QO‘QON DAVLAT PEDAGOGIKA INSTITUTI ILMIY XABARLARI
(2026-yil 2-son)

IJTIMOIY FANLAR

SOCIAL STUDIES

O‘ZBEKISTONDA ADAPTIV SPORTNI RIVOJLANTIRISH: HUQUQIY ASOSLAR VA AMALIY NATIJALAR

https://doi.org/10.70728/a.series.v08.i02.119

Fayziyev Farrux O‘ktamovich,
Sharof Rashidov nomidagi Samarqand davlat universiteti tayanch doktoranti

Annotatsiya. Mazkur maqolada adaptiv jismoniy tarbiya va parasportning nogironligi bo‘lgan shaxslar salomatligini mustahkamlash, ularning jismoniy va ijtimoiy reabilitatsiyasini ta’minlashdagi o‘rni yoritilgan. Tadqiqotda adaptiv sport tushunchasining mazmuni, asosiy vazifalari hamda xalqaro miqyosda mavjud parasport turlarining tasnifi tahlil qilingan. Shuningdek, O‘zbekistonda adaptiv sportni rivojlantirishga qaratilgan normativ-huquqiy hujjatlar va davlat dasturlarining amaliy natijalari ko‘rib chiqilgan. Paralimpiya o‘yinlarida erishilgan yutuqlar misolida so‘nggi yillarda olib borilgan islohotlarning samaradorligi asoslab berilgan. Tadqiqot natijalari adaptiv sportni yanada rivojlantirish va inklyuziv sport muhitini kengaytirish zarurligini ko‘rsatadi.

Kalit so‘zlar: adaptiv jismoniy tarbiya, parasport, nogironligi bo‘lgan shaxslar, Paralimpiya o‘yinlari, davlat siyosati, inklyuziv muhit.

Аннотация.В статье рассматривается роль адаптивной физической культуры и параспорта в укреплении здоровья, физической и социальной реабилитации лиц с инвалидностью. Проанализированы сущность и основные функции адаптивного спорта, а также классификация параспортивных дисциплин на международном уровне. Особое внимание уделено нормативно-правовой базе и государственным программам Республики Узбекистан, направленным на развитие адаптивного спорта. На основе анализа выступлений национальных параспортсменов на Паралимпийских играх показана эффективность проводимых реформ и динамика роста спортивных результатов. Сделан вывод о значимости дальнейшего развития адаптивной физической культуры, расширения участия лиц с инвалидностью в массовом спорте и формирования инклюзивной спортивной среды.

Ключевые слова: адаптивная физическая культура, параспорт, лица с инвалидностью, Паралимпийские игры, государственная политика, инклюзивная среда.

Abstract. This article examines the role of adaptive physical education and parasport in improving health, as well as in the physical and social rehabilitation of persons with disabilities. The study analyzes the concept and key functions of adaptive sport and provides an overview of the international classification of parasport disciplines. Particular attention is

paid to the legal framework and state programs implemented in the Republic of Uzbekistan to support the development of adaptive sport. Based on the analysis of national athletes' performances at the Paralympic Games, the effectiveness of recent reforms and the positive dynamics of sporting achievements are demonstrated. The results highlight the importance of further developing adaptive physical education, expanding the participation of persons with disabilities in mass sport, and strengthening an inclusive sports environment.

Keywords: adaptive physical education, parasport, persons with disabilities, Paralympic Games, state policy, inclusive environment.

Kirish. Bugungi kunda inson va uning salomatligi rivojlangan va rivojlanayotgan davlatlar oldida eng muhim vazifalardan biri bo‘lib kelmoqda. Bu o‘rinda insonlarning sportning qaysi turi bo‘lmasin muntazam shug‘ullanib kelayotganini alohida ta’kidlab o‘tish lozim. Shu bilan bir qatorda nogironlar sportini rivojlantirish va bu sport bilan shug‘ullanishi mumkin bo‘lgan aholi qatlamini tobora o‘zlari uchun qulay va mos bo‘lgan sport turiga jalb etish ustuvor vazifalardan biri bo‘lib kelmoqda. Bundan ko‘zlangan maqsad avvalo, bu toifadagi insonlarning sog‘ligini mustahkamlash, ularni jamiyat hayotidan ajralib qolmasliklari, o‘z vaqtlarini mazmunli o‘tkazgan holda hayotga bo‘lgan qiziqishlari yanada orttrishdan iboratdir.

