YOSHLAR JISMONIY TARBIYASINI SHAKLANTIRISHNING STRATEGIK YO'LLARI

Jabborova Sevara Asroqul qizi
Toshkent viloyati Pskent tumani 12-DMTT jismoniy tarbiya yo'riqchisi
https://doi.org/10.5281/zenodo.22975280

Annotatsiya

Mazkur maqolada yoshlar jismoniy tarbiyasini rivojlantirishning pedagogik strategiyalariga oid masalalar tahlil etilgan. Shuningdek, yoshlarning jismoniy tarbiyasini takomillashtirishning ikkita strategiyasi - jismoniy tarbiya o'qituvchisining yuqori shaxsiy faolligiga asoslangan "an'anaviy" va o'qituvchi o'rtasidagi sub'ekt-ob'ekt munosabatlaridan o'tishga asoslangan "zamonaviy" strategiyalar ta'kidlangan, yoshlarning sub'ekt-sub'ekt munosabatlariga hamda birinchi o'ringa chiqish - bu talabalarning mustaqil jismoniy tarbiya va sog'lomlashtirish darslarini rejalashtirish hamda o'tkazish uchun zarur bo'lgan qadriyat va motivlar, bilim va ko'nikmalar masalalari belgilangan.

Kalit so'zlar: strategiya, texnologiyalar, jismoniy tarbiyani takomillashtirish metodikasi, an'anaviy, zamonaviy, yoshlar, jismoniy tarbiya, pedagogik strategiya, jismoniy tarbiya o'qituvchisi.

Аннотатsiя

В данной статье анализируются вопросы, касающиеся педагогических стратегий совершенствования физического воспитания молодежов. А также, выделены две стратегии совершенствования физического воспитания молодежов – «традиционная», основанная на высокой личной активности преподавателя физического воспитания, и «современная», в основе которой лежит переход от субъект-объектных отношений между преподавателем и молодёжкам к отношениям субъект-субъектным, и выведение на первый план вопросов ценностей и мотивов, знаний и умений, необходимых молодёжкам для планирования и проведения самостоятельных физкультурно-оздоровительных занятий.

Ключевые слова: стратегия, технология, методика совершенствования физического воспитания, традиционная, современная, молодёжи, физическое воспитание, педагогическая стратегия, учитель физической воспитание.

Annotation

This article analyzes issues related to pedagogical strategies for improving physical education of students. And also, two strategies for improving physical education of students were determined in the paper – "traditional", based on the high personal activity of physical education teachers, and "modern", which is based on the transition from the subject-object relationship between a teacher and a student to the subject-subject one, and putting in the forefront the issues of values and motives, knowledge and skills students need to plan and conduct independent health and fitness classes.

Keywords: strategy, technologies, methods of improving physical education, traditional, modern, students, physical culture, pedagogical strategy, physical education teacher.

© Ushbu material Creative Commons Attribution 4.0 International (CC BY 4.0) litsenziyasi asosida tarqatiladi.

Respublikada oxirgi yillarda jismoniy tarbiya va sportni ommalashtirish, aholi o‘rtasida sog‘lom turmush tarzini targ‘ib qilish, imkoniyatlari cheklangan shaxslarning jismoniy reabilitatsiyasi uchun zarur shart-sharoitlar yaratish hamda mamlakatning xalqaro sport maydonlarida munosib ishtirok etishini ta’minlash borasida izchil chora-tadbirlar amalga oshirilmoqda.

Shu bilan birga, jismoniy tarbiya va sport sohasida aholi sog‘lig‘ini mustahkamlashga ko‘maklashadigan aniq dasturlarni amaliyotga joriy etish, yoshlarni sportga keng jalb qilish va ular orasidan iqtidorli sportchilarni saralab olish, sport turlari bo‘yicha yuqori natijalarni ta’minlaydigan mahoratli sportchilar bilan milliy terma jamoalarni shakllantirish va trenerlar uchun qo‘shimcha shart-sharoitlar yaratish zarurati mavjud.

Mamlakatda yuksak madaniyatga ega bo‘lgan har tomonlama etuk hamda jismonan sog‘lom insonni shakllantirish maqsadida, aholining jismoniy tarbiya va sport sohasida malaka va bilimlarini orttirishga qaratilgan ustuvor yo‘nalishlarni belgilash, iqtidorli sportchilarni tanlab olish (seleksiya) jarayoniga innovatsion shakllar va usullarni joriy etish alohida dolzarblik kasb etmoqda [1].

