Sport – bu adamlaryň saglygyna we jemgyýetiň medeniýetine gönükdirilen terbiýäni oýunlaryň, ýaryş ulgamlarynyň we bedenterbiýäniň üsti bilen gazanmakdyr. Sporty bir söz bilen ýa-da bir many bilen düşündirip bolmaýar, bu söz giň many we düşünje berýär. Sport – bir söz bilen aýtsak, bu ýaryş ulgamydyr, ýagny adamyň başarnyklaryny ýüze çykarmaga we deňeşdirmäge mümkinçilik berýän hadysadyr.

Sport – bu bedenterbiýäniň aýrylmaz bir bölümidir. Bedenterbiýäniň wezipesiniň köp bölümleri sportuň wezipesi bilen gabat gelýär. Ýöne sportuň hemme görnüşlerini bedenterbiýe bilen baglanyşdyryp bolmaýar, sebäbi bedenterbiýede hereket işjeňliginiň esasynda adamlaryň bedenini berkidýärler we hereket başarnyklaryny artdyrýarlar, emma sportuň küşt, şaşka, konstruksiýa düzmek ýaly görnüşlerinde işjeň hereketleriň we beden maşklarynyň ähmiýeti ýokdur.

Käbir ýagdaýlarda sport bedenterbiýäniň çäginden daşyna hem çykýar, oňa mysal edip, marafon ylgawyny alalyň. Bedenterbiýede marafon ylgawy ýaly uly we uzak agramlykly ylgaw maslahat berilmeýär, sebäbi şunuň ýaly ylgawlar adam bedeninden çäksiz uly ýüklemeleri we agramlyklary talap edýär we saglygyň çäginden çykýar. Sporta doly düşünmegimiz üçin, biz sport işjeňligi we ýaryş işjeňligi diýen adalgalara göz ýetirmelidiris. Sport tejribesinde sport işjeňligini we ýaryş işjeňligini, köplenç, bilelikde ulanýarlar, bular biri-biri bilen berk baglanyşyklydyr.

Dünýäde sportuň ýüzlerçe, müňlerçe görnüşleri bar. Olaryň birnäçesiniň gadymy taryhy, ösüş ýollary bar, birnäçesi bolsa täze döredi we olaryň sany gün-günden artýar. Sport hereketiniň esasy bölegi biziň ýurdumyzda we bütin dünýäde köpçülikleýin sportdan durýar. Köpçülikleýin sport bilen dünýäde millionlarça çagalar, ýetginjek oglan-gyzlar, işgärler we gartaşan adamlar meşgullanyp, öz saglyklaryny berkidýärler, adamlar bilen özara gatnaşyklaryny ösdürýärler, lezzet alýarlar, güýmenýärler, hünär taýýarlyklaryny ösdürýärler, hereket we zähmet başarnyklaryny artdyrýarlar we öz mümkinçiliklerine göra sport üstünliklerini gazanýarlar.

Şöhrat ŞYHYNÝAZOW
Türkmen döwlet binagärlik-gurluşyk
institutunyň talyby

Все права защищены

save pdf date >>> 03.12.2024