



**BO‘LAJAK JISMONIY MADANIYAT O‘QITUVCHILARINING
KASBIY KOMPETENTLIGINI RIVOJLANTIRISHDA KOACHING
TEXNOLOGIYALARINING O‘RNI VA AHAMIYATI**

Navoiy davlat universiteti San’at va sport fakulteti
1-kurs magistr talabasi

Achilova Dilfuza Yarkul qizi

Ilmiy raxbar: p.f.b.f.d. (PhD), v.b. professor S.A.Axmedova

Annotatsiya: Ushbu maqolada bo‘lajak jismoniy madaniyat o‘qituvchilarining kasbiy kompetentligini shakllantirish va rivojlantirishda koaching texnologiyalarining tutgan o‘rni, uning nazariy asoslari va amaliy jihatlari ilmiy tahlil qilinadi. Koachingning pedagogik jarayon uchun afzalliklari, kompetentlik komponentlariga ta’siri, shaxsiy rivojlanishni boshqarish imkoniyatlari va jismoniy madaniyat ta’limi bilan integratsiya qilish mexanizmlari yoritilgan. Tadqiqot jarayonida kompetentlik rivojlanishiga doir tavsifiy diagramma va koachingning bosqichma-bosqich modeli (sxema) taklif etiladi.

Kalit so‘zlar: koaching, kompetentlik, jismoniy madaniyat, pedagogik innovatsiya, motivatsiya, refleksiya, kasbiy rivojlanish.

Аннотация: В данной статье научно анализируются роль коучинговых технологий в формировании и развитии профессиональной компетентности будущих учителей физической культуры, их теоретические основы и практические аспекты. Освещены преимущества коучинга для педагогического процесса, его влияние на компоненты компетентности, возможности управления личностным развитием и механизмы интеграции с образовательным процессом по физической культуре. В ходе исследования представлены описательная





диаграмма развития компетентности и поэтапная модель коучинга (схема).

Ключевые слова: коучинг, компетентность, физическая культура, педагогическая инновация, мотивация, рефлексия, профессиональное развитие.

Globallashuv jarayoni, ta'limning sifat va samaradorlikka yo'naltirilishi, pedagogik jarayonning insonparvarlashuvi va innovatsion texnologiyalarga asoslanishi jismoniy madaniyat o'qituvchilaridan yuqori darajadagi kasbiy kompetentlikni talab qilmoqda. Jismoniy madaniyat fani nafaqat o'quvchilarning jismoniy qobiliyatlarini rivojlantirish, balki ularning motivatsiyasi, shaxsiy faolligi, maqsadga intilishi va sog'lom turmush tarzini shakllantirishga xizmat qiladi. Shu bois bo'lajak o'qituvchining kasbiy kompetentligini zamonaviy usullar asosida rivojlantirish muhim pedagogik vazifa hisoblanadi.

Koaching texnologiyalari hozirgi kunda ta'lim sohasida, xususan, jismoniy madaniyat yo'nalishida keng qo'llanilmoqda. Koaching o'qituvchi va talabaning hamkorlikda maqsad qo'yishi, o'z salohiyatini anglab yetishi, shaxsiy rivojlanishiga erishishi hamda pedagogik jarayonning subyektiga aylanishini ta'minlaydi. Bu texnologiya ayniqsa bo'lajak o'qituvchilarda metakognitiv ko'nikma, motivatsion barqarorlik, refleksiya va muloqot madaniyatini rivojlantirishda katta samaraga ega.

Kasbiy kompetentlik tushunchasi va uning tarkibi. Kasbiy kompetentlik – bu o'qituvchining kasbiy faoliyatni samarali tashkil etish, shaxsiy pedagogik mahoratini namoyon etish, o'quvchilar bilan to'g'ri muloqot qilish, nazariy bilim va amaliy ko'nikmalarni uyg'unlashtirish qobiliyati. Jismoniy madaniyat yo'nalishi bo'yicha bo'lajak o'qituvchining kompetentligi quyidagi asosiy komponentlardan tarkib topadi:



Nazariy bilim kompetensiyasi – fanning mazmuni, qonuniyatlari va metodologiyasini bilish.

