

## OLIV TA'LIM MUASSASALARIDA SPORT VA SOG'LOMLASHTIRUVCHI TURIZMNI O'RGANISHDA ZAMONAVIY YANDASHUVLAR

V.Sh. Raximov

Mirzo Ulug'bek nomidagi O'zbekiston Milliy universiteti  
Taekvondo va sport faoliyati fakulteti dekani.

<https://doi.org/10.5281/zenodo.10425686>

**Annotatsiya.** Ushbu maqolada "Jismoniy tarbiya va sport va sog'lomlashtirish turizmi" moduli bo'yicha o'quv dasturining bajarilishi muhokama qilinadi. "Sport faoliyati (sport turlari bo'yicha)" ta'lim yo'nalishi bo'yicha talabalarni o'qitish jarayonida ushbu modulning ahamiyati tahlil qilinadi. O'quv mashg'ulotlarini tashkil etish jarayonida modulning ijobiy tomonlari o'rganildi.

**Tayanch so'zlar:** jismoniy tarbiya, sport-sog'lomlashtirish turizmi, sog'lomlashtirish, modul, tarbiya, o'quv reja, o'quv dastur, mustaqil talim.

### MODERN APPROACHES TO THE STUDY OF SPORTS AND HEALTH TOURISM IN HIGHER EDUCATION INSTITUTIONS

**Abstract.** This article discusses the implementation of the curriculum for the module "Physical education and sports and health tourism". The significance of this module in the process of teaching students in the educational direction "Sports activity (by type of sport)" is analyzed. The positive features of the module in the process of organizing training have been investigated.

**Key words:** physical training, sports and health tourism, health improvement, module, training, curriculum, training programme, independent education.

### СОВРЕМЕННЫЕ ПОДХОДЫ К ИЗУЧЕНИЮ СПОРТИВНО- ОЗДОРОВИТЕЛЬНОГО ТУРИЗМА В ВУЗАХ

**Аннотация.** В данной статье рассматривается вопрос реализации учебной программы по модулю «Физическое воспитание и спортивно-оздоровительный туризм». Проанализировано значение данного модуля в процессе обучения студентов по образовательному направлению «Спортивная деятельность (по видам спорта)». Исследованы положительные особенности модуля в процессе организации обучения.

**Ключевые слова:** физическое воспитание, спортивно-оздоровительный туризм, оздоровление, модуль, воспитание, учебный план, учебная программа, самостоятельное образование.

Hozirgi vaqtda turizm jahon iqtisodiyotining yetakchi tarmoqlaridan biriga aylandi. Bu borada O'zbekistonda turizm sohasini modernizatsiya qilish, sohani barqaror rivojlantirish bo'yicha normativ-huquqiy bazani rivojlantirish va takomillashtirish, xorijlik mehmonlarga xalqaro andozalar asosida xizmat ko'rsatishni tashkil etishga alohida e'tibor qaratilmoqda. Mamlakatimizda mustaqillik yillarida xalqning tarixiy-madaniy merosini asrab-avaylash va yuksaltirish, milliy an'ana va urf-odatlarini tiklash, Respublikamizning diqqatga sazovor joylarini tiklash va tartibga keltirish bilan birga bu borada muhim yutuq amalga oshirildi [1].

Keyingi yillarda Respublikamizda turizm va sport sohasini yanada rivojlantirish, aholini jismoniy tarbiya va sportga keng jalb etish, infratuzilmani yaxshilash, madaniy merosni asrab-avaylash va sayyohlarning sayohati uchun qulay shart-sharoitlar yaratishga qaratilgan kompleks

chora-tadbirlar bosqichma-bosqich amalga oshirilmogda, turizm salohiyati yuqori bo'lgan hududlarning o'zaro bog'lanishini ta'minlash [2].

YUNESKOning Butunjahon merosi ro'yxatiga kiritilgan turli davr va sivilizatsiyalarga oid 7 mingdan ortiq moddiy madaniy meros obyektlari, jumladan, Buxoro, Xiva, Samarqand va Shahrisabzning tarixiy markazlari mavjudligi mamlakatimiz salohiyatidan dalolatdir. Dunyoga mashhur tarixiy obidalar, zamonaviy shaharlar, O'zbekistonning betakror tabiati (tog'lari va lanshavlari), betakror milliy taomlari, shuningdek, xalqimizning betakror mehmondo'stligi sayohatchilarni o'ziga tortadi. Shu bilan birga, yaratigan imkoniyatlarga qaramay, turizm, sport va madaniy merosni rivojlantirish borasidagi ishlar yetarli darajada tashkil etilmagani, yechimini topmagan masalalar ham mavjud raqamlashtirish va davlat-xususiy sheriklik, jumladan, ushbu sohalarida xususiy sektorning rolini oshirish. Turizm, sport va madaniy meros sohalarida zamonaviy boshqaruv mexanizmlarini joriy etish, shuningdek, ushbu hududlarda infratuzilmani jadal rivojlantirish, ob'yektlarni samarali ishlatish va aholi uchun zarur shart-sharoitlarni yaratish maqsadida ilg'or xorijiy texnologiyalar asosida O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2021-yil 6-aprelda imzolangan "Turizm, sport va madaniy meros sohalarida davlat boshqaruvi tizimini yanada takomillashtirish chora-tadbirlari to'g'risida"gi farmoni asoslaridan biri bo'lgan mustahkam normativ-huquqiy baza shakllantirildi [3].

