

TA'LIM MUASSASALARIDA SPORT SOG'LOMLASHTIRISH MASHG'ULOTLARINI SAMARADORLIGINI TAKOMILLASHTIRISH TEXNOLOGIYALARI

Rasulov Zohiddin O'sarovich

Iqtisodiyot va pedagogika universiteti Samarqand kampusi katta o'qituvchisi

zoxiddinrasulo@gmail.com

Annotatsiya: Ushbu tayyorlangan tezisdagi ta'lim muassasalarida sport-sog'lomlashtirish mashg'ulotlari samaradorligini oshirish jarayonida vujudga kelayotgan muammolar va kamchiliklar atroflicha tahlil qilindi. Jumladan, moddiy-texnik bazaning yetarli emasligi, malakali mutaxassislar tanqisligi, mashg'ulotlarning zamonaviy pedagogik va innovatsion texnologiyalar asosida tashkil etilmasligi, shuningdek, o'quvchilarning jismoniy faollikka bo'lgan motivatsiyasining pastligi asosiy muammo sifatida ko'rsatib o'tildi.

Kalit so'zlar: Ilg'or texnologiya, axborot, badantarbiya, sog'lomlashtirish, tarbiyaviy, tarbiya, mudofaa, mexnat, gigienik vositalar, tibbiy muolaja, topqirlik, faollik, pedagogik jamoa, sport musobaqa, tapografik, sifat, saviya.

TECHNOLOGIES FOR IMPROVING THE EFFECTIVENESS OF SPORTS AND HEALTH-ENHANCING ACTIVITIES IN EDUCATIONAL INSTITUTIONS

Annotation: In this prepared thesis, the problems and shortcomings that arise in the process of increasing the effectiveness of sports and health-related activities in educational institutions are comprehensively analyzed. In particular, the lack of material and technical resources, shortage of qualified specialists, insufficient organization of training sessions based on modern pedagogical and innovative technologies, as well as the low level of students' motivation toward physical activity are identified as the main problems.

Keywords: advanced technologies, information, physical education, health improvement, educational, upbringing, defense, labor, hygienic means, medical treatment, ingenuity, activity, pedagogical staff, sports competitions, topographic, quality, level.

ТЕХНОЛОГИИ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ ЭФФЕКТИВНОСТИ СПОРТИВНО-ЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ ЗАНЯТИЙ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ

Аннотация: В данной подготовленной тезисной работе всесторонне проанализированы проблемы и недостатки, возникающие в процессе повышения эффективности спортивно-оздоровительных занятий в образовательных учреждениях. В частности, в качестве основных проблем были отмечены недостаточность материально-технической базы, нехватка квалифицированных специалистов, отсутствие организации занятий на основе современных педагогических и инновационных технологий, а также низкий уровень мотивации обучающихся к физической активности.

Ключевые слова: передовые технологии, информация, физическая культура, оздоровление, воспитательный, воспитание, оборона, труд, гигиенические средства, медицинские процедуры, находчивость, активность, педагогический коллектив, спортивные соревнования, топографический, качество, уровень.

KIRISH Jismoniy tarbiya va sport mashg'ulotlari jarayonida ta'lim berishning xususiyatlarining maqsadi ta'limmuassasalarining tashkil etiladigan jismoniy tarbiya va sport tadbirlarini sifat va samaradorligini oshirish hamda o'quvchi va talabalarni organizmini jismoniy rivojlantirish va sog'lom turmush tarzi kechirish talablariga o'rgatishdan iborat bo'ladi. Shu bilan birga jismoniy tarbiya sport va sog'lomlashtirish tadbirlarini mutaxassisligimizga doir bilim va jismoniy tarbiya mashg'ulotlarini ijobiy o'zlashtirishga katta yordam beraolamiz.

O'quvchi va talabalar jismoniy tarbiya tadbirlari ertalabki badantarbiya, jismoniy tarbiya darslari, sport to'garak mashg'ulotlari, sport sog'lomlashtirish musobaqalari va bayramlari shakllarida tashkil etiladi. Ertalabki badantarbiya mashg'ulotlari talabalar yotoqxonasida ommaviy holda, yashash joylari va oilada mustaqil holda bajariladi. Unda o'quvchi va talabalarning jismoniy tarbiya va sport, sog'lomlashtirish tadbirlarining yosh avlodni barkamol inson qilib tarbiyalashdagi ahamiyati taxlil qilish imkoniyatini yaratadi. Bu jarayonni takomillashtirish shakllari o'rganib chiqiladi.

