasi
- 🥉 -o‘rin — Ma’naviyat bo‘limi jamoasi



SPORT HAYOTIDAN LAVHALAR



DTPIda “Ustoz va murabbiylar kuni” munosabati bilan shaxmat musobaqasi bo‘lib o‘tdi

⚡ 1-oktyabr — “Ustoz va murabbiylar kuni” munosabati bilan Denov tadbirkorlik va pedagogika instituti Kasaba uyushmasi tomonidan professor-o‘qituvchilari va xodimlari o‘rtasida sportning shaxmat turi bo‘yicha musobaqa tashkil etildi.

✍ Ushbu musobaqada institutning turli fakultetlaridan ishtirok etgan o‘qituvchilar o‘z bilim va mahoratlarini namoyish etdilar. Musobaqa yakunlariga ko‘ra quyidagi natijalar qayd etildi:

Erkaklar o‘rtasida:

- 1-o‘rin — Tadbirkorlik va boshqaruv fakulteti o‘qituvchisi Navruzbek**
- 2-o‘rin — Filologiya fakulteti tyutori Shohruh Gulboev**
- 3-o‘rin — Aniq va tabiiy fanlar fakulteti o‘qituvchisi Azizbek Jovliyev**

Ayollar o‘rtasida:

- 1-o‘rin — Pedagogika fakulteti o‘qituvchisi Dilshoda Ravshanova**
- 2-o‘rin — Tadbirkorlik va boshqaruv fakulteti o‘qituvchisi Shahnozaxon Abdulhaeva**
- 3-o‘rin — Filologiya fakulteti o‘qituvchisi Anorhol Amanova**

SPORT HAYOTIDAN LAVHALAR

1-oktyabr – “Ustoz va murabbiylar kuni” munosabati bilan voleybol musobaqasi

⚡ “Ustoz va murabbiylar kuni” munosabati bilan Denov tadbirkorlik va pedagogika instituti Kasaba uyushmasi tomonidan professor-o‘qituvchilar va xodimlar o‘rtasida sportning voleybol turi bo‘yicha musobaqa tashkil etildi.

✔ Tadbirda Yoshlar masalalari va ma'naviy-ma'rifiy ishlar bo‘yicha birinchi prorektor A. Mengliboyev kirish so‘zi bilan ishtirokchilarni bayram bilan tabriklab, tadbirni ochib berdi.

Musobaqada ayollar o‘rtasida bo‘lib o‘tgan o‘yin natijalari quyidagicha:

1 -o‘rin – Tadbirkorlik va boshqaruv fakulteti jamoasi

2 -o‘rin – Pedagogika fakulteti jamoasi

3 -o‘rin – Filologiya fakulteti jamoasi



SPORT HAYOTIDAN LAVHALAR

⚽ Tadbirkorlik va boshqaruv fakultetida "5 muhim tashabbus" ijrosini ta'minlash va talaba yoshlarning bo'sh vaqtini mazmunli tashkil etish maqsadida "Mini futbol" sport musobaqasi davom etmoqda.



🏆 Musobaqa 2-kurs talabalari o'rtasida tashkil etilib, jamoalar g'alaba uchun faol kurash olib bormoqda.

👉 Jarayonlarda Denov tadbirkorlik va pedagogika instituti rektori O. Ruziyev ham ishtirok etib, musobaqa qatnashchilariga omad tiladi va bunday sport tadbirlarining yoshlar rivojidagi o'rni katta ekanligini ta'kidladi.



🚩 Fakultet birinchiligi sport musobaqasiga rasmiy start berildi!

⚡ Denov tadbirkorlik va pedagogika instituti Pedagogika fakultetida jismoniy faollikni oshirish, talaba yoshlar orasida sog'lom turmush tarzini targ'ib qilish hamda "5 muhim tashabbus" doirasidagi vazifalarni samarali amalga oshirish maqsadida sport musobaqalari start oldi.



👉 Xususan, fakultetda kurslar kesimida "Mini futbol" bo'yicha ichki birinchilik musobaqasi boshlandi. Ushbu musobaqa talabalarning bo'sh vaqtlarini mazmunli o'tkazish, sportga bo'lgan qiziqishlarini oshirish, sog'lom raqobat muhitini yaratish hamda jamoaviylik ruhini kuchaytirish yo'lida muhim qadamlardan biri bo'lib xizmat qilmoqda.



Fakultet birinchiligi sport musobaqasiga start berildi

📅 Pedagogika fakultetida "5 muhim tashabbus" doirasida sport musobaqalariga start berilib, sog'lom raqobat muhitini yaratish, sportni sevuvchi yosh avlodni tarbiyalash maqsadida "Mini futbol" musobaqasi o'tkazildi.



⚽ Musobaqani fakultet dekani R.Salomova hamda tyutorlar kirish so'zi bilan ochib, sportchi-talabalarga omad tiladi va sport orqali o'zaro do'stona munosabatda bo'lishga hamda jamoaviylik asosida harakat qilishga da'vat etdilar.