Farmon asosida O'zbekiston Respublikasi Turizm va sport vazirligining turizm sohasidagi asosiy vazifalari va faoliyatidan biri sifatida quyidagilar belgilandi: turizm turlarini diversifikatsiya qilish, birinchi navbatda, turizmni rivojlantirish. ziyorat, ekologik, etnografik, ishbilarmonlik, sport, gastronomik, tibbiy, o'quv va ilmiy turizmni, shuningdek, ularning infratuzilmasini rivojlantirish bo'yicha kompleks chora-tadbirlarni amalga oshirish; turizm sohasida kadrlarni tayyorlash, qayta tayyorlash va ularning malakasini oshirishni yuqori saviyada tashkil etish, tarmoq turizmi fanini rivojlantirishga ko'maklashish va boshqalar [3].

Hozirgi vaqtda O'zbekiston Respublikasida sport-sog'lomlashtirish turizmi tizimida muammolar yuzaga keldi. Shaharlar va viloyat markazlarining turistik klublari, jismoniy tarbiya guruhlarining turistik seksiyalari, respublika va viloyat sport turizmi federatsiyalari faoliyati tugatildi. Bolalar va o'smirlar turizmi katta qiyinchiliklarni boshdan kechirmogda. Turistik tashkilotchilar, dam olish kunlari sayohatlari rahbarlari, toifali marshrutlar, turizm bo'yicha instruktorlarning keskin etishmasligi mavjud edi. Turistik aktivlarni tayyorlash bo'yicha o'quv-mashg'ulot yig'inlari, turistik jihozlar bo'yicha musobaqalar, sport mahoratini oshirish maqsadida o'tkazilgan uzoq masofalarga sayohatlar tarixi o'tib ketdi. Mavjud vaziyat sport turizmi bo'yicha tajribali mutaxassislar bilan sport sayohatlarini o'tkazish, toifa me'yorlarini bajarish uchun ko'nikma va bilim olishga intilayotgan yoshlar o'rtasida katta yosh farqiga olib keldi. Ushbu tendentsiyalarning yanada rivojlanishi O'zbekistonda o'tgan yillarda to'plangan tajribani butunlay yo'qotish bilan tahdid qilmogda [4].

Kredit-modulli ta'lim tizimiga o'tish davrida sport-sog'lomlashtirish turizmi (SST) bo'yicha mutaxassislarning kasbiy tayyorgarligini shakllantirish zarurati, jumladan, ta'lim tashkilotlari tomonidan turistik-ekskursiya faoliyatini tashkil etishdagi o'ta noqulay vaziyat bilan bog'liq. , shu jumladan maktablar, kollejlari, universitetlar, qo'shimcha ta'lim tashkilotlari va faol turizm bilan shug'ullanadigan boshqa tashkilotlar.

Yuqorida sanab o'tilgan ta'lim muassasalarida ishlash uchun SST xodimlarini tayyorlash ko'pincha talabalarga faol turistik tadbirlarni tashkil etish va o'tkazishning amaliy ko'nikmalarini singdirmasdan amalga oshiriladi, bu, ayniqsa, tabiiy sharoitlarda turistik tadbirlarni o'tkazishda (turistik sport va dam olish sayohatlari, mitinglar, musobaqalar). Natijada, hozirgi vaqtda ham davlat ta'lim muassasalari (maktablar, kollejlari, oliy o'quv yurtlari), ham faol turizm sayohatlarini tashkil etishga ixtisoslashgan kompaniyalar turistik sayohatlarning tashkilotchilari va rahbarlari (o'qituvchilari, qo'shimcha ta'lim o'qituvchilari, yo'l-yo'riqlarni yengish yo'nalishlari bo'yicha instruktor-gidlar) sifatida foydalanilmoqda. turli xil tabiiy to'siqlar), "Turizm menejeri", "Ijtimoiy-madaniy xizmat ko'rsatish va turizm", "Turizm", "Dam olish va sport-sog'lomlashtirish turizmi" va boshqa ba'zi boshqa yo'nalishlar bo'yicha malakasi past mutaxassislar yoki o'qituvchilar oliy yoki o'rta maxsus ma'lumotga ega bo'lmagan, lekin jamoat tashkilotlaridan "instruktorlik guvohnomasi" olgan. Jismoniy tarbiya va sport ta'limi sohasidagi qator mutaxassislar fikricha, bugungi kunda jismoniy tarbiya va sport bo'yicha yuqori malakali mutaxassislar tayyorlash jarayonini amalga oshirish uchun sportchilarni tayyorlash dasturlarini ta'lim dasturlari bilan uyg'unlashtirish yo'llarini izlash zarur. kasbiy tayyorgarlik uchun [5].