Biz oliy ta’lim muassasalarining “Jismoniy tarbiya” o‘quv fanini modernizatsiya qilish bo‘yicha o‘rganishimizni “Jismoniy madaniyat nazariyasi va metodikasi” nomli ilmiy-nazariy jurnalida chop etilgan maqolalarni tahlil qilishdan boshladik.

Bu shuni anglatadiki, jismoniy madaniyatning dolzarb muammolari tadqiqotchisi o’zini qiziqtirgan muammo bo'yicha adabiy izlanish chegaralarini toraytirish imkoniyatiga ega, xususan “Jismoniy madaniyat nazariyasi va metodikasi”ga murojaat qiladi. Zero, ushbu nufuzli nashrda e’lon qilingan materiallarni o‘rganib chiqib, olim jismoniy tarbiya va sport sohasida olib borilgan va olib borilayotgan eng muhim ilmiy-tadqiqot ishlarining butun sohasi haqida etarlicha to‘liq tushunchaga ega bo'ladi.

Biz 1990-yillarning boshlarida talabalarning jismoniy tarbiyasini yaxshilashning ikkita strategiyasi allaqachon takomillashganligini aniqladik. Birinchisi shartli ravishda “an’anaviy” deb nomlangan, u tarixan birinchi bo‘lib paydo bo‘lgan va metodologiyani boshqarish bilan bog‘liq jismoniy tarbiya o‘qituvchilarining yuqori shaxsiy faolligi tufayli bu erda mavjud bo‘lgan muammolarni hal qilishga urinishlar bilan bog‘liq [2, 7; 3, 463].

Maqola muallifining qayd etishicha, Chirchiq davlat pedagogika universitetida (ChDPU) olib borilgan tadqiqotlar natijalari shuni ko‘rsatadiki, jismoniy tarbiya va sport bilan shug‘ullanish ko‘pchilik talabalar uchun dolzarb ehtiyojga aylanmagan, salomatlik va jismoniy tayyorgarlik yoshlarning muhim qismining etakchi qadriyatlaridan biri emas. Shu bilan birga, mashg‘ulotlardan ozod qilingan yoki maxsus tibbiy guruhga qabul qilingan talabalar soni ortib bormoqda.

Bu erda talabalarning sog‘lig‘i va jismoniy tarbiyasini shakllantirish va saqlash uchun tashkiliy-pedagogik sharoitlarning tarkibiy qismlari quyidagilardir:

– jismoniy o‘zini o‘zi tarbiyalash motivlarini shakllantirish;

– valeologik bilim, ko‘nikma va sog‘lom turmush tarzi malakalarini o‘zlashtirish;

– jismoniy holatni saqlash va rivojlantirish;

– jismoniy tayyorgarlikni takomillashtirish va o‘z-o‘zini rivojlantirish bo‘yicha o‘quv mashg‘ulotlarining mazmuni, sog‘lom turmush tarzining shaxsan muhim qadriyatlarini shakllantirish bo‘yicha targ‘ibot va tarbiyaviy ishlarning mazmuni;

– shaxsning jismoniy madaniyatini o‘z-o‘zini rivojlantirishni rag‘batlantirish bo‘yicha o‘qituvchining faoliyati;

– talabalarning jismoniy madaniyat bo‘yicha o‘z-o‘zini rivojlantirish faoliyati;

© Ushbu material Creative Commons Attribution 4.0 International (CC BY 4.0) litsenziyasi asosida tarqatiladi.

– pedagogik vositalar (o‘quv-trenirovka mashqlari, ijodiy vazifalar, sog‘liqni saqlash va jismoniy holatni rivojlantirishning texnik vositalari);

– o‘quv-uslubiy ta’minot sifati, shu jumladan individual dasturlar, o‘quv qo‘llanmalar, uslubiy tavsiyalar.