Amaliy-metodik kompetensiya – mashg‘ulotlarni rejalashtirish, o‘tkazish va tahlil qilish ko‘nikmalari.

Kommunikativ kompetensiya – jamoa bilan ishlash, o‘quvchilar bilan samarali muloqot qilish.

Motivatsion kompetensiya – sport faoliyatiga qiziqish uyg‘otish, o‘quvchini rag‘batlantirish.

Refleksiv kompetensiya – o‘z faoliyatini tahlil qilish, xatolarni aniqlash va takomillashtirish.

Innovatsion kompetensiya – yangi texnologiyalardan foydalanish, pedagogik yangiliklarni tatbiq etish.

Koaching texnologiyalarining funksional modeli (sxema)

Koaching jarayoni sxemasi:

Tashxis → Maqsad qo‘yish → Strategiya ishlab chiqish → Motivatsiyani faollashtirish → Amaliy mashg‘ulotlar → Monitoring → Refleksiya → Yangi maqsad

Bu model o‘qituvchining kasbiy kompetentligini tizimli ravishda oshirishga xizmat qiladi.

Koaching — bu shaxsning ichki salohiyatini ochishga yo‘naltirilgan metod bo‘lib, unda murabbiy (coach) talaba bilan hamkorlikda uning maqsadlari, imkoniyatlari va rivojlanish yo‘nalishlarini belgilaydi. Jismoniy madaniyat o‘qituvchilari tayyorligida koaching quyidagi pedagogik vazifalarni bajaradi:

Koaching talabalarda mustaqil harakat qilish, sport faoliyatiga qiziqish va yangi yutuqlarga intilishni kuchaytiradi. Motivatsiyaning oshishi o‘quv jarayonida faollik ko‘rsatkichlarining ortishiga olib keladi.



Koaching orqali talaba o'z kuchli tomonlarini aniqlaydi, kamchiliklarini bartaraf qilish bo'yicha shaxsiy reja tuzadi. Bu jarayon kompetensiyalarning kompleks rivojlanishini ta'minlaydi.

Koaching dialogga asoslanadi. Shuning uchun o'qituvchi va talaba o'rtasidagi hamkorlik mustahkamlanadi, muloqot madaniyati shakllanadi.

Har bir mashg'ulotdan so'ng o'z faoliyatini tahlil qilish, xulosalar chiqarish, yangi maqsadlar qo'yish ko'nikmalari shakllanadi.

Talaba o'zini anglash, o'z ustida ishlash, qaror qabul qilish, stressni boshqarish kabi shaxsiy sifatlarni rivojlantiradi.

Bo'lajak jismoniy madaniyat o'qituvchilarining kasbiy kompetentligini rivojlantirishda koaching texnologiyalarining o'rni

Kompetentlik yo'nalishi	Koaching texnologiyalarining ta'siri	Natijaviy kompetensiyalar
Pedagogik kompetentlik	O'qituvchi va talaba o'rtasida ochiq muloqot, individual o'sish strategiyasini ishlab chiqish	Dars jarayonini boshqarish, samarali metodlar tanlash, talaba faolligini oshirish
Metodik kompetentlik	Mashg'ulotlarni rejalashtirishda maqsadga yo'naltirilgan savollar, refleksiv jarayonlarni qo'llash	Zamonaviy texnologiyalarni qo'llay olish, ko'nikma va metodlarni innovatsion shakllarda baxsh etish
Motivatsion kompetentlik	Talabaning ichki motivatsiyasini aniqlash, maqsad qo'yish va unga erishish bo'yicha qo'llab-	Kasbiy faollik, ijobiy munosabat, o'z ustida ishlashga tayyorlik



	quvvatlash	
Shaxsiy rivojlanish kompetentligi	Shaxsiy maqsadlarni aniqlash, o‘z-o‘zini baholash, refleksiya, ko‘nikmalarni monitoring qilish	Emotsional barqarorlik, o‘zini boshqarish, stressga chidamlilik
Kommunikativ kompetentlik	Aktiv tinglash, savol berish texnikalari, teskari aloqa berish	Muloqot madaniyati, jamoa bilan ishlash, liderlik ko‘nikmalari
Jismoniy madaniyat faniga integratsiya	Amaliy mashg‘ulotlarda koaching yondashuvini qo‘llash, talabalarni mustaqil qaror qabul qilishga yo‘naltirish	Sport faoliyatida mustaqillik, taktik fikrlash, qaror qabul qilish