Ma'lumki, turizm, xususan, sport-sog'lomlashtirish turizmi bo'yicha kasbiy ta'lim turizm harakatini har tomonlama rivojlantirish uchun mas'ul mutaxassis imidjini shakllantiradi. Sport-sog'lomlashtirish turizmini rivojlantirishning asosiy shartlari turizm profili bo'yicha mutaxassislar tayyorlashning samarali tizimini shakllantirish hisoblanadi. Shu munosabat bilan turizm sohasini yanada rivojlantirish dasturining ham, turizm sohasini yanada rivojlantirish dasturining ham yetakchi vazifasi sifatida turizm mutaxassislarini tayyorlashda o'quv jarayonini tashkil etishni takomillashtirish, ularning kasbiy va ishbilarmonlik fazilatlarini shakllantirish vazifasi ilgari surilgan. turistik ta'lim-pedagogik tizimini shakllantirish. Sport va sog'lomlashtirish turizmi bo'yicha kasbiy ta'lim tizimini takomillashtirish zarurati jamiyatning ijtimoiy buyurtmasi bilan bog'liq: bugungi kunda ish beruvchilar tomonidan bitiruvchilarni tayyorlash sifati darajasiga qo'yiladigan talablar o'zgarimoqda, buning natijasida pedagogik faoliyatga qo'yiladi. Zamon talablariga javob beradigan va ta'lim xizmatlari bozorida ixtisoslashtirilgan ta'lim muassasasining barqaror o'rnini ta'minlaydigan sport-sog'lomlashtirish turizmi uchun kasbiy ta'limning bunday modelini ishlab chiqish zarur [6,7].

Tadqiqotning maqsadi: "Jismoniy tarbiya va sport va sog'lomlashtirish turizmi" moduli bo'yicha ishlab chiqilgan o'quv dasturining "Sport faoliyati (sport turlari bo'yicha)" yo'nalishi bo'yicha tahsil olayotgan talabalarning o'quv jarayonidagi ahamiyatini o'rganishdan iborat. Tadqiqot predmeti: "Jismoniy tarbiya va sport va sog'lomlashtirish turizmi" fanidan kredit-modul dasturi. Tadqiqot ob'ekti: Mirzo Ulug'bek nomidagi O'zbekiston Milliy universitetining "Taekvondo va sport faoliyati" fakulteti.

Tadqiqot usullari: o'quv reja va o'quv dasturining qurilishini tahlil qilish.

Universitet rahbariyati tomonidan tasdiqlangan va O'zbekiston Respublikasi Oliy va o'rta maxsus ta'lim vazirligi bilan kelishilgan o'quv rejasiga asosan "Jismoniy tarbiya va sport va sog'lomlashtirish turizmi" fanining kredit-modulli o'quv rejasiga belgilangan va o'qitilmoqda. "Umumiy kasbiy fanlar" bo'limi. 61010303-"Jismoniy tarbiya va sport va sog'lomlashtirish turizmi" ta'lim yo'nalishi bo'yicha bakalavriat tayyorlash bo'yicha o'quv rejasiga muvofiq fanni o'qitish 2-kurs 4-semestrda ajratilgan 120 soat doirasida amalga oshiriladi (amaliy mashg'ulotlar,

mustaqil ta'lim). Ushbu o'quv dasturi talabani kasbiy tayyorgarligi uchun hal qiluvchi ahamiyatga ega, chunki asosiy e'tibor jismoniy tarbiya va sport va sog'lomlashtirish turizmining nazariy va amaliy, normativ-huquqiy, huquqiy va tashkiliy va boshqaruv asoslarini shakllantirishga qaratilgan bo'lib, u ko'p qirrali asosda amalga oshiriladi. aholiga dam olish va sayyohlik xizmatlarini ko'rsatishda samarali foydalanish imkoniyatlari. Sport-sog'lomlashtirish turizmining imkoniyatlarini, uning iqtisodiy, sog'lomlashtirish, kognitiv va tarbiyaviy ahamiyatini to'liq tushunish uchun ijtimoiy, psixologik va iqtisodiy qonuniyatlarni, shuningdek, bilimning boshqa sohalarida sodir bo'ladigan jarayonlarni hisobga olish kerak. Bundan tashqari, ushbu kursni o'rganish jarayonida talabalar tomonidan shakllantirilgan amaliy va uslubiy ko'nikmalar va bilimlarsiz dam olish va turizm sohasidagi ushbu jarayonlarni tushunish deyarli mumkin emas.

“Jismoniy tarbiya va sport va sog'lomlashtirish turizmi” fanini o'zlashtirishning vazifalari quyidagilardan iborat: turizm, uning maqsad va vazifalari haqida bilim va tushunchalar berish. Turizmning kelib chiqishi va rivojlanishi tarixi. Turizmni tartibga solish dasturi va tashkiliy asoslarining tavsifi; talabalarda sport-sog'lomlashtirish turizmi vositalari va usullari orqali aholi bilan dam olish va dam olish faoliyatini o'tkazish bo'yicha asosiy nazariy bilim va amaliy ko'nikmalarni shakllantirish; talabalarni sog'lom turmush tarzi, turizmning madaniy, tarixiy va ekologik qadriyatlarini bilan tanishtirish. Talabalarda atrof-muhitni muhofaza qilish va turistik tadbirlar ishtirokchilari xavfsizligini ta'minlash uchun fuqarolik va kasbiy mas'uliyat hissini shakllantirish; aholining turli yosh-jins guruhlari bilan sport, shuningdek, turistik va rekreatsion ishlarni o'tkazishning asosiy amaliy va tashkiliy-uslubiy ko'nikmalarini shakllantirish; o'quvchilarda turistik o'quv mashg'ulotlari texnikasidan mustaqil foydalanish, aholiga dam olish, sog'lomlashtirish va turistik xizmatlar ko'rsatish jarayonida ulardan mohirona foydalanish ko'nikmalarini va asosiy kasbiy-pedagogik malakalarini shakllantirish; shaxsning jismoniy holatini mustahkamlash maqsadida sport-sog'lomlashtirish turizmidan foydalanish shakllari, usullari va qonuniyatlari, shuningdek, uning tarbiyaviy-tarbiyaviy salohiyati va amaliy roli to'g'risida talabalarda bilimlarni shakllantirish. Shu bilan birga, o'quv rejasida jismoniy tarbiya va sport va sog'lomlashtirish turizmining shakllari, metodlari, universitet talabalari bilan turistik tadbirlarni tashkil etish uslublari, sport va turistik sayohatlarga tayyorlash va zarur jihozlar, oziq-ovqat, dori-darmonlar va jarohatlarda birinchi tibbiy yordam, tanishish topografiya bilan. Ta'limning nazariy, amaliy va mustaqil bo'limlarida ushbu fanni o'zlashtirish jarayonida talabalar quyidagi kompetensiyalarga ega bo'lishi nazarda tutiladi:

