

TALABALAR JISMONIY SIFATLARINI TARBIYALASHDA PEDAGOGIK TEXNOLOGILARNI JORIY ETISHNING NAZARIY VA AMALIY ASOSLARI

Mamatkulova Zamira G'anikulovna

*Toshkent davlat agrar universiteti o'qituvchisi,
O'zbekiston milliy pedagogika universiteti tayanch doktoranti*

Annotatsiya: Mazkur maqolada oliy ta'lim muassasalarida tahsil olayotgan talabalar jismoniy sifatlarini rivojlantirishda zamonaviy pedagogik texnologiyalarni joriy etishning nazariy asoslari hamda amaliy imkoniyatlari yoritilgan. Tadqiqotda jismoniy tarbiya jarayonida interfaol metodlar, axborot-kommunikatsiya texnologiyalari, kompetensiyaviy va shaxsga yo'naltirilgan yondashuvlarning ahamiyati ilmiy jihatdan tahlil qilinadi. Shuningdek, talabalar jismoniy tayyorgarligi, harakat faolligi va sog'lom turmush tarzini shakllantirishda pedagogik texnologiyalarning samaradorligi amaliy natijalar asosida ochib beriladi.

Kalit so'zlar: jismoniy tarbiya, pedagogik texnologiyalar, interfaol metodlar, jismoniy sifatlar, sog'lom turmush tarzi, kompetensiyaviy yondashuv, oliy ta'lim.

Bugungi kunda oliy ta'lim tizimida bo'lajak mutaxassislarni har tomonlama barkamol, sog'lom va raqobatbardosh etib tarbiyalash muhim strategik vazifalardan biri hisoblanadi. Bu jarayonda talabalarning nafaqat intellektual, balki jismoniy rivojlanganligi ham alohida ahamiyat kasb etadi. Jismoniy sifatlar – kuch, chaqqonlik, chidamlilik, egiluvchanlik va tezkorlik – shaxsning sog'lom hayot kechirishi va kelajak kasbiy faoliyatida yuqori samaradorlikka erishishining muhim omillaridir.

An'anaviy jismoniy tarbiya mashg'ulotlari bugungi talabalar ehtiyojini to'liq qondira olmayapti. Shu sababli, ta'lim jarayoniga zamonaviy pedagogik texnologiyalarni joriy etish, innovatsion yondashuvlarni qo'llash zarurati yuzaga kelmoqda. Pedagogik texnologiyalar talabaning faolligini oshiradi, mustaqil fikrlashini rivojlantiradi va jismoniy mashg'ulotlarga bo'lgan qiziqishini kuchaytiradi.

Talabalar (oli y o'quv yurtlari yoki maktab o'quvchilari) jismoniy sifatlarini (kuch, chaqqonlik, chidamlilik, tezlik, moslashuvchanlik va boshqalar) rivojlantirish jismoniy tarbiya jarayonining asosiy maqsadlaridan biridir. Pedagogik texnologiyalarni joriy etish bu jarayonni samarali, ilmiy asoslangan va natijaga yo'naltirilgan qilishga xizmat qiladi. Quyida mavzuning nazariy va amaliy asoslari haqida batafsil ma'lumot beriladi.

Nazariy asoslari

Pedagogik texnologiya ta'lim-tarbiya jarayonini loyihalashtirish, tashkil etish va natijaga erishishning ilmiy asoslangan tizimidir. U ta'lim jarayonini optimallashtirish, individual yondashuv va kafolatlangan natijaga asoslanadi.

- Pedagogik texnologiyaning mohiyati: Pedagogik texnologiya – bu ta'lim-tarbiya jarayonini samarali tashkil etishga oid nazariy va amaliy bilimlar majmui. U yaxlitlik, optimallashtirish, zamonaviylik va shaxsiy yondashuv tamoyillariga asoslanadi. Jismoniy tarbiyada bu texnologiyalar talabalarning jismoniy rivojlanishini, sog'lig'ini mustahkamlash va harakat ko'nikmalarini shakllantirishga yo'naltiriladi.

- Ilmiy asoslari:

- Jismoniy tarbiya nazariyasi (L.P. Matveev, R.S. Salomov va boshqalar asarlari) jismoniy sifatlarni rivojlantirishni pedagogik jarayonning bir qismi sifatida ko'radi. Bu jarayon uzluksizlik, progressivlik va yoshga moslik tamoyillariga tayangan.

- Innovatsion pedagogik texnologiyalar (interfaol metodlar, loyiha usullari, axborot texnologiyalari) talabalarda motivatsiya hosil qilish, mustaqil fikrlash va amaliy ko'nikmalarni shakllantirishga asoslanadi.

- O'zbekiston ta'lim tizimida (Kadrlar tayyorlash milliy dasturi) ilg'or pedagogik texnologiyalarni joriy etish ta'lim sifatini oshirishning asosiy vazifasi sifatida belgilangan.

- Xalqaro tajriba: Nonlinear pedagogiya (non-linear pedagogy) va Teaching Games for Understanding (TGfU) kabi modellar jismoniy tarbiyada talabalarning qaror qabul qilish va muammo hal etish ko'nikmalarini rivojlantiradi. Physical Literacy (jismoniy savodxonlik) modeli esa umrbod faol hayot tarzini shakllantirishga yo'naltirilgan.