SPORT HAYOTIDAN LAVHALAR

⚡ Pedagogika fakultetida voleybol sport turi bo'yicha saralash bosqichi bo'lib o'tdi. Mazkur musobaqada talabalar faol ishtirok etib, o'zlarining jamoaviy hamkorlik, sport mahorati va tashabbuskorlik ko'nikmalarini namoyon etdilar.

🏆 Musobaqa yakunlariga ko'ra quyidagi jamoalar g'olib deb topildi:

- ◆ 1-o'rin — Maktabgacha ta'lim yo'nalishi, 3-kurs talabarlari jamoasi
- ◆ 2-o'rin — Maktabgacha ta'lim yo'nalishi, 1-kurs talabarlari jamoasi
- ◆ 3-o'rin — Psixologiya yo'nalishi talabarlari jamoasi

📌 Ushbu sport musobaqasi talabalarda sog'lom turmush tarzini keng targ'ib etish, jismoniy faollikni oshirish hamda o'zaro hamjihatlik va do'stona munosabatlarni mustahkamlashga xizmat qildi.



“Besh tashabbus olimpiadasi” doirasida mini futbol musobaqasi bo'lib o'tdi

⚡ Denov tadbirkorlik va pedagogika institutida “Besh tashabbus olimpiadasi” sport musobaqalari doirasida mini futbol turi bo'yicha fakultetlar o'rtasida institut birinchiligi bo'lib o'tdi. Saralash bosqichlari asosida shakllangan fakultet terma jamoalari 22-sentyabr kuni Tadbirkorlik va boshqaruv fakulteti sport inshootida g'oliblik uchun bahs olib bordilar. Musobaqa natijalariga ko'ra, Pedagogika fakulteti jamoasi faxrli 1-o'rinni egalladi. Tadbirkorlik va boshqaruv fakulteti 2-o'ringa, Aniq va tabiiy fanlar fakulteti esa 3-o'ringa sazovor bo'ldi.

📌 Musobaqa yakunida institut terma jamoasi shakllantirilib, viloyat bosqichida ishtirok etishi belgilandi. Kelgusida “Talabalar ligasi” doirasida yo'nalishlar va guruhlar kesimida ham institut miqyosidagi sport musobaqalarini tashkil etish rejalashtirilgan. Barcha ishtirokchilarga va talabalarimizga keyingi bosqichlarda omad va zafarlar tilaymiz!



MILLIY TAOMLAR SAYLI





SPORTDAGI FAXRIMIZ

⚡ Institutimizning “Jismoniy madaniyat” ta’lim yo’nalishi 3-kurs talabasi Abdulaxatov Alimardon Abdualim o’g’li sport sohasida erishgan yutuqlari bilan nafaqat o’quv dargohimiz, balki butun viloyatimiz faxriga aylangan.

2024-yil 27-sentabr kuni Termiz shahrida o’tkazilgan “Uzbekistan Judo Tour” musobaqasida u 81 kilogramm vazn toifasida qatnashib, 60 dan ortiq tajribali va nomdor raqiblar o’rtasida o’zining yuqori mahorati, qat’iy irodasi va texnik ustunligi bilan ajralib turdi. Natijada barcha bosqichlarda g’alaba qozonib, faxrli 1-o’rinni egalladi. 🏆

Bu yutuq — Alimardonning muntazam mehnati, murabbiylarining samarali tayyorgarlik jarayoni va institutimizda yaratilgan sport infratuzilmasining natijasidir.



📌 Hozirda sportchimiz navbatdagi xalqaro “Gran-pri” musobaqalariga tayyorgarlik ko’rmoqda. Ushbu bosqichda erishiladigan natijalar unga 2028-yil Los-Anjelesda bo’lib o’tadigan yozgi Olimpiya o’yinlariga yo’llanma olish imkonini yaratadi.

Bu muvaffaqiyat nafaqat Alimardon uchun, balki Denov tadbirkorlik va pedagogika instituti jamoasi uchun ham katta g’urur va motivatsiya manbaidir. Biz ishonamizki, u kelgusida ham O’zbekiston sport sharafini munosib himoya etib, xalqaro maydonlarda yurtimiz bayrog’ini baland ko’taradi.

Polvonimizga olimpiada sari yo’lida kuch-quvvat, iroda va ulkan zafarlar yor bo’lsin!

SPORT VA ILM: TAHLIL, TADQIQOT, NATIJA

Bugungi globallashuv davrida sport sohasi nafaqat musobaqa yoki jismoniy tayyorgarlik jarayoni sifatida, balki ilmiy tahlil va tadqiqot maydoni sifatida ham alohida ahamiyat kasb etmoqda. Har bir yuksak natijaning zamirida ilmiy asos, metodik yondashuv va tajribaviy tahlil yotadi.