- pedagogik faoliyatda: sport, rekreatsion-sog'lomlashtirish, turistik-o'lkashunoslik, rekreatsion-dam olish va rekreatsion-reabilitatsiya faoliyatining pedagogik jarayonining maqsad va vazifalarini mustaqil ravishda belgilay oladi; etnik-madaniy va ijtimoiy-demografik omillarni hisobga olgan holda, belgilangan vazifalarga mos keladigan ta'lim-tarbiya, turistik-ma'rifiy, rekreatsion-dam olish va rekreatsion-reabilitatsiya tadbirlari vositalari va usullarini tanlay oladi; o'quv-mashg'ulot, rekreatsion-sog'lomlashtirish va turizm-o'lkashunoslik faoliyati bilan bog'liq bo'lgan harakat harakatlarini o'rgatish vositalari, uslublari va usullarini amaliyotda qo'llashga, ularni amalga oshirish samaradorligini nazorat qilishga, ularni takomillashtirish texnikasini ishlab chiqishga va foydalanishga tayyor; har xil davomiylikdagi tsikllar uchun mashg'ulotlar va tadbirlar o'tkaziladigan joylarning turli iqlim va geografik sharoitlarida shaxsning psixofizik

imkoniyatlariga mos keladigan yukning kattaligini aniqlay oladi; shaxsning kasbiy faoliyati, uning kasbiy o'sishi va rivojlanishi uchun barqaror motivatsiyani shakllantirishga qodir;

- tashkiliy-boshqaruv faoliyatida: ko'rsatilayotgan turistik va rekreatsion xizmatlar sifatini nazorat qilishni tashkil etish va ta'minlashga tayyor; ta'lim, madaniyat va dam olish, sanatoriy-kurort, dam olish va sog'lomlashtirish muassasalarida ko'ngilochar va dam olish, ommaviy jismoniy tarbiya, turistik, o'lkashunoslik va sport tadbirlarini tashkil etish va o'tkazishga tayyor; aholining turli ijtimoiy-demografik guruhlar va turistlar uchun sog'lomlashtirish va rekreatsion xizmatlarning sikllarini loyihalashtira oladi; shaxsning salomatligi va ijtimoiy moslashuvini mustahkamlash maqsadida aholining turizm va o'lkashunoslikning turli qadriyatlari va vositalaridan foydalanish, dam olish va rehabilitatsiya qilish bo'yicha faoliyatini rejalashtirish va tashkil etishga tayyor; sport-sog'lomlashtirish turizmi, aholining motorli dam olishi va rehabilitatsiyasi bo'yicha dasturlarni, o'quv rejimlarini ishlab chiqishga, ularni turli xil davomiylikdagi sinflar tsikllarida amalga oshirish uchun tegishli vositalar va usullarni tanlashga tayyor. Ushbu modulning o'ziga xos xususiyati shundaki, talabaning ixtisoslashtirilgan tayyorgarligi qoidalarining aksariyati turistik faoliyatning turli xil turlari bo'yicha asosiy ko'nikmalarni talab qiladi. Shu munosabat bilan joylarda amaliy (shu jumladan mustaqil) darslarni o'quv topshiriqlarini sifatli bajarish va turistlar xavfsizligini ta'minlaydigan eng keng tarqalgan usullar va maxsus jihozlardan foydalangan holda qo'llash zarur. O'quv jarayonida darslarni o'tkazishning interfaol shakllaridan foydalanish ushbu o'quv modulining asosiy vazifalaridan biridir. Bular: turistik ma'lumotlar bazalari va axborot tizimlari bilan ishlash (turistik ob'yektlar, yo'nalishlar, joylashuv, kirish yo'llari va yaqinlashish haqidagi ma'lumotlarni izlash); elektron bron qilish tizimlari bilan ishlash (avia va temir yo'l chiptalarini bron qilish, mehmonxonalarni bron qilish, turlarni bron qilish); interaktiv talabalar so'rovi shakllari (test nazorati).

Shu bilan birga, ushbu o'quv dasturini o'zlashtirishda talabalarining mustaqil bilim olishlari alohida o'rin tutadi, bu o'quvchilarning musobaqalarni tashkil etish va hakamlilik qilish bo'yicha amaliy ishlarda ishtirok etishi, bolalar bilan sport to'garaklarida ishlash, sport va sog'lomlashtirish sayohatlari, o'quv seminarlari, konferentsiyalar, davlat turizm tashkilotlarida tadbirlar.

