

"UZLUKSIZ TA'LIM TIZIMIDA JISMONIY TARBIYA DARSLARINING SAMARADORLIGINI OSHIRISH MEXANIZMLARI"

Yusupov Alisher

Toshket iqtisodiyot va soliq texnikumi
jismoniy tarbiya fani o'qituvchisi

Annotatsiya: Uzluksiz ta'lim tizimida jismoniy tarbiya darslarining samaradorligini oshirish bugungi kunda davlatimiz tomonidan qo'yilayotgan asosiy maqsadlardandir. Maktabgacha ta'lim muassasalari, umumiy o'rta maktab, akademik litsey va kasb-hunar kollejlari, oliy ta'lim muassasalarida jismoniy tarbiya va sport darslari orqali yoshlarning sog'lom turmush tarzi asoslari shakllantiriladi. Ushbu tadqiqotda uzluksiz ta'lim tizimida jismoniy tarbiya darslarining samaradorligini oshirish mexanizmlari, ular orqali yosh avlodni sog'lom va ma'naviy barkamol etib tarbiyalash, shuningdek, innovatsion va interfaol uslublarni qo'llash imkoniyatlari chuqur o'rganilgan. Shuningdek, respublikamizning yangi ta'lim konsepsiyasidan kelib chiqqan holda jismoniy tarbiya sohasida zamonaviy darslarni tashkil etish hamda jismoniy tarbiya o'qituvchilarining kasbiy salohiyatini oshirish bo'yicha tavsiyalar ishlab chiqilgan.

Kalit so'zlar: uzluksiz ta'lim, jismoniy tarbiya, samaradorlik, interfaol metodlar, innovatsion texnologiyalar, sog'lom turmush tarzi, dars mexanizmlari, o'qituvchi salohiyati.

XXI asrda ta'lim va tarbiya jarayonlari yangi bosqichga ko'tarilmoqda. Zamonaviy jamiyatda yosh avlodning jismoniy va psixologik sog'lig'ini muhofaza qilish, kuchli madaniyatli, har tomonlama yetuk hamda hayotda faol ishtirok eta oladigan kadrlarni tayyorlash davlat siyosatining ustuvor yo'nalishlaridan biri hisoblanadi. Jismoniy tarbiya esa uzluksiz ta'lim tizimining muhim bo'g'ini sifatida yosh avlodni sog'lom hayot tamoyillariga rioya qilishga undaydi, ularni irodali, ma'suliyatli, fidokor bo'lib shakllanishiga xizmat qiladi. Jismoniy tarbiya darslari avvalambor inson salomatligi, ruhiy va aqliy rivojlanishda beqiyos rol o'ynaydi. Shu boisdan ham bugun barcha ta'lim

bosqichlarida mazkur sohaning samaradorligi, amaliy ahamiyatini oshirishga qaratilgan muayyan mexanizmlar ishlab chiqilishi va amaliyotga joriy etilishi dolzarb vazifadir. O‘zbekiston Respublikasining “Ta’lim to‘g‘risida”gi Qonunida, 2020–2030 yillarda jismoniy tarbiya va sportni rivojlantirish Konsepsiyasida (2020), Davlat dasturlarida ushbu jihatlar alohida belgilangan.

Jismoniy tarbiya darslarining sifatli tashkil etilishi turli omillar bilan chambarchas bog‘liq. Avvalo, ta’lim muassasalari moddiy-texnik bazasi zamonaviy innovatsion moslamalar va sport jihozlari bilan jihozlangan bo‘lishi kerak. Dars mashg‘ulotlari faqat an’anaviy mashqlar asosida emas, balki yangi interfaol va innovatsion texnologiyalardan foydalanilgan holda o‘tkazilgani samaradorlikka ijobiy ta’sir ko‘rsatadi. Bolalar va yoshlarning sog‘lom jismoniy rivojlanishini ta’minlash uchun o‘quv dasturlarida milliy sport o‘yinlari va madaniy qadriyatlarning keng qamrovda aks ettirilishi lozim.