Adaptiv sport va uni rivojlantirish masalasi davlat dasturining muhim vazifalaridan biri ekanligini yurtboshimiz tomonidan qabul qilinayotgan bir qator normativ-huquqiy hujjatlardan bilb olishimiz mumkin. Jumladan, O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining 2017-yil 1-dekabrdagi PF-5270-son “Nogironligi bo‘lgan shaxslarni davlat tomonidan qo‘llab-quvvatlash tizimini tubdan takomillashtirish chora-tadbirlari to‘g‘risida”gi Farmoni[63], O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining 2021-yil 18-maydagi PQ-5114-son “Paralimpiya harakatini rivojlantirishga doir qo‘shimcha chora-tadbirlar to‘g‘risida”[64] hamda 2025-yil 11-dekabrdagi “Paralimpiya sport turlarini yanada rivojlantirishning qo‘shimcha chora-tadbirlari to‘g‘risida”gi[65] Qarorlari shular jumlasidandir.

Xususan, PQ-5114-son qarorga muvofiq barcha turdagi sport ta’lim muassasalarida jismoniy imkoniyati cheklangan va nogironligi bo‘lgan shaxslar uchun sport bo‘limlarini bosqichma-bosqich tashkil etish hamda iqtidorga ega bo‘lgan jismoniy imkoniyati cheklangan va nogironligi bo‘lgan shaxslarni tanlab olish, ularni sport turlariga yo‘naltirish, tayyorlash hamda oliy sport mahoratiga erishishini ta’minlovchi uzluksiz yagona kompleks tizimi joriy etildi.

Muhokama va natijalar.

Bugungi kunda ilmiy va sport adabiyotlari va so‘zlashuv nutqimizda uchrab kelayotgan adaptiv jismoniy tarbiya atamasi keng ishlatilmoqda. O‘zbek tili izohli lug‘atida “adaptiv”

[63] https://lex.uz/docs/-3436192
[64] https://lex.uz/en/docs/-5426278
[65] https://www.lex.uz/uz/docs/-7904671

so‘ziga “Adaptatsiyaga moyil, adaptatsiya qila (moslasha) oladigan”[66] deb ta’rif berilgan. Adaptiv jismoniy tarbiya esa (AJT) – funksional, shu jumladan, harakat imkoniyatlarini mutloq yoki uzoq muddatga yo`qotgan insonlar jismoniy tarbiyasining turli jihatlarini o`rganuvchi fandir[67]. Adaptiv jismoniy tarbiya uchun xos tarif - terapevtik va reablitatsiyaviy jismoniy tarbiya hisoblanib, jamiyatda tanasining turli qismida nuqsoni bo‘lganlarni va orttirilgan nuqsonli qatlamning jismoniy tarbiyasini qo‘llab-quvvatlash va rag‘batlantirishni anglatadi.

O‘zbekiston Respublikasi Adaptiv sport turlari assotsiatsiyasi Samarqand viloyat bo‘lim boshqarmasining ma’lumotlariga ko‘ra, xalqaro miqyosda nogironlar sport turlari tarkibiga:

