

ОПУБЛИКОВАТЬ СТАТЬЮ

в изданиях НИЦ "Социосфера"



[ПОДРОБНЕЕ](#)

СОЦИОСФЕРА

- *Российский научный журнал*
- *ISSN 2078-7081*
- *РИНЦ*
- *Публикуются статьи по социально-гуманитарным наукам*

PARADIGMATA POZNÁNÍ

- *Чешский научный журнал*
- *ISSN 2336-2642*
- *Публикуются статьи по социально-гуманитарным, техническим и естественно-научным дисциплинам*

[ПОДРОБНЕЕ](#)



СБОРНИКИ КОНФЕРЕНЦИЙ

- *Широкий спектр тем международных конференций*
- *Издание сборника в Праге*
- *Публикуются материалы по информатике, истории, культурологии, медицине, педагогике, политологии, праву, психологии, религиоведению, социологии, технике, филологии, философии, экологии, экономике*



[ПОДРОБНЕЕ](#)

6. Якупов, К. А. Педагогические условия патриотического воспитания школьников в условиях современного сельского социума [Текст] ; автореф. дис. .канд. пед. наук / К. А. Якупов. - Уфа, 2019. - 22 с.

ФОРМИРОВАНИЕ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ У УЧАЩЕЙСЯ МОЛОДЕЖИ В СИСТЕМЕ НЕПРЕРЫВНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

Э. Э. Хуррамов

*Преподаватель,
Чирчикский государственный
педагогический институт
Ташкентской области,
г. Ташкент, Узбекистан*

Summary. The article discussed in detail issues related to the formation of a healthy lifestyle among students. The basic task of solving this problem with modern educational facilities to achieve the intended results in secondary schools, special secondary, professional and university education on the formation of a healthy lifestyle among students of the republic. The formation of the motivation for achieving the highest sports result should be carried out by increasing the athlete's need for self-affirmation and the fulfillment of public duty.

Keywords: young students, continuing education, healthy lifestyle, school, high school, college, university education.

Государственная политика в области развития спорта в Узбекистане основывается на следующих принципах:

- забота об учащих и молодёжи независимо от национальной, расовой, языковой, религиозной принадлежности, социального положения, пола, образования и политических убеждений;
- правовая и социальная защита обучающихся;
- пропаганда здорового образа жизни среди учащейся молодежи республики;
- оказание профилактической помощи подросткам и молодежи;
- формирование у обучающихся стойких высоконравственных взглядов и убеждений;
- преемственность национальных, культурных традиций и обеспечение духовной связи поколений;
- поддержка молодёжных инициатив, гарантия свободы выбора учащимися и студентами путей реализации своих интересов, осуществляемых в рамках Конституции республики и законов Узбекистана;
- непосредственное участие растущего поколения в формировании и реализации политики и программ развития общества, в особенности жизни учащейся молодёжи республики;
- единство прав и обязанностей, свобод и гражданской ответственности.

Учащиеся, которые занимаются спортом, отличаются крепким здоровьем и здравым мышлением. Поэтому ведется поэтапная работа по обеспечению всех спортивных комплексов современным спортивным инвентарем и укомплектованию их квалифицированными тренерами. Благодаря этому постоянно расширяются ряды занимающихся спортом обучающихся. Сегодня в нашей стране около двух миллионов детей регулярно занимаются более чем 30 видами спорта. Также уделяется огромное внимание вопросу привлечения девочек к спорту и в результате этого около 842 тысячи девочек регулярно занимаются различными видами спорта [1].

Принимая участие в престижных международных соревнованиях, учащиеся и студенты нашей республики завоевывают золотые, серебряные и бронзовые медали. Так, за достигнутые успехи на международных соревнованиях 3 декабря 2013 года указом главы государства группа одаренной молодежи награждена высокими государственными наградами за весомый вклад в повышение авторитета и престижа Узбекистана на международной арене.

Объекты детского спорта в основном оснащаются спортивным инвентарем и оборудованием отечественного производства. В настоящее время предприятиями нашей страны выпускаются 116 из 120 видов спортивного инвентаря и оборудования. Несмотря на достигнутые положительные тенденции в данной сфере, необходимо уделить постоянное внимание вопросам эффективного использования спортивных сооружений, широкого привлечения детей к занятиям спортом, дальнейшего расширения ассортимента и улучшения качества спортивного инвентаря и оборудования, производимого в нашей стране, всесторонней поддержки отечественных производителей, работающих в этой отрасли.