Talabalarining mustaqil ta'limi quyidagi vazifalarni hal qilishga qaratilgan bo'ladi: 1) kasbiy ma'lumotlarni idrok etish va tahlil qilish ko'nikmalarini shakllantirish; 2) sport-sog'lomlashtirish turizmini tashkil etish va amalga oshirish ko'nikmalarini shakllantirish; 3) qarorlar qabul qilish va ularni amalga oshirish qobiliyatini rivojlantirish va takomillashtirish; 4) kasbiy muammolarni mustaqil o'rganishda ijodiy qobiliyatlarni rivojlantirish va takomillashtirish.

- qo'yilgan barcha vazifalarni (navbatchi, komandir, yo'l boshchi, tartibchi, oshpaz, komendant, muxbir va boshqalar) bajaradilar, shuningdek, rivojlantiradilar. Ushbu yo'nalishda ma'lum ko'nikmalar;

- barcha tadbirlar va sport turizmi sayohatlari jurnalini yuritish va eng muhim va qiziqarli voqealarni, topshiriqlarni (sayohat taassurotlari, bajarilgan topshiriqlar, gimnastika majmuasi, landshaftlar, turli musobaqalar, o'simlik va hayvonot dunyosi, joy nomlari, etakchi ishchilarning hayoti va boshqalar) yozib olish.

- muntazam yozib olishni nazarda tutish mumkin.

- amaliy va yozma uy vazifalarini yechish (sxemalar, xaritalar, topografik belgilar chizish va joylar tarixini yozish, fotomontajlar qilish va boshqalar), joylarni suratga olish.

- sport-sog'lomlashtirish turizmi sayohatlarida o'tkaziladigan barcha tadbirlarda (joyni aniqlash, azimutda yurish, arqonga osish, birinchi tibbiy yordam ko'rsatish, o'z vaqtida chodir qurish, ovqat tayyorlash, plakat chiqarish, qo'shiq aytish yoki she'r o'qish va hokazo) faol ishtirok etish).

Xulosa. "Sport faoliyati (sport bo'yicha)" ta'lim yo'nalishi bo'yicha tahsil olayotgan talabalar uchun mo'ljallangan "Jismoniy tarbiya va sport va sog'lomlashtirish turizmi" o'quv dasturini tahlil qilish natijasida talabalarga:

Bilish: sport, dam olish va sog'lomlashtirish, turizm va o'lkashunoslik, rekreatsiya va hordiq chiqarish hamda rekreatsion-reabilitatsiya faoliyatining pedagogik jarayonining maqsad va vazifalarini; sport-sog'lomlashtirish turizmining asosiy tushunchalari, normativ-huquqiy va tashkiliy-uslubiy asoslari; jismoniy tarbiya va sport hamda sog'lomlashtirish turizmini rivojlantirish istiqbollari va asosiy yo'nalishlari; sport-sog'lomlashtirish turizmining asosiy turlari, shakllari va mazmuni.

Ko'nikmalarga ega bo'lish: o'quv-mashg'ulot, rekreatsion-sog'lomlashtirish va turizm-o'lkashunoslik faoliyati bilan bog'liq harakat harakatlarini o'qitish vositalari, uslublari va usullarini amaliyotda qo'llash, harakat harakatlarini o'qitish usullarini amalga oshirish samaradorligini nazorat qilish; motor harakatlarini takomillashtirish usullarini ishlab chiqish va ulardan foydalanish; etnik-madaniy va ijtimoiy-demografik omillarni hisobga olgan holda ta'lim-tarbiya, turistik-ma'rifiy, rekreatsion-dam olish va rekreatsion-reabilitatsiya tadbirlarining tegishli vositalari va usullarini tanlash; turli xil davomiylik davrlari uchun mashg'ulotlar va tadbirlar o'tkaziladigan joylarda turli iqlim va geografik sharoitlarda shaxsning psixofizik imkoniyatlariga mos keladigan yuklarning kattaligini aniqlash; ta'lim, madaniyat va dam olish, sanatoriy-kurort, dam olish va sayyohlik va o'lkashunoslik muassasalarida dam olish, dam olish, jismoniy tarbiya, turistik, o'lkashunoslik va sport tadbirlarini tashkil etish va o'tkazish; aholining turli ijtimoiy-demografik guruhlari va turistlar uchun sport va sog'lomlashtirish xizmatlari ko'rsatish sikllarini loyihalash; shaxsning salomatligini mustahkamlash va ijtimoiy moslashuvini mustahkamlash maqsadida aholining turizm va o'lkashunoslikning turli qadriyatlari va vositalaridan foydalanish, dam olish va reabilitatsiya qilish bo'yicha faoliyatini rejalashtirish va tashkil etish; sport-sog'lomlashtirish turizmi, aholining motorli dam olishi va reabilitatsiyasi bo'yicha dasturlar, mashg'ulotlar rejimlarini ishlab chiqish, ularni turli xil davomiylikdagi sinflar tsikllarida amalga oshirishning tegishli vositalari va usullarini tanlash. Ega bo'lish: barcha turdagi ta'lim muassasalarida, turizm va dam olish muassasalarida turizm va dam olish va sog'lomlashtirish xizmatlarining innovatsion texnologiyalari; turistik texnika va taktikani qabul qilish; shaxsning kasbiy faoliyati, uning kasbiy o'sishi va rivojlanishi uchun barqaror motivatsiyani shakllantirish usullari; ko'rsatilayotgan sport-sog'lomlashtirish xizmatlari sifatini nazorat qilishni tashkil etish va ta'minlash usullari. Yuqoridagilardan kelib chiqib, sport-sog'lomlashtirish turizmining asosiy tarkibiy qismlari quyidagilardan iborat bo'lishi kerak, deb hisoblaymiz: millatning ma'naviy va jismoniy rivojlanishi, sog'lom turmush tarzi, piyoda sayyohlik ko'nikmalari va instruktorlar malakasini oshirish, ularning salomatligini mustahkamlash va ijtimoiy moslashuvi.