Denov Tadbirkorlik va Pedagogika institutining “Jismoniy madaniyat” ta’lim yo’nalishi o’qituvchilari va talabalarining ilmiy izlanishlari aynan shu yo’nalishda olib borilmoqda. Institutda sport mashg’ulotlarini ilmiy asosda tashkil etish, sportchilarning jismoniy va ruhiy tayyorgarligini chuqur tahlil qilish, ularning mashg’ulot jarayonlarini statistik kuzatuvlar orqali baholash yo’lga qo’yilgan.

1. Sportda ilmiy yondashuvning roli

So’nggi yillarda institutda sport mashg’ulotlari jarayonida ilmiy nazorat tizimi joriy etildi. Talabalar o’z kurs ishlari va bitiruv malakaviy ishlarida sport mashg’ulotlarining samaradorligini o’rganib, amaliy natijalarni taqdim etishmoqda. Masalan, kuch sifatini rivojlantirish bo’yicha olib borilgan tadqiqotlarda maxsus jismoniy mashqlar tizimi sportchilarning natijalarini 18–22 foizga yaxshilagani aniqlandi.

2. Ilmiy tahlil asosidagi amaliyotlar

Institut kafedrasidan o’tkazilgan tajribalar natijasi shuni ko’rsatadiki, ilmiy asoslangan mashg’ulot rejimlari sportchilarni ortiqcha yuklamadan asrab, ularning tiklanish vaqtini qisqartiradi. Shu bilan birga, yuklamalarni individual tarzda belgilash sportchining jismoniy tayyorgarligini optimallashtiradi.

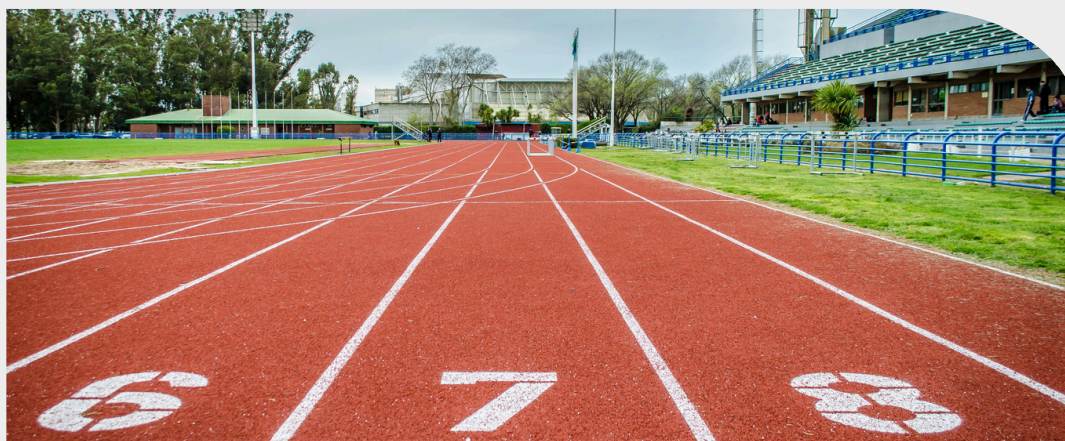
3. Talabalarning ilmiy faoliyati

Talabalar tomonidan tayyorlanayotgan kurs ishlari, ilmiy maqolalar va diplom loyihalarida jismoniy sifatlar, sport metodikasi va o’quv mashg’ulotlarining samaradorligi ilmiy tahlil qilinmoqda. Ularning ishlari institut ilmiy konferensiyalarida, sport fakultetining ichki seminarlarida muntazam taqdim etilmoqda.

4. Kelajak yo’nalishlari

Denov Tadbirkorlik va Pedagogika institutida sport sohasida olib borilayotgan tadqiqotlar kelgusida yanada kengaytiriladi. Innovatsion texnologiyalar, raqamli monitoring, biometrik tahlil va sun’iy intellekt asosidagi sport nazorati tizimlari joriy etilishi rejalashtirilgan.

Shu orqali institutimiz sport sohasi rivojiga ilmiy asosda hissa qo’shmoqda hamda talabalarda “Sport — bu ilm” degan tushunchani mustahkamlab bormoqda.



MURABBIY TAVSIYASI



Erdonov Islomiddin Xursandovich
Denov tadbirkorlik va pedagogika
instituti
Jismoniy tarbiya va sport o'qituvchisi

Sport — bu faqat jismoniy kuch emas, balki iroda, intizom va sabr-toqatning sinov maydonidir. Har bir sportchi yoki jismoniy tarbiya sohasida o'qiyotgan talaba o'z yo'lini tanlaganida, avvalo murabbiylik so'zining mas'uliyatini his qilishi lozim.