- Paralimpiya sport turlari bilan - tayanch harakati shikastlanganlar, past bo‘ylik (nanizm), serebral falajlik bilan kasallanganlar, oyoq va qo‘l amputatsiyasi bo‘lganlar, ko‘zi ojiz va zaif ko‘ruvchilar hamda aqli rivojlanishida nuqsoni borlar;
- Surdolimpiya sport turlari bilan - eshitish va gapirishda nogironligi borlar;
- Maxsus olimpiya sport turlari bilan - aqli rivojlanishida nuqsoni bor shaxslar;
- Ko‘zi ojiz va zaif ko‘ruvchilar - Xalqaro Ko‘zi ojizlar sport federatsiyasi o‘yinlari va (IBSA[68])ga kiritilgan sport turlari bilan shug‘ullanishi mumkin.”[69]

Qayd qilish kerakki, Paralimoiya sport musobaqalarida Xalqaro paralimpiya qo‘mitasi[70] yozgi va qishki paralimpiya o‘yinlariga tegishli bo‘lgan 6 ta nogironlik toifasi vakillari ishtirok etadi:

1. Kamida bitta a’zosi qisman yoki to‘liq yo‘qotilgan sportchilar ishtirok etishlari mumkin.

2. Miya paralichi. Bunda miya shikastlanishi bilan bog‘liq sportchilar ishtirok etadi: masalan, shol, miya shikastlanishi, qon-tomir yoki mushakning nazoratini, muvozanatni yoki muvofiqlashtirishni buzadigan jarohatlar qatnashadi.

3. Aqliy nogironlik. Intellektual faoliyatda sezilarli darajada nuqsonli va moslashuvchan xatti-harakatlar bilan bog‘liq cheklovlarga ega bo‘lgan sportchilar. 4. Nogironlar aravachasidan foydalanadigan sportchilar. Musobaqalarda ishtirok etish uchun nogironlar aravachasidan foydalanishni talab qiluvchi umurtqa jarohati va boshqa kasalliklarga ega sportchilar.

5. Zaif ko‘ruvchilar. Ko‘rish qobiliyatida nuqsoni bor, zaif ko‘ruvchi va ko‘zi ojiz sportchilar.

6. Boshqa nogironlik. Yuqorida sanab o‘tilgan beshta boshqa toifaga to‘g‘ri kelmaydigan jismoniy nogiron bo‘lgan sportchilar, masalan, tallidomit, karlikovost (bo‘y jihatidan rivojlanishi sust bo‘lganlar)[71].

[66] https://izoh.uz/uz/word/adaptiv
[67] Mirjamolov M.X. Adaptiv jismoniy tarbiya va sport. O’quv qo’llanma. Chirchiq. 2020. 7-bet
[68] Xalqaro Ko'zi Ojizlar Sport Federatsiyasi
[69] O’zbekiston Respublikasi Adaptiv sport turlari assotsiatsiyasi Samarqand viloyat bo’lim boshqarmasi 2024-yil IV chorak uchun hisobotidan
[70] International Paralympic Committee yoki IPC (*iglizcha*)

Hozirda yurtimizda Parasportning o‘n beshdan ortiq turlari bilan imkoniyati cheklangan kishilar shug‘ullanib kelmoqda. Xalqaro miqyosda parasport turlariga e’tibor bersak bunday maxsus sport turlari 28 tani tashkil qiladi. Shundan, 22 tasi Yozgi sport turlariga mansub bo‘lsa, qolgan 6 tasi esa qishki parasport turlarini tashkil etadi.

Yozgi paralimpiya sport turlari – para yengil atletika, para dzyudo, para taekvando, para pauerlifting, para suzish, para stol tennisi, para qilichbozlik, para voleybol, para velosport, para badminton, para kanoe, para akademik eshkak eshish, para o‘q otish, para kamondan otish, para triatlon, para ot sporti, bochcha, golbol, 5x5 futbol, aravachada tennis, aravachada basketbol, aravachada regbi.

Qishki paralimpiya sport turlariga esa – para xokkey, para kyorling, para snoubord, para tog‘ chang‘isi, para chang‘i poygasi, para biatlonlar kiradi.