## REFERENCES

1. O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining 2020-yil 24-yanvardagi “O‘zbekiston Respublikasida jismoniy tarbiya va sportni yanada takomillashtirish va ommaviylashtirish chora-tadbirlari to‘g‘risida”gi PF-5924-son Farmoni.
3. O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining “Turizm, sport va madaniy meros sohalarida davlat boshqaruvi tizimini yanada takomillashtirish chora-tadbirlari to‘g‘risida”gi 06.04.2021 yildagi PF-6199-son Farmoni.
4. Rahimov V.Sh. Zamonaviy jamiyatda jismoniy tarbiya va sportning ijtimoiy vazifalari. Ta'lim fanlaridagi tadqiqotlar va mulohazalarning Yevropa jurnali, jild. 8 Yo'q. 12, 2020 III qism ISSN 2056-5852.
5. Rahimov V.Sh. Jismoniy tarbiya bo'yicha mutaxassislar tayyorlash sifatini oshirishga innovatsion yandashuvlar. Ta'lim fanlaridagi tadqiqotlar va mulohazalarning Yevropa jurnali, jild. 8 Yo'q. 12, 2020, 225-230.
6. Rakhimov V.Sh. Social functions of physical culture and sports in modern society. European Journal of Research and Reflection in Educational Sciences Vol. 8 No. 12, 2020 Part III ISSN 2056-5852.
7. Rakhimov V.Sh. Innovative approaches to improving quality training specialists in physical education. European Journal of Research and Reflection in Educational Sciences Vol. 8 No. 12, 2020, 225-230.
8. RAXIMOV V. Social functions of physical culture and sports in modern society //European Journal of Research and Reflection in Educational Sciences. – 2020.
9. RAXIMOV V. Innovative approaches to improving quality training specialists in physical education //European Journal of Research and Reflection in Educational Sciences. – 2020.
10. Arzibayev K. O., Sh R. V. Effects On Performance By Electronic Training Equipment For Young Karatists.« //Psychologi and education» Journal. – 2021. – T. 58. – №. 2. – С. 11488-11490.
11. Arzibayev K. O. V. Sh. Rahimov Influence of Basketball on the Mental and Physical Development of the Personality.« //International Journal of Future of Generation Communication and Networking. – 2021. – T. 14. – №. 1. – С. 768-772.
12. Ziyadullaev K. S. et al. Creation of a model of development of sports marketing in modernization of sports management system in Uzbekistan //Journal of Physical Education and Sport. – 2022. – T. 22. – №. 1. – С. 19-25.
13. РАХИМОВ В. РАЗВИТИЕ ЖИЗНЕННО ВАЖНЫХ НАВЫКОВ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ У СТУДЕНТОВ: ПРОБЛЕМЫ И ПУТИ ЕГО РЕШЕНИЯ //http://science. nuu. uz/uzmu. php.
14. Rakhimov V. S. MODERN APPROACHES TO SPORTS AND HEALTH TOURISM TRAINING //Conferencea. – 2021. – С. 42-46.
15. RAXIMOV V. Social functions of physical culture and sports in modern society //European Journal of Research and Reflection in Educational Sciences. – 2020.
16. Elmuradova M. U., Rakhimov V. S. EFFICIENCY OF USING NATIONAL AND ACTIVE GAMES IN PHYSICAL TRAINING AND SPORTS PRACTICES //Актуальные проблемы физического воспитания студентов. – 2022. – С. 176-177.