Murabbiy — bu nafaqat mashg'ulot olib boruvchi mutaxassis, balki o'quvchining hayotiy yo'l boshchisi, ruhiy tayanchidir. Shuning uchun sportchilar uchun murabbiy tavsiyalari — muvaffaqiyat kalitidir.

1. Intizom – muvaffaqiyat garovi

Mashg'ulotda intizomni saqlash, rejaga amal qilish — har bir sportchining eng birinchi vazifasidir. Intizomli sportchi o'z vaqtida uxlashni, to'g'ri ovqatlanishni, tana tiklanishiga e'tibor berishni biladi. Murabbiylar aytishadi: "Rejani bajarmaslik — imkoniyatni boy berish demakdir." Shu bois, muntazamlik sportdagi muvaffaqiyatning asosiy omilidir.

2. Ruhiy tayyorgarlikni unutmang

Har qanday yirik natija avvalo ongda boshlanadi. Sportchi o'ziga ishonmasa, jismoniy kuch ham to'liq namoyon bo'lmaydi. Murabbiy tavsiya qiladi — har kuni o'z oldingizga kichik maqsadlar qo'ying, ularni bosqichma-bosqich bajaring. Shunda siz katta natijaga erishasiz. Ruhiy tayyorgarlik mashg'ulotlari: nafasni boshqarish, musobaqa oldi motivatsiya, o'zini tasavvur qilish (vizualizatsiya) kabi metodlar orqali sportchi ishonchini mustahkamlash mumkin.

3. To'g'ri mashg'ulot – tananing sog'lomligi

Mashg'ulot yuklamalarini individual tarzda belgilash har bir sportchi uchun zarur. Yosh sportchilar o'z tanasining imkoniyatlarini to'g'ri baholay bilishlari kerak. Haddan tashqari yuklama jarohatlarga olib keladi, me'yordagi mashg'ulot esa natijani oshiradi. Murabbiylar tavsiya etadi: har bir mashg'ulotdan so'ng 5–10 daqiqa tiklanish mashqlari bajarish, suv ichish rejimini saqlash, stretching (cho'zilish) mashqlarini kiritish muhim.

4. Bilim va amaliyot uyg'unligi

Zamonaviy murabbiy faqat amaliyotchi emas — u tadqiqotchi hamdir. Har bir murabbiy o'z faoliyatida ilmiy yondashuvdan foydalanishi kerak. Mashg'ulotlarda yangi metodikalarni sinash, sportchilarning yurak urish tezligi, mushak faoliyati yoki psixologik holatini tahlil qilish orqali mashg'ulot samaradorligini oshirish mumkin.

Murabbiylarimizning fikricha, sportchi o'z ustida ishlashni to'xtatmasa, u albatta natijaga erishadi. Shunday ekan, har bir talaba o'zini tarbiyalashni, o'z ustida ishlashni, jismoniy va ma'naviy jihatdan mukammal bo'lishni hayot tarziga aylantirsin.

Xulosa

Murabbiy tavsiyalari — bu kelajak sportchilari uchun yo'l xaritasi. Har bir maslahat — amaliyotda sinovdan o'tgan tajriba, yutuq sari yetaklovchi darsdir. Denov Tadbirkorlik va Pedagogika instituti sport hayotida murabbiylik maktabi shakllanmoqda va u yosh avlodni kuchli, bilimli hamda vatanparvar sportchilar sifatida tarbiyalaydi.

USTOZ SO‘ZI — IBRAT



Denov tadbirkorlik va pedagogika instituti “Jismoniy madaniyat” o‘qituvchisi Islomov Ilyosjon Isroiljon o‘g‘li bilan suhbat.

> — Ustoz, avvalo, o‘zingiz haqida qisqacha ma‘lumot bersangiz.

— Men Denov tadbirkorlik va pedagogika institutida “Jismoniy madaniyat” kafedrasida faoliyat yuritaman. Yosh avlodni jismonan sog‘lom, ma‘naviy barkamol etib tarbiyalashni o‘z oldimga maqsad qilib qo‘yganman.

> — Sizningcha, sport inson hayotida qanday o‘rin tutadi?

— Sport insonni kuchli, irodali va intizomli qiladi. U nafaqat tanani, balki ruhni ham tarbiyalaydi. Sport bilan shug‘ullangan inson har qanday hayotiy sinovlarga bardosh bera oladi.

> — Talabalarga qanday tavsiyalar bergan bo‘lardingiz?

— Eng avvalo, har bir talaba o‘z sog‘lig‘ini qadrlashi, kun tartibiga rioya qilishi va jismoniy mashqlarni hayotining ajralmas qismiga aylantirishi zarur. Har kuni kichik bo‘lsa ham harakat — katta natijaga olib keladi.

> — Siz uchun ustozlikning eng yoqimli jihati nima?

— Talabaning yutuqlarini ko‘rish — bu eng katta mukofot. Ularning g‘alabalari, muvaffaqiyatlari biz ustozlarga faxr va ilhom bag‘ishlaydi.