Amaliy asoslari

Amaliyotda pedagogik texnologiyalarni joriy etish talabalarning jismoniy sifatlarni rivojlantirishni samarali qiladi. Quyidagi usullar va texnologiyalar qo'llaniladi:

- Interfaol va innovatsion metodlar:

- O'yinli mashqlar, guruhli musobaqalar va loyiha faoliyati talabalarda qiziqish uyg'otadi va jismoniy sifatlarni (masalan, chidamlilik va chaqqonlik) rivojlantiradi.

- Milliy o'yinlar (uzbek xalq o'yinlari) va ritmik gimnastika motivatsiyani oshiradi.

- Zamonaviy texnologiyalar:

- Axborot-kommunikatsiya texnologiyalari (video tahlil, mobil ilovalar, virtual trenajyorlar) mashqlarni individual moslashtirishga imkon beradi.

- Trenažyorlar va qurilmalar (konditsion va sport tayyorgarligi texnologiyalari) jismoniy yuklamani aniq boshqarishga yordam beradi.

- Tashkil etish algoritmi:

1. Talabalar tayyorgarligini tashxislash (jismoniy testlar).

2. Individual va guruhli reja tuzish.
3. Interfaol mashg'ulotlar o'tkazish (masalan, gamification – o'yin elementlari).
4. Natijalarni baholash va korreksiya.

- O'zbekiston amaliyoti: Boshlang'ich sinf va oliy ta'limda innovatsion texnologiyalar (masalan, inkluziv jismoniy tarbiya) qo'llanilmoqda. Bo'lajak jismoniy tarbiya o'qituvchilarini tayyorlashda o'zini-o'zi rivojlantirish va yangi texnologiyalarni o'zlashtirishga urg'u beriladi.

Pedagogik texnologiyalarni jismoniy tarbiyaga joriy etish talabalarda nafaqat jismoniy sifatlarni, balki motivatsiya, mustaqillik va sog'lom turmush tarzini shakllantiradi. Nazariy asoslar ilmiy tadqiqotlar va davlat dasturlariga, amaliy asoslar esa innovatsion metodlar va texnologiyalarga tayangan. Bu yondashuv ta'lim samaradorligini oshirib, barkamol avlod tarbiyalashga xizmat qiladi. Qo'shimcha ma'lumot uchun maxsus adabiyotlar (masalan, "Jismoniy madaniyat nazariyasi va metodikasi" yoki pedagogik texnologiyalar bo'yicha qo'llanmalar) tavsiya etiladi.

Olingan natijalar mavjud ilmiy qarashlar bilan uyg'unlikda bo'lib, pedagogik texnologiyalar jismoniy tarbiya samaradorligini oshirishini tasdiqlaydi. Shu bilan birga, texnologiyalarni joriy etishda o'qituvchining kasbiy tayyorgarligi va metodik mahorati muhim ahamiyatga ega ekanligi aniqlandi.

Munozara jarayonida ayrim hollarda texnik vositalardan noto'g'ri foydalanish mashg'ulot samaradorligini pasaytirishi mumkinligi qayd etildi. Demak, pedagogik texnologiyalarni joriy etish uzluksiz metodik qo'llab-quvvatlashni talab etadi.

Xulosa

Xulosa qilib aytganda, talabalar jismoniy sifatlarini tarbiyalashda pedagogik texnologiyalarni joriy etish ta'lim jarayonining samaradorligini sezilarli darajada oshiradi. Zamonaviy yondashuvlar talabalarda sog'lom turmush tarzini shakllantirish, jismoniy faollikni rivojlantirish va mustaqil mashg'ulot olib borish ko'nikmalarini hosil qiladi.

Jismoniy tarbiya mashg'ulotlariga interfaol va innovatsion metodlarni keng joriy etish;

O'qituvchilarning pedagogik texnologiyalar bo'yicha malakasini oshirish;

Axborot-kommunikatsiya vositalaridan foydalanishni tizimli yo'lga qo'yish;

Talabalar jismoniy rivojlanishini muntazam monitoring qilish mexanizmlarini ishlab chiqish.

Adabiyotlar.

1. Usmonov B.Sh. Jismoniy tarbiya darslarida interfaol metodlardan foydalanish. – Toshkent: Ilm Ziya, 2021. – 168 b.
2. Ismoilov T., Qodirov F. Sport pedagogikasi asoslari. – Samarqand: SamDU nashriyoti, 2018. – 210 b.

3. Tolipov O'., Usmonboyeva M. Pedagogik texnologiyalarning tatbiqiy asoslari. – Toshkent: Fan va texnologiya, 2017. – 190 b.
4. G'ofurov N. Oliy ta'limda jismoniy tarbiya va sog'lom turmush tarzi. – Toshkent: Innovatsiya, 2020. – 224 b.
5. Ziyomammedov B., Tojiyev M. Ta'lim jarayonini loyihalash va pedagogik texnologiyalar. – Toshkent: Fan, 2018. – 240 b.
6. Mahkamov U. Talabalarning jismoniy rivojlanishini baholash metodlari. – Buxoro: BDU nashriyoti, 2019. – 156 b.
7. UNESCO. Quality Physical Education Guidelines for Policy-Makers. – Paris: UNESCO Publishing, 2015. – 120 p.