Darhaqiqat, so‘ngi yillarda mamlakatimizda sportning turli sohalari, xususan, adabtiv sport turlarini yanada rivojlantirish borasida samarali ishlar amalga oshirilmoqda. O‘zbekiston Respublikasi Prezidenti Shavkat Mirziyoyev 2025-yil 26-noyabr kuni Olimpiya shaharchasidagi stadionda Prezident Olimpiadasining tantanali ochilish marosimidagi nutqida “Adaptiv sportga berilayotgan e’tibor tufayli so‘nggi uch yilda parasportchilar soni qariyb 7 karra oshib, 70 mingdan ortiq nogironligi bor shaxslar ommaviy sportga jalb etildi”[72] – deb a’lohida qayd qiladi.

Ma’lumki nogironlar sportining asosiy maqsadi – nogironlarni salomatlik darajasini qayta tiklash va surunkali kasalliklarni jismoniy mashqlar yordamida asoratlarni yo‘qotish, yosh avlodning jismoniy va aqliy qobilyatlarini har tomonlama rivojlantirishga va ularni mehnatga tayyorlashga yordam berish, hayotiy dunyoqarashini shakllantirishdir[73].

Bu imkoniyati turli xil va turli darajada cheklangan sportchilarni o‘zlarining jismoniy imkoniyatiga mos bo‘lgan (maxsus va moslashtirilgan) sport turlari bilan, havaskor hamda professional shug‘ullanishlari uchun yurtimiz tomonidan oxirgi 15-20 yillikda bu sohani rivojlantirishga alohida e’tibor berilib kelinmoqda. Ayniqsa, so‘nggi 10 yillik O‘zbekistonda nogironlar sporti rivojlanishida salmoqli bo‘ldi. Ushbu davrda bu yo‘nalishda ko‘pgina islohotlar bilan bir qatorda sportchilarning jahon xalqaro arenalarida yurtimiz bayrog‘ini ko‘klarga ko‘tarib qo‘lga kiritgan yutuqlari ham e’tiborga molikdir. Chunki, parasportchilarimizning bu vaqt mobaynida ishtiroki kuzatilgan xalqaro nogironlar sport musobaqalari bellashuvlarida qo‘lga kiritilgan yutuqlari vatanimiz mustaqillikni qo‘lga kiritgandan toki, hozirgi kunga qadar bo‘lgan vaqt oralig‘ida erishilgan medallarning asosiy qismini tashkil etadi. Xususan, adabtiv sport musobaqalari orasidagi eng nufuzli musobaqa hisoblangan Paralimpiya o‘yinlarida sportchilarmizning erishgan va erishib kelayotgan yutuqlari salmoqli natijalarni bermoqda[74]. Masalan, 2004-yil Afina va 2008-yil Pekinda

[71] https://www.paralympic.org/classification?utm_source

[72] Yangi O‘zbekiston gazetasi. 2025-yil 27-noyabr. № 246 (1572), 2-bet

[73] Mirjamolov M.X. Adaptiv jismoniy tarbiya va sport. O’quv qo’llanma. Chirchiq. 2020. 18-bet

[74] O’rinboyev E.A. Adaptiv jismoniy tarbiya va sport. O‘quv qo‘llanma. Toshkent. «O‘zkitobsavdonashriyoti». 2020. 6-bet

o‘tkazilgan parolimpiada musobaqalarda O‘zbeksiton parasportchilari birorta ham medal olmagan. 2012-yil London shahridagi paraolimpia musoboqalarida bor-yo‘g‘i 1 ta kumush medal olib, 67-o‘ringa ko‘tarilganmiz xolos. “Rio-2016”da esa paralimpiyachilarimiz 8 ta oltin, 6 ta kumush va 17 ta bronza medali bilan umumjamoa hisobida dunyo reytingida 16-o‘ringa ko‘tarili O‘zbeksiton parolimpia musobaqalarida natijadorlik keskin oshdi. “Tokio-2020”da murosasiz kurashlar tufayligina o‘sha maqomni saqlab qolishga erishdik – 8 ta oltin, 5 ta kumush va 6 ta bronza. Lekin yuqorida ta’kidlaganimizdek, “Parij-2024”da yana uch pog‘ona yuksalishga, eng yuqori darajadagi medallarni 10 taga yetkazishga muvaffaq bo‘ldik. 200 ga yaqin davlat orasida 13-o‘rinni qo‘ga kiritilishi[75] mamlakatmizida sportning turli sohalari, xususan, parasportni rivojlantirish bo‘yicha amaliy ishlarning natijasi o‘laroq o‘z so‘zini aytdi.