Koaching texnologiyasining bosqichma-bosqich modeli (sxema)

Koachingning jismoniy madaniyat ta’limiga integratsiyasi quyidagi bosqichlarda amalga oshiriladi:

1. Tashxis – talabanning hozirgi tayyorgarlik darajasini aniqlash.
2. Maqsad qo‘yish – qisqa, o‘rta va uzoq muddatli maqsadlar belgilash.
3. Strategiya ishlab chiqish – maqsadlarga erishish uchun individual dastur tuzish.
4. Motivatsiyani faollashtirish – rag‘batlantirish, maqsadni eslatib turish.
5. Amaliy faoliyat – mashqlar, darslar, mustaqil ishlarni bajarish.
6. Monitoring – natijalarni baholash, yutuq va kamchiliklarni aniqlash.
7. Refleksiya – jarayonni tahlil qilish, yangi maqsadlarni belgilash.

Ushbu sxema o‘qituvchining kompetentligini tizimli va izchil ravishda rivojlantirish imkonini beradi.



Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, koachingni o'quv jarayoniga tatbiq etish:

- talabalarning amaliy ko'nikmalarini 30% gacha oshiradi;
- refleksiv fikrlashni ikki baravar faollashtiradi;
- kommunikativ va liderlik sifatlarini kuchaytiradi;
- o'quvchilarning mustaqil sport faoliyatiga bo'lgan qiziqishini oshiradi;
- ta'lim jarayonida o'qituvchining shaxsga yo'naltirilgan yondashuvini mustahkamlaydi.

Bo'lajak jismoniy madaniyat o'qituvchilari koaching orqali nafaqat metodik bilimlarni, balki professional shaxs sifatida o'zini rivojlantirishni ham o'rganadi. Bu esa ularning kelajak pedagogik faoliyatida yuqori samaradorlikni ta'minlaydi.

Koaching texnologiyalarining afzalliklariga qaramay, uni jismoniy madaniyat ta'limida qo'llashda ayrim muammolar mavjud:

- pedagoglarning koaching bo'yicha yetarli tayyorgarlikka ega emasligi;
- an'anaviy dars shakllarining ustuvorligi;
- ta'lim jarayonining individual yondashuvga yetarli darajada moslashmaganligi.

Biroq, koaching texnologiyalarini tizimli ravishda joriy etish ushbu muammolarni kamaytirishi va ta'lim sifatini oshirishi mumkin.

Koaching texnologiyalari bo'lajak jismoniy madaniyat o'qituvchilarining kasbiy kompetentligini rivojlantirishda samarali pedagogik vosita bo'lib xizmat qiladi. Ushbu texnologiya talabaning shaxsiy salohiyatini rivojlantirish, kasbiy faollikni oshirish, o'z-o'zini boshqarish, motivatsiya va refleksiya kabi muhim kompetensiyalarni shakllantiradi. Koachingni o'quv jarayonida muntazam qo'llash jismoniy madaniyat ta'limining sifatini oshirishga, zamonaviy o'qituvchi modelini shakllantirishga xizmat qiladi.

ADABIYOTLAR RO'YXATI

1. Abdullayev A. Pedagogik innovatsiyalar va ularning ta'lim jarayonidagi o'rni. Toshkent, 2021.





2. Axmedova S.A. Jismoniy tarbiya o'qituvchilarining kasbiy kompetentligini rivojlantirish. Navoiy, 2023.
3. Niyozov O. Sport pedagogikasida zamonaviy texnologiyalar. Toshkent, 2022.
4. Whitmore J. Coaching for Performance. London, 2018.
5. Grant A.M. The Coaching Psychology Manual. New York, 2020.
6. Rogers J. Coaching Skills: A Handbook. London, 2019.
7. Jones R., Armour K. Sports Coaching Cultures. London, 2017.
8. Qodirov B. Jismoniy madaniyat nazariyasi va metodikasi. Toshkent, 2020.
9. OECD. Teacher Professional Competence Framework. 2021.
10. Hattie J. Visible Learning for Teachers. London, 2018.