> — Kelajakdagi rejalaringiz haqida ham aytib o‘tsangiz.

— Maqsadim — yoshlarni sport orqali sog‘lom turmush tarziga yo‘naltirish, ularga motivatsiya berish va institutimizda sport faoliyatini yanada rivojlantirish.



Denov tadbirkorlik va pedagogika institutining “Jismoniy madaniyat” yo‘nalishida faoliyat yuritayotgan, basketbol to‘garagi murabbiyi Ozod Bo‘riyev bilan suhbat.

> — Ustoz, avvalo, o‘zingiz va faoliyatingiz haqida qisqacha so‘zlab bersangiz.

— Men Denov tadbirkorlik va pedagogika institutida basketbol to‘garagi murabbiyi sifatida faoliyat yuritaman. Maqsadim — talabalarda sportga, xususan, basketbolga bo‘lgan qiziqishni oshirish, ularni sog‘lom va faol hayot tarziga yo‘naltirishdir.

> — Basketbol sport turining talabalarga qanday foydasi bor, deb o‘ylaysiz?

— Basketbol jamoaviylik, chaqqonlik, fikrlash va tezkor qaror qabul qilishni o‘rgatadi. Bu nafaqat sportda, balki hayotda ham juda zarur fazilatlaridir. Talabalar o‘yin orqali bir-biriga hurmat bilan munosabatda bo‘lishni, mas‘uliyatni his qilishni o‘rganadilar.

> — To‘garak mashg‘ulotlari qanday tashkil etilgan?

— Mashg‘ulotlar muntazam ravishda o‘tkaziladi. Talabalarning jismoniy tayyorgarligi, texnikasi va taktik fikrlashini oshirish uchun turli mashqlar, o‘yinlar va nazariy mashg‘ulotlardan foydalanamiz. Har bir talabada o‘z salohiyatini ko‘rsatish imkoniyati mavjud.

> — Sizningcha, sport bilan shug‘ullanish talaba hayotiga qanday ta‘sir qiladi?

— Sport talabaning intizomini oshiradi, o‘qishga ijobiy ta‘sir qiladi va irodani mustahkamlaydi. Eng muhimi, sport bilan shug‘ullangan yoshlar doimo maqsadga yo‘naltirilgan bo‘ladi.

> — Kelajakdagi rejalaringiz bilan o‘rtoqlashsangiz.

— Maqsadim — institutimiz basketbol jamoasini viloyat va respublika musobaqalarida yuqori natijalarga olib chiqish, yangi iqtidorli sportchilarni tayyorlash. Shuningdek, yosh murabbiylar uchun o‘rnak bo‘lish — men uchun katta sharaf.

USTOZ SO‘ZI — IBRAT



Denov tadbirkorlik va pedagogika institutining “Jismoniy madaniyat” yo‘nalishida faoliyat yuritayotgan, gandbol to‘garagi murabbiyi Shoxrux Ergashev bilan suhbatlashdik. Ustoz o‘z kasbini sevuvchi, sportni hayotining ajralmas qismi deb biluvchi murabbiylardan biridir.

> — Ustoz, gandbol sport turiga sizni nima jalb qilgan edi?

— Gandbol juda dinamik, harakatli va strategik sport turi. Men uchun bu o‘yin jamoaviylik, tezkorlik va aqlning uyg‘unlashgan shaklidir. Yoshligimdan harakatni, raqobatni yoqtirganman, shuning uchun gandbol menga juda mos tushgan.

> — Mashg‘ulotlarda nimalarga ko‘proq e‘tibor berasiz?

— Eng avvalo, jamoaviy o‘yin madaniyatiga. Har bir o‘yinchi faqat o‘zi uchun emas, jamoa uchun o‘ynashi kerak. Shuningdek, texnika va koordinatsiyani to‘g‘ri shakllantirishga katta ahamiyat beraman.

> — Sizingcha, yaxshi gandbolchi qanday bo‘lishi kerak?

— Yaxshi gandbolchi — bu faqat kuchli bo‘lgan emas, balki o‘ylab harakat qiladigan sportchi. U o‘yin vaqtida tez qaror qabul qila olishi, jamoasini his qilishi va hech qachon taslim bo‘lmasligi kerak.

> — Talabalar orasida bu sportga qiziqish qanday?

— So‘nggi yillarda gandbolga bo‘lgan qiziqish ortib bormoqda. Talabalar bu o‘yinni nafaqat sport sifatida, balki o‘zini jismonan va ruhan tarbiyalash vositasi sifatida ham qabul qilishmoqda.

> — Ustoz sifatida sizni eng ko‘p quvontiradigan narsa nima?

— Talabamning muvaffaqiyatini ko‘rish. Ularning o‘sishini, o‘z ustida ishlayotganini sezish — bu har bir ustoz uchun eng katta faxr

> — Kelgusidagi rejalaringiz qanday?