Xulosa va takliflar.

Xulosa qilib aytganda, adaptiv jismoniy tarbiya va parasport tizimi bugungi kunda jamiyatda nogironligi bo‘lgan shaxslarning salomatligini mustahkamlash, ularning ijtimoiy faolligini oshirish va hayot sifatini yaxshilashda muhim omil sifatida namoyon bo‘lmoqda. Mazkur soha nafaqat sog‘lomlashtirish va reabilitatsiya vazifasini bajaradi, balki nogironligi bo‘lgan insonlarning jamiyat hayotida faol ishtirok etishini, o‘z salohiyatini namoyon etishini va o‘ziga bo‘lgan ishonchini mustahkamlashni ta’minlaydi.

O‘zbekistonda adaptiv sportni rivojlantirishga qaratilgan normativ-huquqiy hujjatlar, davlat dasturlari va amaliy chora-tadbirlar natijasida so‘nggi yillarda parasportchilarning soni keskin oshdi, sport turlari kengaydi hamda uzluksiz tayyorlash tizimi shakllandi. Xususan, Paralimpiya o‘yinlaridagi natijalarning yildan-yilga yaxshilanib borishi mamlakatda olib borilayotgan islohotlarning samaradorligini yaqqol ko‘rsatmoqda.

Shu bilan birga, adaptiv sportning rivoji yosh avlodni jismonan va ruhan sog‘lom etib tarbiyalash, ularni mehnat va ijtimoiy hayotga tayyorlash, jamiyatda inklyuziv muhitni mustahkamlashga xizmat qilmoqda. Demak, adaptiv jismoniy tarbiya va parasportni yanada rivojlantirish, moddiy-texnik bazani kuchaytirish, malakali mutaxassislar tayyorlash hamda imkoniyati cheklangan shaxslarni ommaviy sportga keng jalb etish kelgusida ham ustuvor vazifalardan biri bo‘lib qolishi lozim.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO‘YXATI

1. https://lex.uz/docs/-3436192
2. https://lex.uz/en/docs/-5426278
3. https://www.lex.uz/uz/docs/-7904671
4. https://izoh.uz/uz/word/adaptiv
5. Mirjamolov M.X. Adaptiv jismoniy tarbiya va sport. O‘quv qo‘llanma. Chirchiq. 2020. 7-bet

[75] Ражабов О. Маҳорат, матонат ва метин ирода… “XXI ASR” ijtimoiy-siyosiy gazetasi. 12-sentyabr 2024-yil 37 (1087). 5-bet

6. O‘zbekiston Respublikasi Adaptiv sport turlari assotsiatsiyasi Samarqand viloyat bo‘lim boshqarmasi 2024-yil IV chorak uchun hisobotidan

7. https://www.paralympic.org/classification?utm_source

8. Yangi O‘zbekiston gazetasi. 2025-yil 27-noyabr. № 246 (1572), 2-bet

9. Mirjamolov M.X. Adaptiv jismoniy tarbiya va sport. O‘quv qo‘llanma. Chirchiq. 2020. 18-bet

10. O‘rinboyev E.A. Adaptiv jismoniy tarbiya va sport. O‘quv qo‘llanma. Toshkent. «O‘zkitobsavdonashriyoti». 2020. 6-bet

11. Ражабов О. Маҳорат, матонат ва метин ирода… “XXI ASR” ijtimoiy-siyosiy gazetasi. 12-sentyabr 2024-yil 37 (1087). 5-bet