



# «UZLIKSIZ BILIMLENDIRIW SISTEMASINDA ARALIQTAN OQITIVDIN INTEGRACIYASI»

atamasidagi IV Xalqaraliq ilimiy-teoriyalik konferenciya

## AKTIV VA PASSIV TURIZM TURLARI ORQALI O'QUVCHI-YOSHLARNING JISMONIY FAOLIYATLARINI RIVOJLANTIRISH

**G.K.Utepbergenov,**  
Nukus NDPI katta o'qituvchi

**Annotatsiya:** Ushbu maqolada umumiy o'rta ta'lim maktabi o'quvchilarining turizm faoliyati bilan shug'ullanishlari, turizm faoliyatining turlari va ularning maktab o'quvchilarining organizmiga qanday ta'sir berishi haqida ma'lumotlar va olingan tadqiqotlarning amaliy natijalari va nazariy tahlili ko'rib chiqiladi.

**Kalit so'zlar:** turizm, aktiv, passiv, o'quvchi, dam olish, maktab, ideoiotor, aqliy salohiyat, bilim, jismoniy tayyorgarlik, jismoniy bilim, jismoniy rivojlanish.

O'zbekiston Respublikasi Maktabgacha va maktab ta'lim vazirligida, Oliy ta'lim, fan va innovatsiyalar vazirligida turizm faoliyatlariga keng e'tibor berib borilmoqda. Turizmni tashkil etish O'zbekiston Respublikasining uyushmagan qatlamlari tarkibida ham amalga oshirish mumkin bo'ladi. O'zbekiston Respublikasi hukumati tomonidan turizmni rivojlantirish bo'yicha juda ko'plab amaliy ishlar olib borilmoqda. Jumladan O'zbekiston Respublikasi Prezidenti, Turizm va sport vazirligi tomonidan turizmni rivojlantirish bo'yicha qaror, farmon, farmoyishlar ishlab chiqilmoqda. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2021-yil 6-apreldagi "Turizm, sport va madaniy meros sohaslarida davlat boshqaruvi tizimini yanada takomillashtirish chora tadbirlari to'g'risida"gi PF-6199-son farmoni amaliyotga tatbiq etildi. O'zbekiston Respublikasi Prezidenti farmoniga binoan Turizm va sport vazirligi faoliyati tashkil etildi. Hamda vazirlik o'z faoliyatini to'laqonli qonunga muvofiq boshladi. O'zbekiston Respublikasi tomonidan chiqariladigan qaror, farmonlar turizm va sport sohasini rivojlantirishda muhim ahamiyatga ega bo'lib kelmoqdadir.

Xalq ta'limi tasarrufidagi umumiy o'rta ta'lim maktabi o'quvchilari bilan turizm faoliyatini darsdan tashqari vaqtlarda tashkil etilsa, o'quvchilarning har tomonlama rivojlantirishda turtki bo'ladi. Turizm faoliyati orqali maktab o'quvchilarining jismoniy tayyorgarliklarini rivojlantirishda darsdan tashqari toza havodagi yurishlar uning organizmini ichki strukturasi va tashqi strukturasi mustahkamlaydi. Umumiy o'rta ta'lim maktablari o'quvchilari jismoniy tarbiya darslarida jismoniy tayyorgarligini ya'ni jismoniy (harakat) sifatleri kuch, tezlik, chaqqonlik, egiluvchanlik, chidamlilikni jismoniy mashqlar orqali amalga oshiradi.

Tog'li hududlarga, manzarali joylarga, shaharlarga uyushtiriladigan turizm faoliyatlari orqali o'quvchilarning jismoniy faoliyatlaridan tashqari aqliy ya'ni



# «ÚZLIKSIZ BILIMLENDIRIW SISTEMASÍDA ARALÍQTAN OQÍTÍWDÍN INTEGRACIYASÍ»

atamasındaǵı IV Xalıqaralıq ilimiy-teoriyalıq konferenciya

intelektual qobilyatlari ham o'zgaradi va rivojlana boshlaydi. Umumiy o'rta ta'lim maktabi o'quvchisining nutqining ravonligi, fikrlash doirasining kengligi turizm faoliyatida rivojlanishi kuzatiladi. Har bir inson turizm bilan shug'ullanganda uning aqliy ideomotor holatlari hamda psixologik tomondan stres, apatiya holatlarga tushmasligi va ushbu holatlardan qisqa vaqtda chiqib ketishida muhim ahamiyat kasb etadi.