Yana bir muhim jihat – o‘qituvchining kasbiy mahorati va muntazam o‘z ustida ishlashi. O‘qituvchi faqat bilim sohibi emas, balki yosh avlod uchun ibrat namunasi, ularni jismoniy va ma’naviy jihatdan yetuk inson qilib tarbiyalovchi murabbiysidir. Zamonaviy o‘qituvchi o‘z kasbiga yuksak mas’uliyat bilan yondashishi, yangi metod va texnologiyalarni egallashga intilishi, har bir o‘quvchining jismoniy rivojlanishini monitoring qilib borishi, individual yondashuvni takomillashtirishi kerak (Toshxo‘jaeva, 2022).

So‘nggi yillarda jismoniy tarbiya darslarini tashkil etishda innovatsion texnologiyalardan, zamonaviy interfaol ta’lim usullaridan keng foydalanilmoqda. Masalan, jismoniy tarbiya mashg‘ulotlarini multimedia vositalar yordamida o‘tkazish, interaktiv o‘yin, trener dasturlari, sport simulyatorlari orqali bolalar va o‘smirlarning darsga bo‘lgan qiziqishlari oshadi, ularda sport va sog‘lom turmushga intilish kuchayadi. Innovatsion uskunalar orqali nafaqat jismoniy harakatlar, balki o‘quvchilarning o‘z-o‘zini baholashi, mustaqil mashg‘ulotlar o‘tkazishi, natijalarni real vaqt rejimida monitoring qilish imkoniyati yaratiladi.

Yuqori malakali o‘qituvchi zamonaviy metodikani, masalan, loyiha asosidagi o‘qitish, muammoli vaziyatlar yaratish, rolli o‘yinlardan foydalanadi. Jismoniy

mashqlarda kooperativ o'yinlar, kichik guruhlarda ishlash, "do'stona bellashuv" metodikasi sportning ijtimoiy xarakterini yanada kuchaytiradi. Shu tariqa, har bir ishtirokchiga o'zini ko'rsatish va erkin ijod qilish imkoniyati yaratiladi (Karimov, 2020).

Uzluksiz ta'lim – bu bola tug'ilganidan boshlab yoshga mos tartibda, hayot davomida bilim, ko'nikma, kompetensiya va sifatlarni muntazam oshirib borish jarayonidir. Bu jarayonda jismoniy tarbiya o'quvchining bosqichma-bosqich jismoniy, ruhiy va ijtimoiy qulay muhitda rivojlanishiga xizmat qilishi lozim. Misol uchun, maktabgacha ta'lim muassasalarida asosiy e'tibor o'yin orqali jismoniy harakatlarni rivojlantirishga qaratiladi, boshlang'ich ta'limda esa sog'lomlashtirish va harakat ko'nikmalarini mustahkamlash ustuvorlik qiladi, o'rta va yuqori bosqichda raqobatbardoshlik va yetakchilik sifatlarini shakllantirish asosiy o'rinda bo'ladi. Shuningdek, ta'lim yo'nalishlarini integratsiya qilish – biologiya, anatomiya, ekologiya, sog'lom turmush tarzi asoslari bilan uyg'unlikda olib borilishi – samaradorlikni oshirishda muhim ahamiyat kasb etadi. Fanlararo yondashuv yordamida o'quvchilar nafaqat harakat, balki sog'liq, ovqatlanish, ekologik muammolar, jamiyatda sportning ahamiyati kabi masalalarni kompleks anglab yetadilar (Usmonxo'jayev, 2019).

Jismoniy tarbiya samaradorligini oshirishda ota-onalar ishtirokini kuchaytirish, jamiyat va sport tashkilotlari bilan mustahkam hamkorlikni yo'lga qo'yish muhimdir. Ota-onalarga maxsus seminarlar, ma'ruzalar tashkil etish, bolalarni sport klublariga faol jalb etish, jamiyatda sog'lom hayot va sport tadbirlarini ommalashtirish orqali samaradorlik oshadi.