Jismoniy tarbiya va sport mashg'ulotlarining maqsad va vazifalaridan:

1. Sog'lomlashtirish.
2. Tarbiyaviy vazifalaridan har tamonlama etuk inson qilib tarbiyalash, Vatan mudofaasiga hamda mexnatga tayyorlash.
3. Ta'limiy vazifalaridan jismoniy tarbiya va sport sohasiga doir bilim va malakalarni o'zlashtirish bilan birgalikda sport turlari va ullarga oid harakat elementlarini o'zlashtirishi nazarda tutiladi.

Ta'lim umuman shaxsni maqsadli, har tomonlama rivojlantirish vazifalarini hal qiladigan pedagogik tizim sifatida qaraladi. Jismoniy tarbiya bu ma'noda uning tarkibiy qismi sifatida istisno emas. Jismoniy madaniyatni rivojlantirishga oid bir qator tushunchalarda ta'lim masalalariga alohida e'tibor qaratilgan, ammo odamlarning jismoniy madaniyatga bo'lgan munosabatini tubdan o'zgartirish, uning ulkan milliy va shaxsiy insoniy qadriyatlarini anglash zaruriyati tobora ko'proq tasdiqlanmoqda.

Ta'lim muassasalarida jismoniy tarbiya tadbirlari o'quvchi va talabalarni jismoniy rivojlantirish, sog'lomlashtirish va hayot faoliyatiga tayyorlashdan iborat bo'ladi. Jismoniy tarbiya jarayonlari barcha bosqichlarida tashkil etiladi. Jismoniy tarbiyani tashkil etishda ta'lim muassasaning pedagogik jamoasi jismoniy tarbiya o'qituvchilari va sport murabbiylarning ahamiyati katta.

Ta'lim muassasalarida jismoniy tarbiya tadbirlari ertalabki badantarbiya, jismoniy tarbiya darslari sport to'garaklaridagi mashg'ulotlar, sport musobaqalari va bayramlar hamda dam olish kunlari va ta'tillarda olib boriladigan turizm

mashg'ulotlari hisoblanadi. Jismoniy tarbiya tadbirlarida o'quvchilar hayotiy zarur harakatlar yurish, yugurish hamda sakrash va uloqtirish, tirmashib chiqish mashqlarni bajarib harakat malaka va ko'nikmalari shakllantiriladi. Jismoniy tarbiya vositalari bo'lib hisoblangan jismoniy mashqlar va tabiatning sog'lomlashtiruvchi kuchlari hamda gigienik vositalar yordamida ijobiy o'zgarishlar sodir bo'ladi va organizm sog'lomlashadi.

O'quvchi va talabalar jismoniy tarbiyasi ularni jismoniy harakatlarini amalga oshirishning tashkil etilgan pedagogik jarayonidir. Ta'lim muassasasidagi jismoniy tarbiyaga oid ishlar o'quvchi va talabalardan xavaskorlikni, tashabbuskorlikni, uyushqoqlikni talab qiladigan juda xilma-xil shakllari bilan farq qiladi. Ular o'quvchi va talabalarda tashkilotchilik ko'nikmalari, faollik, topqirlikni tarbiyalashga yordam beradi.

Hozirgi glaballashuv jarayonlarida ta'lim tizimida yangi pedagogik texnologiyalarni joriy etilishi bugungi zamon talablariga xos va mos yetuk, barkamol avlod tarbiyasiga hissa qo'shishda zamonaviy ilg'or yondashuvlarini jismoniy tarbiya va sport mashg'ulotlari jarayonida qo'llay olish kabi ishlarni amalga oshirish kerakligini talab etmoqda. Shu bois ushbu maqolamda jismoniy tarbiya darslarida va darsdan tashqari sport tadbirlarida innovatsion ta'lim texnologiyalarini, organayzerlarni mutaxassislar bilishi muommo va ularni yichimlarini bir nechta kerakli ko'rsatma va takliflar, yondashuvlarni ko'rsatib o'tdik.

Ta'lim muasasalarida Jismoniy tarbiya fani va darsdan tashqari sport to'garaklarinini faoliyati hamda muasasalarda foliyat yuritayotgan jismoniy tarbiya va sport yuriqchilari tomonidan tashkil etiladigan jismoniy tarbiya fanining sifati va samaradorligini oshirishda halal beradigan turli sabablar va ularni tahlili shuni ko'rsatadi:

1. Ta'lim muasasasida Jismoniy tarbiya fani uchun sport zallarining nostandartligi va sport inventarlarining yitishmasligi.
2. Ta'lim muasasasida faoliyat yuritayotgan jismoniy tarbiya fani mutaxassislarining fidoiyligi hamda tashabbuskorligining yo'qligi.
3. Ta'lim muasasasining o'quvchi va talabalarining jismoniy tarbiya va sportni 2-darajali fan sifatida qabul qilishi hamda qiziqishining kamligi.
4. Ta'lim muasasalarida jismoniy tarbiya darsi va darsdan kiyingi sport to'garaklarining foliyati hamda sport musobaqsi tadbirlari saviyali tashkil etilmasligi holatlari kuzatilmoqda.