Aktiv (faol) va passiv (nofaol) turizm haqida tushuncha deganda turizmning bunday nomlar bilan bo'linishining asosiy sababi, odamning turizm jarayonida harakatlanishi va jadalligi turlarini aniqlash bilan belgilanadi. Katta jismoniy kuch talab qilinadigan va hamma turistlar qatlami ham to'g'ri keladigan turizmning aktiv (faol) turlariga - dam olish va sayohat vaqtichog'lik, sport kabilar kiradi. Bu ma'noda yana ham ajralib turadigani bu ekstremal turizm turidir. Turizmning passiv (nofaol) turiga esa – turizm dasturi yoki turistik sayohlikning tinchroq va kam kuch sarf qilinadigan, jismoniy ishlarga xos bo'lmagan turi kiradi. Ular bir maromda dam olishga moslashgan shaxslarga mo'ljallangan o'rganish turizmi bo'lib, turistlardan jismoniy kuch va zo'riqish talab etilmaydi. Bu dengizda, tog'da, suvda davolovchi xarakterdagi sog'lomlashtirish turizmidir. Masalan, kurortlarni shular qatoriga kiritish mumkin. Shunday turdagi sayyohlik farzandli oilalarga, katta yoshdagi turistlarga va pensionerlarga tegishlidir. Passiv turizmدا turistlar bosh kiyim tikish, savatlar to'qish, shuningdek, xo'jalik ishlarini yuritish, oshxona hamda bog'bonchilik ishlari bilan shug'ullanishni ham o'rganadilar. Buyuk Britaniyada qayiq bilan kanallarda suzish turizmi keng tarqalgan. Shunga o'xshash ko'llardagi turizmда ham turistlar nafaqat o'zlari eshkak eshishadi, balki, qayiqlarni sudrab o'tishadi, chodirlarini o'rnatishadi. Bunda jismoniy zo'riqish talab etiladi. Mavjud ingliz turizmida qayiqlarni daryo bo'ylab otlar sudraydilar, turistlar esa qulay va shinam qishloq otellarida tunashadi. Aktiv (faol) turizmga har xil sarguzashtli turizmlarni ham kiritish mumkin: Sarguzashtli turizm deganda ekzotik joylarga, vulqonlarga, orollarga, sharsharalarga va shu kabi joylarga borishga aytiladi. Odatda bu – ekzotik va ekologik jihatdan toza tabiiy rezervatsiyalarga noan'anaviy transport vositalari bilan bog'liq bo'lgan, bir qolipga tushmagan turizmdir. Ba'zi holatlarda, bu xildagi turizm jiddiy jismoniy zo'riqishlar bilan bog'liq bo'ladi, insondan bilim va dovyuraklikni talab qiladi. Masalan, Koloradaning toshqin daryolarida damlanma qayiqlarning oqizilishi, qish faslida itlar tortadigan chanalar qishki turizmi, tog'-chang'i kurortlaridagi damolish va boshqalar shular jumlasidandir. Ularda qatnashish uchun qatnashchilar oldindan ma'lum ustalikka va jismoniy tayyorgarlikka ega bo'lishlari kerak. Bu xildagi turizm





# «ÚZLIKSIZ BILIMLENDIRIW SISTEMASÍDA ARALÍQTAN OQÍTÍWDÍŇ INTEGRACIYASÍ»

atamasındaǵı IV Xalıqaralıq ilimiy-teoriyalıq konferenciya

sport turizmiga yaqin hisoblanadi, unda yo'llar yaxshi tayyorlangan, yo'l ko'rsatuvchi yordamida xavf minimum darajaga tushirilgan, turistlar maxsus asbob-anjomlar bilan ta'minlangan bo'lishlari lozim.