— Institutimiz gandbol jamoasini yanada kuchaytirish, viloyat va respublika musobaqalarida yuqori o‘rinlarni egallashni maqsad qilganmiz. Shuningdek, yangi iste‘dodli talabalarni aniqlab, ularni professional darajaga yetkazish niyatidaman.



Denov tadbirkorlik va pedagogika institutining “Jismoniy madaniyat” yo‘nalishida faoliyat yuritayotgan, stol tennisi to‘garagi rahbari Suxrob G‘aniyev bilan suhbat tashkil etdik. Ustoz bilan suhbatda sportning nafaqat jismoniy, balki ruhiy tarbiya vositasi sifatidagi o‘rni haqida so‘z bordi.

> — Ustoz, stol tennisi siz uchun nimani anglatadi?

— Stol tennisi bu shunchaki o‘yin emas — bu tezkor fikrlash, diqqat va koordinatsiya mashqi. Har bir zarba e‘tibor, sabr va aniqlik talab qiladi. Shuning uchun ham bu sport turi insonni har tomonlama tarbiyalaydi.

> — To‘garak mashg‘ulotlari qanday o‘tadi?

— Mashg‘ulotlar haftasiga bir necha marotaba o‘tkaziladi. Talabalar dastlab texnik harakatlar bilan tanishadilar, keyin o‘yin usullari va strategiyalarni o‘rganadilar. Bizning maqsadimiz — har bir talabani o‘z imkoniyatini to‘liq namoyon eta oladigan darajaga yetkazish.

> — Sizingcha, stol tennisi boshqa sport turlaridan nimasi bilan farq qiladi?

— Bu sportda tezlik, e‘tibor va fikrlash bir paytda ishlaydi. Har bir zarbada qaror soniyaning ulkan qismida qabul qilinadi. Shuning uchun stol tennisi inson miyasini faol ishlashga o‘rgatadi.

> — Talabalarga qanday tavsiyalar berasiz?

— Hech qachon erta taslim bo‘lmang. Sportda eng muhimi — sabr, izchillik va o‘z ustida tinimsiz ishlash. Kichik muvaffaqiyatlar katta natijalarga olib keladi.

> — Kelajakdagi rejalaringiz haqida so‘zlasangiz.

— Rejam — institutimizda stol tennisi bo‘yicha kuchli jamoa shakllantirish, yangi iqtidorlarni kashf etish va ularni respublika miqyosidagi musobaqalarga tayyorlash. Shuningdek, bu sportni ommalashtirish ham mening asosiy maqsadim.



**UNUTILMAS SPORT
ONLARI**

UNUTILMAS SPOR ONLARI




UNUTILMAS SPORT ONLARI



UNUTILMAS SPORT ONLARI



YOSH AVLOD NIGOHIDA SPORT

 **Sattorov Sardor Sunnatulloyevich,**
Denov Tadbirkorlik va Pedagogika instituti,
“Jismoniy madaniyat” yo‘nalishi talabasi

Sport — bu shunchaki mashg‘ulot emas, bu hayot falsafasi. Har bir yugurilgan metr, har bir zarba, har bir to‘g‘ri nafas — insonning o‘z ustida ishlashini, iroda va sabrni sinovdan o‘tkazishini bildiradi. Men uchun sport — bu o‘zlikni anglash, kuch va imkoniyatni his etish yo‘lidir.

Har kuni ertalab mashq qilish, o‘z natijangni yaxshilash, kechagi kundan bir qadam oldinga borish — bu hayotiy g‘alabalarning boshlanishidir. Sport meni intizomli, qat‘iyatli va maqsad sari harakat qiluvchi inson sifatida shakllantirdi.

Sport — bu yoshlar uchun imkoniyat

Bugungi kunda O‘zbekistonda sportga katta e‘tibor qaratilayotgani yosh avlod uchun ulkan imkoniyatlar eshigini ochmoqda. Har bir talaba, har bir o‘quvchi o‘z qiziqishiga mos yo‘nalishni tanlab, sog‘lom hayot tarzi sari qadam tashlashi mumkin.

Men sport orqali o‘z fikrimni erkin ifodalashni, jamoada ishlashni, raqibga hurmat bilan qarashni o‘rgandim. Chunki sport — bu nafaqat tanani, balki insoniy fazilatlarni ham tarbiyalaydi.

Yoshlar nigohida sportning qadri

Yoshlar bugun sportni faqat musobaqa sifatida emas, balki hayotiy ehtiyoj sifatida qabul qilmoqda. Jismoniy tarbiya mashg‘ulotlari, sport musobaqalari, sog‘lom turmush tarziga bag‘ishlangan tadbirlar — bularning barchasi yoshlarning tafakkurini o‘zgartirmoqda.