O'quvchi va talabalarni shaxsiy qiziqishlari va jismoniy qobiliyatlariga ko'ra ularni sport turlari bilan shug'ullanishga jalb etish. Shuningdek, yashash joylarida, sport to'garaklarga umumiy jismoniy tayyorgarlik darajasi va salomatligini mustahkamlashda jismoniy tarbiya va sportning o'zni muhim ahamiyatga egaligi yuzasidan tushunchalar berish ahamiyatlidir.

Ta'lim muassasalarida sport sog'lomlashtirish mashg'ulotlarini samaradorligini oshirishda vujudga kelgan muommo va kamchiliklarini bartaraf etish yuzasidan qo'yidagilarni tavsiya qilaman.

1. **Dam olish maskanlarida sport lagerlari, istirohat va ko'ngil ochnsh**

bog'lari va hokazo sog'lomlashtirish ishlarini sifatli tashkil etish. Unda tashkil etilgan sport mashg'ulotlari yig'inlariga va yozgi sog'lomlashtirish oromgohlariga malakali mutaxassislarni jalb etish zaruratini yaratadi.

2. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining "Aholi jismoniy tayyorgarlik darajasini baholash tizimini joriy etishning tashkiliy chora-tadbirlari to'g'risida" 2021-yil 16-iyundagi PQ–5148-son qarori ijrosini ta'minlash olish ishlarini tashkil etish. Ushbu jarayonni saviyali katta bayram tadbiri tarzida tashkil etish o'quvchi va talabalar o'zining ko'rsatkichi, imkoniyatlarini va o'rtoqlarining ko'rsatkichi bilan taqqoslash imkoniyati yaratiladi va fuqoralar orasida jismoniy tarbiya va sportga bo'lgan qiziqishni ortishiga sababchi bo'laoladi.

3. Eng asosiysi zamonaviy ilg'or axborot texnologiyalarning vositalari sifatida ta'lim muasasida o'quvchi va talabalari o'rtasida tashkil etilgan sport musobaqalari va nufuzli sport musobaqalarida ishtirok etgan savrondor sportchi va faxriy sportchilarni itirof etish imkoniyatlarini yaratish. Ta'lim muasasining rag'batlari, sportchilar burchagini tashkil qilish, muasasaning telegram kanallari, saytlarida, OAV keng yoritish imkoniyatini yaratish orqali sifat saviyasini oshirish imkoniyatlarini yaratib berish.

XULOSA Xulosa qiladigan bo'lsak, hozirgi kunda sport sog'lomlashtirish mashg'ulotlarini samaradorligini takomillashtirish texnologiyalari hal qilish masalasida jismoniy tarbiya va sport mashg'ulotlarida sport yuriqchilar, o'quvchilar, B.O'.S.Mlarining murabbiylarini faoliyatini tashkil qilishda samarali vositalarini ishlab chiqish zaruratini yaratadi.

Ta'lim muassasalarida sport sog'lomlashtirish mashg'ulotlarini samaradorligini takomillashtirish texnologiyalari bo'yicha olib borilgan ilmiy tadqiqot va pedagogik amaliyot ishlarimizda bir qator kerakli bo'lgan aniq xulosalar keltirdik.

O'quvchi va talabalar jismoniy tarbiya tadbirlari ertalabki badantarbiya, jismoniy tarbiya darslari, sport to'garak mashg'ulotlari, sport sog'lomlashtirish musobaqalarida mutaxassislarning ma'suliyatini oshirish.

Ta'lim tashkilotlari, ta'lim muassasalari va sport tashkilotlari trenerlari hamda jismoniy tarbiya va sport sohasidagi boshqa mutaxassislarni qayta tayyorlash hamda malakasini oshirishni ya'ni sohaga doir bilimlar bilan qurollantirish targ'ibotchilik kayfiyatini shakllantirish lozim

Foydalanilgan adabiyotlar

1. B.T.Haydarov, G.X.Ibroimova, J.J.Kazimov Maktabgacha ta'lim tashkilotlarda jismoniy tarbiya nazariyasi. Toshkent . 2020 y
2. Axmatov M.S. Uzlaksiz ta'lim tizimida ommaviy sport-sog'lomlashtirish ishlarini samarali boshqarish, monografiya. T., O'zDJTI, 2005 y.
3. Z.O'.Rasulov. "Maktabgacha ta'limda jismoniy tarbiya" (O'quv qo'llanma) Samarqand 2024 y.