Umumiy o'rta ta'lim maktablari o'quvchilarida turizm faoliyatini tashkil etishda aktiv va passiv turlaridan foydalanish muhim ahamiyatga egadir. Turizm turlarining passiv (nofaol) turida o'quvchilarning jismoniy holatlarida katta kuch talab etilmaydi, bundek turizm turida umumiy o'rta ta'lim maktabi o'quvchilari madaniy hordiq olishi mumkin. Shaharlarga yoki manzarali joylarga borish va u joylarni tomosha qilish ma'lum bir yengil mashg'ulotlar bilan o'quvchilarni mashg'ul qilish passiv turizm turlariga misol bo'la oladi. Hammaga ma'lumki jismoniy tarbiya darslari jarayonida hamda sport mashg'ulotlarida dars va mashg'ulotdan so'ng aktiv va passiv dam olish beriladi. Dam olish ham o'quvchi va sportchining organizmining funksional holatini tiklashda katta yordam beradi. Turizm faoliyatining aktiv va passiv turlari bilan shug'ullanish o'quvchi va sportchining organizmini tashqi va ichki faolligini tiklaydi. Aktiv turizm turlarida tog'li hududlarga sayohatga chiqqanda guruh bo'lib 10-15 kilometr masofani bosib o'tish talab etiladi. Xattoki 2-3 kun mobaynida turistik slyotlarni amalga oshirishda o'sha joyga tunash uchun joy hozirlash talab etiladi. Aktiv turizm turida tog'li va manzarali joylarga borganda yurishlar, harakatli va sport o'yinlari bilan shug'ullanishlari mumkin bo'ladi. Buning uchun instruktor (yo'riqchi) yoki o'qituvchi tomonidan sport va harakatli o'yinlarni o'ynash sport jihozlarini o'zlari bilan olishlari kerak bo'ladi. Aktiv (faol) turizm faoliyatida umumiy o'rta ta'lim maktabi o'quvchilari doimiy ravishda faol bo'ladi. Umumiy o'rta ta'lim maktabi o'quvchilarining harakatchanlik faoliyatlari o'qituvchi yoki yo'riqchi tomonidan nazoratda bo'ladi. Umumiy o'rta ta'lim maktabi o'quvchisining turizm faoliyatida tushlikdan 1-2 soat oldin ozroq yugurish, umumiy rivojlantiruvchi mashqlar bilan shug'ullanish foydaliroq bo'ladi. Kechki ovqatlanishdan oldin harakli o'yinlar yoki sport o'yinlarini o'ynash samarali bo'ladi. Aktiv turizm bilan umumiy o'rta ta'lim maktablari o'quvchilarini mashg'ul qilish hozirgi vaqtda xorijiy mamlakatlarda keng tashkil etilib borilmoqda.

Olingan tadqiqotlarimiz shuni ko'rsatdiki Respublikamizning o'mumiy o'rta ta'lim maktablarida turizm bilan shug'ullanish qisman ravishda tashkil etib kelinmoqda. Respublikamizning ayrim maktablarida turizm bo'yicha ma'lumotlar to'laqonli yoritilib berilmagan. Umumiy o'rta ta'lim maktabining o'quvchilarini turizm faoliyatlari bilan shug'ullanish bo'yicha maktablarda ma'naviy-ma'rifiy ishlar bo'yicha direktor o'rinbosarlari hamda maktab jismoniy madaniyat jamoalari bilan



# «ÚZLIKSIZ BILIMLENDIRIW SISTEMASÍDA ARALÍQTAN OQÍTÍWDÍN INTEGRACIYASÍ»

atamasındaqı IV Xalıqaralıq ilimiy-teoriyalıq konferenciya

kelishgan holda turizmni bir o'quv yilida kamida 4-6 marotaba tashkil etish zarurligi ko'rib chiqildi. Har bir choraklar bo'yicha va har oyga nisbatan turizm faoliyati bilan umumiy o'rta ta'lim maktablari o'quvchilarining shug'ullanishlari ularning har tomonlama kamolotga erishishlari uchun asosiy omil bo'lishi kuzatildi. Misol tariqasida turizm faoliyati bilan to'laqoni shug'ullangan maktab o'quvchilarining kun tartibiga to'laqonli amal qilishlari, o'qish faoliyatlari aktiv darajada bo'lishi va jismoniy bilim, amaliy malaka va ko'nikmalarga tezda erishishlari tadqiqotlarda sezilarli ravishda bilindi.

Xulosa qilib aytish mumkinki, turizm faoliyalari bilan hozirgi vaqtda umumiy o'rta ta'lim maktablari o'quvchilarini mashg'ul qilishni yo'lga qo'yish kerak hamda turizmning aktiv (faol) turlarini qat'iy reglamentlashtirilgan holda tashkil etish kerak bo'ladi. Bunda asosan turizm bo'yicha o'quvchi faoliyatiga doir dastur ishlab chiqish kerakdir. Turizmni fasllar (qish, bahor, yoz, kuz) kesimida tashkil etish ham dasturga kiritilishi kerak bo'ladi.

## Adabiyotlar:

1. R. Abdumalikov., T. Xoldorov. Turizm. Toshkent "O'qituvchi" 1988.
2. T. Xoldorov., X.B. Tulenova. Turizm-sayyohlik. O'quv qo'llanma. Toshkent 2010 yil.
3. Ashmarin B, A. Teoriya i metodika pedagogicheskix issledovaniy v fizicheskom vospitaniy. - M.: Fizkultura i sport, 1978. M.
4. Выдрин V. M. Teoriya fizicheskoy kultury (kulturovedcheskiy aspekt): Uchebnoe posobie / GDOIDK. - L., 1988.