Talabalarning jismoniy o‘zini o‘zi tarbiyalash texnologiyasi doirasida yangilash uchun pedagogik vositalarni tanlash bo‘yicha keng maydon taqdim etiladi:

– “faoliyatni boshlash” darajasida – pedagogik muloqot, pedagogik baho, pedagogik talablar, pedagogik ma’lumotli nutq va ko‘rgazmali ta’sir, pedagogik hal etish va ziddiyat yaratish;

– “hayot yo‘llari bilan jihozlash” darajasida - kashf qilish, ishtirok etish, tasvirni kiritish, faoliyatni rag'batlantirish, og'ishlarni tuzatish, faoliyatga jalb qilish, faoliyatga qo'shish, faoliyatga ko‘nikish, bilim bilan tanishtirish, munosabatlarni ko‘rsatish, faoliyatga jalb qilish, ruhiy stressni bartaraf etish, pozitsiyalarni belgilash, tanlov oldidan belgilash;

– “erkin tanlovni rag’batlantirish” darajasida – ijobiy mustahkamlash, pedagogik baholash, pedagogik talab (me’yorning so’zsizligi), pedagogik ishonch (tezis – dalil), pedagogik konflikt – murosaga kelish.

Zamonaviy g’oyalarga ko’ra, ta’lim jarayoni, bir tomondan, uning ijtimoiy ahamiyatga ega mazmuni bilan bog'liq bo‘lsa, ikkinchi tomondan, o‘quvchining o‘quv jarayonining sub’ekti va o’z madaniyatining tashuvchisi sifatidagi tajribasi bilan belgilanadi. So‘nggi yillarda jismoniy madaniyat nafaqat ijtimoiy hodisa, balki shaxsning barqaror holati sifatida ham ko’proq gapirilmoqda. Shuning uchun OTMda ta’lim talabaning o’z jismoniy madaniyatining sub’ekti sifatida shakllanishiga yo'naltirilgan bo'lishi kerak. Jismoniy madaniyat umumiy madaniyatning jabhalaridan biri bo’lib, ko’p jihatdan shaxsning o’qishdagi, ishdagi, kundalik hayotdagi, muloqotdagi xatti-harakatlarini belgilaydi, ijtimoiy-iqtisodiy, ta’lim va sog'lomlashtirish vazifalarini hal qilishga yordam beradi.

Tadqiqotni tashkil qilishda uning muallifi talabalarning jismoniy madaniyatini shakllantirishning asosi jismoniy va funktsional tayyorgarlik dinamikasi va ko’rsatkichlari, somatik salomatlik potentsiali darajasi, qadriyatlarga munosabat tahlili ekanligi, jismoniy madaniyat nazariy va uslubiy-amaliy bilim, ko’nikma hamda malakalar tizimini egallash darajasidan kelib chiqadi. OTM talabalarining jismoniy madaniyatini shakllantirish “Jismoniy madaniyat” fani bo‘yicha o‘quv jarayonini sifat jihatidan takomillashtirish va yangi pedagogik texnologiyalarni keng qo‘llash asosida eng samarali amalga oshirilmoqda. Amalga oshirilayotgan yo‘nalishlar mutanosibligi O‘zbekiston davlat ta’lim standartiga muvofiq jismoniy tarbiya sohasidagi muammolarni maqsadli hal etish imkonini beradi.

Talabalar jismoniy madaniyatining rivojlanish darajasini baholash va o’quv jarayoni samaradorligini oshirish yo’llarini izlashda muallif quyidagilarni tahlil qilishni muhim deb hisobladi: 1) talabalarning jismoniy madaniyat darajasini belgilovchi ko’rsatkichlar; 2) talabalarning jismoniy madaniyatini shakllantirish uchun o’quv jarayonini tashkil etish xususiyatlarini tavsiflovchi ko’rsatkichlar; 3) yangi pedagogik texnologiyalarni joriy etish orqali jismoniy tarbiya bo’yicha o’quv jarayonini tashkil etishda mumkin bo’lgan o’zgarishlar.

Talabalarning jismoniy madaniyat darajasi quyidagicha baholandi: 1) ularning jismoniy va funktsional tayyorgarligi ko’rsatkichlari bo’yicha; 2) salomatlik salohiyati darajasining dinamikasi; 3) talabalarning jismoniy madaniyat qadriyatlariga munosabatini tahlil qilish; 4) jismoniy madaniyat sohasidagi bilim darajasi.

Tahlil, xususan, talabalarning jismoniy madaniyatini shakllantirishning quyidagi usullarini taklif qilish imkonini berdi:

© Ushbu material Creative Commons Attribution 4.0 International (CC BY 4.0) litsenziyasi asosida tarqatiladi.

1. Jismoniy madaniyat dasturining nazariy va uslubiy-amaliy bo‘limlarini to‘liq o‘tkazish, yangi axborot texnologiyalari, talabalar bilan aloqa va o‘zaro munosabatlarning faol usullari hamda vositalaridan foydalanish (nazariy bo‘lim uchun: ma’ruza-vizualizatsiya, muammoli taqdimot bilan ma’ruza, ma’lumotlarning asosliligi va boshqalar; amaliy bo‘lim uchun: muayyan vaziyatlarni tahlil qilish, o‘yin va raqobat usullari, modellashtirish, munozaralar va boshqalar).