Harakat — bu hayot. Kim harakatda bo‘lsa, u o‘shishda davom etadi. Shu sababli men doimo shunday shior bilan yashayman:

Xulosa

Sport yoshlar hayotida kuch, ishonch, iroda va g‘urur manbaidir. Har bir yosh o‘z orzusi sari qat‘iyat bilan harakat qilsa, albatta natijaga erishadi. Biz, bugungi avlod, sog‘lom, bilimli va ma‘naviy barkamol jamiyat qurishda sport orqali o‘z hissamizni qo‘shamiz.

Men ishonamanki, Denov Tadbirkorlik va Pedagogika instituti talabalari orasidan kelajakda nafaqat murabbiylar va o‘qituvchilar, balki xalqaro sport arenarlarida yurtimiz bayrog‘ini baland ko‘taradigan chempionlar ham yetishib chiqadi! 🇺🇿





E'TIROF



Tabrik so'zi

Denov tadbirkorlik va pedagogika instituti “Jismoniy tarbiya va sport” kafedrası o‘qituvchisi Jurayev Sayidmurat Safarovichni “Jismoniy tarbiya, sport mashg‘ulotlari, sog‘lomlashtiruvchi va adaptiv jismoniy tarbiya nazariyasi va metodikasi” ixtisosligi bo‘yicha dotsent ilmiy unvoniga ega bo‘lganligi bilan institut jamoasi nomidan chin dildan tabriklaymiz!

Bu yutuq — ustozning ko‘p yillik mehnati, ilmiy izlanishlari va ta’lim-tarbiya sohasidagi fidokorona faoliyatining yuksak e’tirofidir. Jurayev Sayidmurat Safarovich o‘zining pedagogik mahorati, yuksak mas’uliyati va sport sohasiga qo‘shgan hissasi bilan nafaqat talabalar, balki hamkasblar orasida ham hurmat va e’tiborga sazovor insondir.

Institut jamoasi ustozga kelgusidagi ilmiy izlanishlarida, yosh avlodni tarbiyalashdagi faoliyatida va sport sohasidagi ishlari davomida sog‘lik, bardavom muvaffaqiyatlar va yangi yutuqlar tilaydi.



E'TIROF



III Denov tadbirkorlik va pedagogika instituti “Aniq va tabiiy fanlar” fakulteti "Umumiy kimyo va kimyoviy texnologiyalar" kafedrası mudiri Ismatov Sunnatullo Shamsullayevich Qishloq xo'jalik va oziq-ovqat mahsulotlariga ishlov berish, saqlash hamda qayta ishlash texnologiyalari va biotexnologiyalari ixtisosligi bo'yicha Professor ilmiy unvoniga ega bo'lganligi munosabati bilan institutimiz jamoasi chin dildan tabriklaydi.

✳️ Ismatov Sunnatullo Shamsullayevichni keyingi ilmiy yutuqlariga muvaffaqiyat va zafarlar tilab qoladi.

SPORT TAQVIMI

“TASDIQLAYMAN”

Yoshlar masalalar, ma'naviy ma'rifiy ishlar
bo'yicha bo'lim boshlig'i



Sh.Abdullayev

12.09.2025 yil

Denov tadbirkorlik va pedagogika institutida “Talabalar ligasi”, “Besh tashabbus olimpiadasi” va “Olimpiya cho'qqilari” sport musobaqalari doirasidan o'tkaziladigan fakultetlararo institut birinchiligi

REJA-GRAFIGI

T-r	Sport turi	O'tish vaqti	O'tish joyi	Ma'sul	izoh
1	Mini-futbol	22.09.2025	Gulira'no	I.Erdonov	
2	Voleybol (o'g'il)	26.09.2025	Sh.Rashidov	R.Salomov	
3	Voleybol (qiz)	25.09.2025	Gulira'no	R.Salomov	
4	Stol tennisi(O'g'il-qiz)	29.09.2025	Gulira'no	S.G'aniev	
5	Yengil atletika (O'g'il-qiz)	03.10.2025	Gulira'no	K.Hukimayev	
6	Badminton (O'g'il-qiz)	07.10.2025	Sh.Rashidov	I.Islomov	
7	Basketbol (O'g'il)	09.10.2025	Gulira'no	O.Bo'riyev	
8	Basketbol (qiz)	09.10.2025	Gulira'no	O.Bo'riyev	
9	Kurash (O'g'il-qiz)	14.10.2025	Gulira'no	S.Jurayev, R.ILmatova	
10	Gandbol (O'g'il)	17.10.2025	Gulira'no	Sh.Ergashev	
11	Gandbol (qiz)	17.10.2025	Gulira'no	Sh.Ergashev	
12	Shaxmat (O'g'il-qiz)	20.10.2025	ARM	O.Ziyoyev	
13	Stridbol (O'g'il-qiz)	22.10.2025	Gulira'no	O.Bo'riyev	
14	Vorkout	24.10.2025	Sh.Rashidov	K.Hukimayev	

Izoh: Ushbu reja-grafik asosida o'tkaziladigan institut birinchiligi oldidan barcha fakultetlarda fakultet birinchiligi o'tkaziladi. Unda fakultet dekani, MMIBDO, tyutorlar, hamda “Jismoniy tarbiya va sport” kafedrasidan birlashtirilgan quyidagi professor-o'qituvchilar ma'sul. Pedagogika fakultetida K.Hukimayev, Aniq va tabiiy fanlar fakultetida I.Islomov, Filologiya fakultetida A.Tolipov, Tadbirkorlik va boshqaruv fakultetida O.Bo'riyev.