17. Khahhorova X., Rakhimov V. S. NON-TRADITIONAL PHYSICAL TRAINING AND SPORTS MANAGEMENT //Актуальные проблемы физического воспитания студентов. – 2022. – С. 170-172.
18. Акбаров F. M., Inogamov I. I., Rakhimov V. S. THE PHYSICAL OF THE YOUNG GENERATION THROUGH MOVING GAMES DEVELOPING PREPARATION. – 2021.
19. Inogamov I. I., Sobirova K. A., Rakhimov V. S. THE QUESTION ABOUT THE METHODOLOGY OF LEARNING HAND STANDS. – 2021.
20. Акбаров F. M., Khasanova I. K., Rakhimov V. S. THE ESSENCE OF SPORT MARKETING. – 2021.
21. Rakhimov V. S., Акбаров F. M., Inogamov I. I. PSYCHOLOGICAL TRAINING OF PERSPECTIVE ATHLETES AT THE MODERN STAGE //АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА В СОВРЕМЕННЫХ СОЦИАЛЬНО-ЭКОНОМИЧЕСКИХ УСЛОВИЯХ. – 2021. – С. 469-472.
21. Холов В. А., Рахимов В. Ш., Симаков Д. В. ОБЗОР ПРОСТРАНСТВЕННАЯ МОДЕЛЬ БИОЛОГИЧЕСКИ АКТИВНЫХ ТОЧЕК //XCVI Международных научных чтений (памяти ГН Бабакина). – 2020. – С. 31-35.
22. Shavkatovich R. V. INNOVATIVE APPROACHES TO IMPROVING QUALITY TRAINING SPECIALISTS IN PHYSICAL EDUCATION //European Journal of Research and Reflection in Educational Sciences Vol. – 2020. – Т. 8. – №. 2.
23. RAXIMOV V. Innovative approaches to improving quality training specialists in physical education //European Journal of Research and Reflection in Educational Sciences. – 2020.
24. Shavkatovich R. V. SOCIAL FUNCTIONS OF PHYSICAL CULTURE AND SPORTS IN MODERN SOCIETY.
25. Shavkatovich R. V. INNOVATIVE APPROACHES TO IMPROVING QUALITY TRAINING SPECIALISTS IN PHYSICAL EDUCATION //European Journal of Research and Reflection in Educational Sciences Vol. – 2020. – Т. 8. – №. 2.
27. Давурбаева М. Ж., Казоқов Р. Т., Мадаминов М. П. ТАЛАБА ЁШЛАРНИНГ МУСТАҚИЛ ТАЪЛИМ ОЛИШДАГИ БИЛИМ ВА КЎНИКМАЛАРИНИНГ ТАКОМИЛЛАШТИРИШДА ИНТЕРНЕТ РЕСУРСЛАРИДАН ФОЙДАЛАНИШНИНГ АХАМИЯТИ //Академические исследования в современной науке. – 2023. – Т. 2. – №. 5. – С. 26-31.
28. Давурбаева М.Ж.,Казоқов Р.Т., Мадаминов М.П.Ёшларнинг мустақил таълим олишдаги билим ва кўникмаларининг такомиллаштиришда интернет ресурсларидан фойдаланишнинг ахамияти//ACADEMIC RESEARCH IN MODERN SCIENCE. - 2023/2/14. – Т. 2. – №. 5. – С. 26-31.
29. Казоқов Р. Т., Жўракўзиев О. О., Эшпўлатов С. С. СПОРТ МУАССАСАЛАРИДА ТАРБИЯВИЙ ТАДБИРЛАРДА МИЛЛИЙ-МАЪНАВИЙ ҚАДРИЯТЛАРДАН ФОЙДАЛАНИШ //Академические исследования в современной науке. – 2023. – Т. 2. – №. 13. – С. 238-248.
30. Казоқов Р.Т., Бўриев Б.Ў., Абдиев Б.Ш., Джўрабаев А.М., Туропов А.Р.КУРАШ МИЛЛИЙ СПОРТ ТУРИНИ РИВОЖЛАНТИРИШНИНГ АСОСИЙ



- ЙЎНАЛИШЛАРИ // МИЛЛИЙ КУРАШ ТУРЛАРИ ВА УЛАРИНИНГ НАЗАРИЙ-АМАЛИЙ МУАММОЛАРИ. - 2023. – Т. 1. – №. 2. – С. 161-163.
31. Джўрабаев А. М., Казоқов Р. Т. Биомеханик таҳлиллар асосида енгил атлетикачиларнинг функционал тайёргарлигидаги корреляция алоқаларининг таҳлили //Yoshlarni qo ‘llab-quvvatlash va aholi salomatligini mustahkamlash yili” ga bag ‘ishlangan. – 2021. – Т. 4. – №. 4. – С. 198-208.
32. Казоқов Р. Т., Расулов А. Ғ., Бўронов А. Б. СПОРТ МАКТАБЛАРИ ЎҚУВ-МАШҒУЛОТ ГУРУҲЛАРИДА ЁШ ФУТБОЛЧИЛАРНИ ТАНЛОВ УСЛУБИЯТЛАРИНИ АСОСЛАШ //Академические исследования в современной науке. – 2023. – Т. 2. – №. 15. – С. 38-46.
33. Kazoqov R. T., Vo'ronov A. B. SPORTDAGI DOLZARB YANGILIKLAR //Академические исследования в современной науке. – 2023. – Т. 2. – №. 15. – С. 47-56.
34. Kazoqov R. T., Pirnazarov S. A., Shamsiddinov S. X. STUDENTS LEARN TO ORGANIZE PROFESSIONAL PHYSICAL TRAINING AND CONTROL PHYSICAL DEVELOPMENT //Modern Science and Research. – 2023. – Т. 2. – №. 6. – С. 1195-1202.
35. Eshpo'latov S. S. METHODS AND PRINCIPLES OF IMPROVING TECHNICAL AND TACTICAL SKILLS AND PHYSICAL TRAINING OF YOUNG VOLLEYBALL PLAYERS //Modern Science and Research. – 2023. – Т. 2. – №. 6. – С. 1296-1302.
36. Kazoqov R. T., Eshpo'latov S. S. YOUNG VOLLEYBALL PLAYERS ARE THE PROCESSES OF ORGANIZING TRAINING SESSIONS //Modern Science and Research. – 2023. – Т. 2. – №. 6. – С. 1303-1310.
37. Pirmatov O. Z., Kazakov R. T. ROLE AND PLACE OF SPORTS AND ACTIVE GAMES IN THE GENERAL STRUCTURE OF EDUCATIONAL AND PRODUCTION PRACTICE //Modern Science and Research. – 2023. – Т. 2. – №. 9. – С. 125-131.
38. Kazakov R. T., Rasulov Q. Q. TRAINING IN INTERNATIONAL WRESTLING TECHNIQUES AND TACTICS //Modern Science and Research. – 2023. – Т. 2. – №. 9. – С. 180-186.
39. Kazoqov R., Akmuradov M. THE IMPORTANCE OF WORKING MEMORY IN MASTERING JUDO SPORTS TECHNIQUES IN ADOLESCENT ATHLETES //Modern Science and Research. – 2023. – Т. 2. – №. 10. – С. 489-494.
40. Kazoqov, R., & Akmuradov, M. (2023). PSYCHOLOGICAL FOUNDATIONS OF JUDO. *Modern Science and Research*, 2(10), 481–488.
41. Kazoqov R. T., Umaraliyeva F. T. DRAW A KINESICYCLOGRAM OF SHORT-DISTANCE RUNNING AND BUILD A TIMELINE //Modern Science and Research. – 2023. – Т. 2. – №. 10. – С. 1201-1208.
42. Kazoqov R. T. et al. IMPROVEMENT OF TECHNICAL TRAINING OF SHORT-DISTANCE ATHLETES //Modern Science and Research. – 2023. – Т. 2. – №. 10. – С. 1077-1084.
43. Kazoqov R. T. et al. STARTING TECHNIQUE IN SHORT DISTANCE RUNNING //Modern Science and Research. – 2023. – Т. 2. – №. 10. – С. 1070-1076.