В нашем народе говорят: «Чистота – основа здоровья, здоровье – основа богатства». Состояние здоровья учащейся молодежи республики является важнейшим показателем благополучия общества. Укреплению здоровья населения, снижению уровня заболеваемости, созданию условий и формированию мотивации для ведения здорового образа жизни посвящены проведенные мероприятия в республике. Но для обеспечения эффективности программ по здоровому образу жизни недостаточно только организовать проведение спортивно-массовых мероприятий. Необходимо, чтобы на всех уровнях системы образования и общественной деятельности, начиная с дошкольных образовательных учреждений, общеобразовательных школ, лицеев, колледжей, вузов и заканчивая формированием системы информационной, научной и методической поддержки велись мероприятия, направленные на пропаганду здорового образа жизни среди учащейся молодежи с привлечением ее к регулярным занятиям физической культурой и спортом.

Решение данной задачи возможно при одновременной полномасштабной работе во всех уголках нашей республики, направленной на проведение разъяснительной работы среди населения, оказание профилак-

ческой помощи подросткам и молодежи, формирование у них стойких высоконравственных взглядов и убеждений, развитие и увеличение числа доступных секций, проведение множества регулярных спортивно-массовых мероприятий, организация социальной рекламы, возобновление физкультурных занятий в образовательных учреждениях, совершенствование работы специалистов, психологов, преподавателей и врачей, направленное на снижение распространенности и предотвращение факторов риска среди учащихся и студентов, оптимизацию их регулирования. Поэтому в системе формирования здорового образа жизни у учащейся молодежи выделены следующие направления: формирование мотивации занятий спортом; волевую подготовку; идеомоторную тренировку; совершенствование реагирования; совершенствование специализированных умений; регулирование психической напряженности; совершенствование толерантности к эмоциональному стрессу; управление стартовым состоянием.

Библиографический список

1. Постановление Кабинета Министров Республики Узбекистан «О Государственной программе «Здоровое поколение» от 15 февраля 2001 года // Народное слово. – Т., 2001. – 16 февраля. – С. 1-2.



СРОЧНОЕ ИЗДАНИЕ МОНОГРАФИЙ И ДРУГИХ КНИГ



*Два места издания Чехия или Россия.
В выходных данных издания
будет значиться*

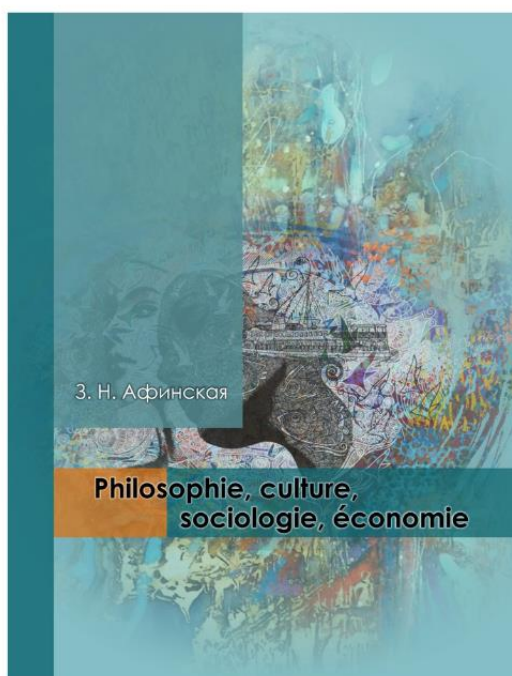
**Прага: Vědecko vydavatelské
centrum "Sociosféra-CZ"**

или

**Пенза: Научно-издательский
центр "Социосфера"**

РАССЧИТАТЬ СТОИМОСТЬ

- Корректурa текста
- Изготовление оригинал-макета
- Дизайн обложки
- Присвоение ISBN



У НАС ДЕШЕВЛЕ

- Печать тиража в типографии
- Обязательная рассылка
- Отсудка тиража автору