2. Dasturlashtirilgan materiallar va kompyuter dasturlaridan foydalangan holda “Jismoniy madaniyat” fani bo‘yicha talabalarni yakuniy attestatsiyadan o‘tkazish, qiyosiy jadvallarni tuzish va hk.

3. “Talabaning sog‘lom turmush tarzi asoslari” mavzusidagi dasturning nazariy va nazorat bo‘limlarini kengaytirish. Salomatlikni ta’minlashda jismoniy madaniyat”. Avtopatogenez - o‘z-o‘zini yo’q qilish xatti-harakatlarining (giyohvandlik, alkogolizm, chekish va boshqalar) oldini olish uchun jismoniy tarbiya ahamiyatiga alohida e'tibor qaratildi.

4. Talabalar tomonidan uy sharoitida mustaqil o‘z-o‘zini shug‘ullantirish uchun audio dasturlar to‘plami orqali “Aqliy trening” yangi uslubiy va amaliy darsni o‘zlashtirish.

5. Talabalarning shaxsiy jismoniy faolligini tashkil qilishda va mashg'ulotlarning shakllari va intensivligini tanlashda, zarur nazariy hamda uslubiy-amaliy materiallar bilan ta'minlashda, kognitiv muammolarni birgalikda hal qilishda individual maslahatlar o'tkazish.

Ikkala strategiyani ham o‘rganib chiqib, biz “an’anaviy” strategiya doirasida OTMning “Jismoniy tarbiya” fanini chinakam modernizatsiya qilish istiqbollarini yaratish kerak degan xulosaga keldik. Zero, uni modernizatsiya qilish muammosini hal qilishga qaratilgan barcha urinishlar bu erda engib bo‘lmaydigan to‘siqlarga, ya’ni “Jismoniy tarbiya”ning ta’lim komponentini mustahkamlash muammosini oliy ta’limni eski va noadekvat yo‘llar bilan insonparvarlashtirishning ob’ektiv ehtiyoji sifatida hal qilish urinishlariga olib keladi. Ammo A.Eynshteyn ham shunday degan: “Agar siz uni yaratganlar kabi harakat qilsangiz, muammoni hech qachon hal qila olmaysiz”.

Shunday qilib, agar “Jismoniy tarbiya” yo‘nalishini chinakam modernizatsiya qilish vazifasi haqiqatan ham kun tartibida bo‘lsa, uni faqat ikkinchi, “zamonaviy” strategiya doirasida hal qilish mumkin, bu jismoniy madaniyat bilan shug‘ullanadigan va kerak bo‘lganda sog‘liqni saqlash faoliyati bilan shug‘ullanadigan shaxsni shakllantirishga imkon beradi.

Shu bilan birga, “an’anaviy” strategiyaga rioya qilgan holda, OTM jismoniy tarbiyasini modernizatsiya qilish bo‘yicha ba’zi yangi yondashuvlarni ishlab chiqish niyatini bildirgan mualliflarning da’volarini asossiz deb hisoblash kerak. Uning doirasida haqiqiy modernizatsiyani ta’minlash mumkin emas, faqat OTM jismoniy tarbiyasining eskirgan amaliyotini takomillashtirish mumkin, bu faqat shug‘ullanuvchilarning jismoniy holatini amalga oshirish vazifalarini hal qiladi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR:

1. O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining “O‘zbekiston Respublikasida jismoniy tarbiya va sportni yanada takomillashtirish va ommalashtirish chora-tadbirlari to‘g‘risida”gi PF-5924-son farmoni, 2020-yil 24-yanvar.
2. Белкина Н.В. Здоровье формирующая технология физического воспитания студенток вуза / Н.В. Белкина // Теория и практика физ. культуры. – 2006. – № 2. – 7-11 с.
3. Олексенко В.М. Теоретичні і методичні засади реалізасії інновасійних технологій у підготовсі майбутніх фахівсів інженерних спесіалностей: дис. … доктора педагогічних наук / В.М. Олексенко. – К., 2008. – 463 с.

© Ushbu material Creative Commons Attribution 4.0 International (CC BY 4.0) litsenziyasi asosida tarqatiladi.