44. Xalmuxamedov R. et al. ANALYSIS OF THE DEPENDENCE OF THE CONDITIONS OF THE MIDDLE MOUNTAIN OF INDICATORS OF THE INTENSITY ZONES OF TRAINING TRAINING LOADS OF QUALIFIED BOXER WOMEN //Modern Science and Research. – 2023. – Т. 2. – №. 10. – С. 473-483.
45. Turdimuratov Y. A. O 'ZBEKISTONDA BOLALAR SPORTINI RIVOJLANTIRISHGA OID DAVLAT SIYOSATI //Educational Research in Universal Sciences. – 2023. – Т. 2. – №. 2. – С. 144-152.
46. Турдимуратов Я. А. КОЧЕВОЕ ХОЗЯЙСТВО УЗБЕКОВ ЮЖНОГО УЗБЕКИСТАНА В КОНЦЕ XIX–НАЧАЛО XX ВВ //Educational Research in Universal Sciences. – 2022. – Т. 1. – №. 7. – С. 546-557.
47. Шойимардонов, Ш. А., и др. FORMATION OF PEDAGOGICAL SKILLS AND SKILLS IN STUDENTS. вып. 12, Zenodo, декабрь 2023 г.,
48. Умаров Д. Х., Мусаев Б. Б. Сравнительный анализ структуры нагрузки перспективных юных гимнастов в соревновательном макроцикле //Наука и спорт: современные тенденции. – 2015. – Т. 8. – №. 3. – С. 28-31.
49. Kerimov F. et al. Possible associations of 25 (OH) vitamin D status with upper respiratory tract infections morbidity and overtraining syndrome among elite wrestlers //Journal of Physical Education and Sport. – 2019. – Т. 19. – С. 2177-2184.
50. Умаров Д. Х. СПОРТ ТАКОМИЛЛАШУВ БОСҚИЧИДА СПОРТ ГИМАСТИКАЧИЛАРДА ПСИХОЛОГИК КОМПЛЕКС НАЗОРАТНИНГ САМАРАДОРЛИГИНИ АСОСЛАШ //Fan-Sportga. – 2022. – №. 1. – С. 31-33.
51. Умаров Д. Х., Холмуродов Л. З., Курбонов Х. Х. СПОРТНИ ТАКОМИЛЛАШТИРИШ БОСҚИЧИДА ГИМАСТИКАЧИЛАРНИНГ ПСИХОЛОГИК НАЗОРАТ САМАРАДОРЛИГИНИ АСОСЛАШ //Central Asian Research Journal for Interdisciplinary Studies (CARJIS). – 2022. – Т. 2. – №. 2. – С. 354-362.
53. Umarov D. X. et al. JISMONIY MASHQLAR YORDAMIDA MAKTABGACHA YOSHDAGI BOLALARNING JISMONIY SIFATLARINI RIVOJLANTIRISH //Central Asian Research Journal for Interdisciplinary Studies (CARJIS). – 2022. – Т. 2. – №. 2. – С. 363-372.
54. Умаров Д. Х., Умаров М. Н., Эштаев А. К. Оздоровительно-развивающие виды основной гимнастики: Учебное пособие //Издательскополграфический отдел УзГосИФК. – 2006.
55. Bobomurodov A. E. The specific features of agility in preschool children //Mental Enlightenment Scientific-Methodological Journal. – 2021. – Т. 2021. – №. 06. – С. 101-111.
56. Muxitdinovich, F. Y. "Synergetic effect-As an Innovative approach to the Development of the Way of Thinking of Physical Culture and Sports Specialists." *European Journal of Research and Reflections in Education Sciences* 8.12 (2020): 165-170.
57. Якубов, Фазлиддин Мухитдинович. "Бўлажак жисмоний тарбия ва спорт мутахассисларида спорт тафаккури ва унинг услубларини яратиш орқали тафаккур тарзини такомиллаштириш йўллари." *Фан-Спортга* 4 (2019): 17-22.

58. Muqimov, Olim. "СПОРТНИНГ ЖАМИЯТДА ТУТГАН УРНИ ВА ИЖТИМОЙИ-ТАРБИЯВИЙ АҲАМИЯТИ." *Физическое воспитание, спорт и здоровье* 1 (2020).