Musobaqalar kunning ikkinchi yarmida soat 14.00 dan boshlab o'tkaziladi.



1. Futbol: O'zbekiston CAFA Nations Cup Chempioni! Sentyabr oyining eng yorqin voqeasi – O'zbekiston milliy terma jamoasining CAFA Nations Cup 2025 turnirida g'alaba qozonishi bo'ldi.

2. Superligada Chempionlik Kurashi Avjida Mahalliy futbol musobaqalari ham sentyabrda o'zining qizg'in pallasiga kirdi.

Superliga, 21-tur "O'zbek klassikasi": "Paxtakor" - "Neftchi" 13-sentyabr kuni bo'lib o'tgan bu uchrashuv chempionlik poygasida hal qiluvchi ahamiyat kasb etdi. Superliga, 22-tur OKMK va "Bunyodkor" to'qnashuvi 19-sentyabr. Kuchli uchlik uchun kurashayotgan jamoalarning o'zaro bahsi muxlislarning diqqat markazida bo'ldi. O'zbekiston Kubogi Finalchilar aniqlanish arafasida Sentyabr oxiriga kelib kubok g'olibi nomi uchun kurash yakuniy bosqichga kirdi.



O'zbekiston Sport Yangiliklari: Sentyabr 2025

3. Milliy Terma Jamoadagi Yangiliklar Yangi Homiylik Shartnomasi: 16-sentyabr kuni O'zbekiston futbol assotsiatsiyasi (O'FA) va "Uzum" Milliy Raqamli Ekosistemi o'rtasida hamkorlik kelishuvi imzolandi. Bu bitim 2026-yilgi Jahon chempionatiga tayyorgarlikni kuchaytirishga qaratilgan.

"Urugvay" bilan O'rtoqlik Uchrashuvi: Jahon chempionati saralashiga tayyorgarlik doirasida O'zbekiston terma jamoasi oktyabr oyida kuchli raqib – Urugvayga qarshi Kuala-Lumpurda (Malayziya) o'yin o'tkazishi ma'lum qilindi. Bu uchrashuv futbolchilarning tajribasini oshirish uchun muhim sinov bo'ladi.



SPORT INFRASTRUKTURASI VA RIVOJLANISH

Yangi Olimpiya Shaharchasi: O'zbekiston sportidagi muhim qadam sifatida, Yangi Toshkentdagi Olimpiya shaharchasi qurilishi uch yillik mehnatdan so'ng avgust oyining oxiri — sentyabr oyining boshlarida yakunlanganligi e'lon qilindi. Bu majmua kelajakdagi yirik xalqaro musobaqalarga mezbonlik qilishga, shuningdek, sportchilarni tayyorlashga xizmat qiladi.

BOKS VA (DOPING NAZORATI)

Doping Mojarosi: Sentyabr oyida og'ir atletika bo'yicha Olimpiya chempioni Lazizbek Mullajonov doping nazoratidan ijobiy natija chiqqani sababli mo'jaroli xabarlar tarqaldi. Bu masala sport jamoatchiligida keng muhokamalarga sabab bo'ldi va O'zbekiston sportida dopingga qarshi kurash mavzusini kun tartibiga olib chiqdi.

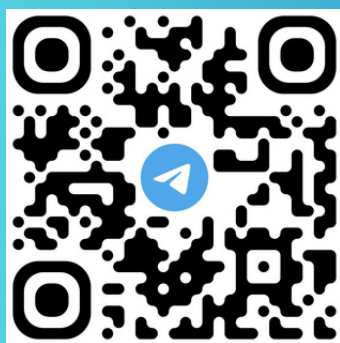


AKADEMIYA HAMKORLIGI

Gollandiyaning mashhur "Ayaks" futbol klubi Navbahor futbol akademiyasiga uch yil muddatga rahbarlik qilish bo'yicha kelishuv imzoladi. Bu yosh futbolchilarni xalqaro standartlar asosida tayyorlashga qaratilgan muhim qadamdir.

O'zbekiston Sport Yangiliklari: Sentyabr 2025

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



TAHRIRIYAT:

DENOV TADBIRKORLIK VA PEDAGOGIKA INSTITUTI
JISMONIY TARBIYA VA SPORT

📍 MANZIL: DENOV SHAHRI, DTPI BINOSI

☎️ TEL: +998 99 378 8974