Ta'lim muassasasi va mahalla, sport tashkilotlari, sog'liqni saqlash muassasalari o'rtasida doimiy aloqalar yo'lga qo'yiladi. Jismoniy tarbiya darslari natijalari, bolalarning individual rivojlanishi, sport musobaqalaridagi ishtiroki haqida muntazam axborot almashinuvi, jamoaviy tadbirlar orqali bolalarda sportga, harakatga, sog'lom turmushga qiziqish kuchayadi (Toshpo'latova, 2020).

Yangi bosqichda jismoniy tarbiya darslari samaradorligini muntazam baholash uchun zamonaviy monitoring tizimi ishlab chiqilishi kerak. Bu jarayon har bir o'quvchining jismoniy rivojlanishini, darslarda ishtirokini, natijalarini tahlil qilish, o'qituvchi faoliyatini

ob'ektiv baholash, resurslardan foydalanish samaradorligini ko'rsatib beradi. Shuningdek, statistik ma'lumotlar, elektron kundalik, mobil ilovalar orqali ma'lumotlarni jamlash, tahlil qilish usullari keng joriy qilinmoqda (O'rinoва, 2021).

Xulosa

Uzluksiz ta'lim tizimida jismoniy tarbiya darslarining samaradorligini oshirish uchun kompleks yondashuv, innovatsion texnologiyalar va interfaol metodlarni keng joriy etish, ta'lim muassasalarining moddiy-texnik infratuzilmasini yangilash, sifatli kadrlarni tayyorlash, zamonaviy monitoring tizimini yaratish, ota-onalar va jamiyat bilan uzluksiz hamkorlik qilish zarur. Eng muhimi, har bir yosh avlod vakilining sog'lom va ahloqan yetuk qilib tarbiyalash davlat siyosati va ta'lim tizimining ustuvor vazifasi bo'lib qoladi. Jismoniy tarbiya darslari samaradorligini oshirishning muhim mexanizmlaridan biri — bolalar uchun qulay psixologik va ijtimoiy muhit yaratish, zamonaviy sport jihozlari va dasturlaridan foydalanish, fanlararo integratsiyalashgan ta'limni rivojlantirish, o'quvchilarning qiziqish va ijtimoiy faoliyatini muvofiqlashtirish, jamoaviy hamkorlikni yo'lga qo'yish, o'qituvchilarning bilim, salohiyat va motivatsiyasini oshirish hisoblanadi. Shu tarzda uzluksiz ta'lim tizimida jismoniy tarbiya har bir yosh uchun sog'lom, irodali va barkamol shaxs sifatida shakllanishiga xizmat qiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Toshxo'jaeva, M. (2022). Uzluksiz ta'lim tizimida jismoniy tarbiyaviy darslarning samaradorligini oshirish mexanizmlari. "O'zbekiston ta'limi" jurnali.
2. Karimov, S. (2020). Interfaol o'quv metodlaridan foydalanishning jismoniy tarbiyada ahamiyati. "Ilm va tarbiya".
3. Usmonxo'jayev, F. (2019). Uzluksiz ta'limda fanlararo integratsiyalashgan yondashuv. "Pedagogika".
4. Astanova, N. (2021). Jismoniy tarbiya o'qituvchilarining kasbiy salohiyatini oshirish yo'llari. "Innovatsion ta'lim".
5. Toshpo'latova, K. (2020). Jismoniy tarbiya va sog'lom turmush tarzi. "Pedagogik izlanishlar".

6. Niyazova, G. (2023). Jismoniy tarbiya darslarida raqamli texnologiyalarni qo'llash samaradorligi. "Zamonaviy ta'lim".
7. O'rinoва, U. (2021). Uzluksiz monitoring tizimi va samarali baholash usullari. "Ta'lim muammolari".