

tabiladi.

Juwmaqlap aytqanda, pedagogika tarawında ilimiy-izertlew jumisların alıp barıwshı ilimpazlar, usı tarawda xızmet etip kiyatırǵan pedagoglar tárepinen sabaq hám

tárbiya processlerine endirilip atırǵan jańalıqlar oqıwshılardı dóretiwshilik oylawǵa baǵdarlawdı maqset etip qoyadı hám bunday usılda ótilgen hár bir sabaq ámelde óziniń jemisli nátiyjelerin beredi.

Адебиетлер

1. Barkamol avlod orzusi. -T.: «Sharq», 1999, 13-b.
2. Boshlangıch tálim koncepciyası. (Q. Abdullaeva, R. Safarova va boshqalar) //Boshlangıch tálim. -T.: 1998. № 6, 16-b.
3. Ўзбекистон миллий энциклопедияси. Зебунисо-Кониғил / 4-том. Бош тахрир хайъати аъзолари: М.Аминов ва б. -Т.: «Ўзбекистон миллий энциклопедияси» Давлат илмий нашриёти. 2002. 169-б.
4. Xujaev F. Tálimda pedmahoratning uziga xos xususiyatlari. -T.: «Yangi asr avlodi», 2011, 58-b.
5. Angelovskiy K. Oqıtuvchilar va innovaciya. -M.: «Prosveshenie», 1991. -S. 96.
6. Karimov I.A. Yuksak mánaviyat – engilmas kuch. -T.: «Manaviyat», 2008, 63-b.

РЕЗЮМЕ

Maqolada Uzlusiz talim jarayonida boshlangıch sinflarda zamonaviy pedagogik texnologiyalardan foydalanish va kognitivlik, evristik, kreativlik texnologiyalar tushunchalariga ega bo'lish.

РЕЗЮМЕ

Статья посвящена использованию современных педагогических технологий в процессе непрерывного образования в начальной школе и концепции когнитивных, эвристических, творческих технологий.

SYMMARY

The article is devoted to the use of modern pedagogical technologies in the process of lifelong education in primary school and the concept of cognitive, heuristic, creative technologies.

ЖИСМОНИЙ ТАРБИЯ ВА СПОРТ СОҲАСИДА ИНСОН КАПИТАЛИНИ РИВОЖЛАНТИРИШГА ҚАРАТИЛГАН ИЛМИЙ ЛОЙИҲАЛАРНИ ШАКЛЛАНТИРИШ ВА ТАШКИЛ ҚИЛИШ МАСАЛАЛАРИ

О.Ў.Сойбжонов – *стажёр-тадқиқотчи*

Ўзбекистон давлат жисмоний тарбия ва спорт университети

Таянч сўзлар: жисмоний тарбия, спорт, инсон, капитал, лойиҳалаштириш, кўникма, малака, инновация, саломатлик, жараён, тараққиёт.

Ключевые слова: физическое воспитание, спорт, человек, капитал, проектирование, навыки, квалификация, инновация, здоровье, процесс, развитие.

Key words: physical education, sport, person, capital, project, skills, qualification, innovation, health, process, development.

Мамлакатимиз ва жаҳонда ислохотларнинг мазмуни инсон омилини ривожлантиришга қаратилмоқда. Чунки инсон барча бойликларни ривожлантирувчи ҳисобланади. Шунинг учун ҳам инсон ва у фаолият юритаётган соҳалар, айниқса, унинг саломатлигини таъминлашга қаратилган ишларни ривожлантириш ҳар қачонгидан ҳам долзарблашиб бормоқда. Ўзбекистон Республикаси Президентининг 2018 йил 21 сентябрдаги “2019-2021 йилларда Ўзбекистон Республикасини инновацион ривожлантириш стратегиясини тасдиқлаш тўғрисида”ги ПФ-5544-сонли фармонида мамлакатнинг халқаро майдондаги рақобатбардошлиги даражасини ва инновацион жиҳатдан тараққий этганини белгилловчи асосий омил сифатида инсон капиталини ривожлантириш – Стратегиянинг бош мақсадидир деб алоҳида таъкидланди [1].

Ўзбекистон Республикасининг 2015 йил 4 сентябрдаги “Жисмоний тарбия ва спорт тўғрисида”ги қонунининг 3-моддасида жисмоний тарбия ва спортга қуйидаги таъриф берилган: жисмоний тарбия — маданиятнинг инсонни жисмоний тарбиялаш, жисмоний ривожланиш ва жисмоний тайёргарлик орқали жисмоний ҳамда интеллектуал жиҳатдан камол топтириш, унинг қобилиятини ва ҳаракат фаоллигини такомиллаштириш, соғлом турмуш тарзи кўникмаларини шакллантириш, ижтимоий мослаштириш мақсадида жамият томонидан яратиладиган ҳамда фойдаланиладиган кадрлар, нормалар ва билимлар йиғиндисидан иборат бўлган қисми” ҳамда “спорт — одамларнинг муайян қоидалар бўйича ташкил этилган, уларнинг жисмоний ва интеллектуал қобилиятини таққослашдан иборат бўлган ҳаваскорлик асосидаги ва профессионал асосдаги фаолияти, шунингдек, ушбу фаолиятга тайёргарлик кўриш ҳамда бу фаолият жараёнида одамлар ўртасида юзага келадиган муносабатлар” дейилган [2:2-3]. Яъни, инсон камолотидаги асосий воситалардани бири эканлиги таъкидланади. Жисмоний тарбия ва спорт ҳам инсон камолотида муҳим тутар экан ундан оқилона ва самарали фойдаланиш йўллари ривожлантириш керак бўлади. Инсон

камолотини таъминлаш орқали ривожланишга эришиш инсоният олдидаги бир-бир имконият ҳисобланади.

БМТ Тараққиёт дастури томонидан “Кейинги чегара – инсон камолоти ва антропоцен” деб номланган, 2020 йилги инсон камолоти ҳисоботининг навбатдаги нашри тақдим этилди. Ҳисоботнинг инсон камолоти индекси инсон тараққиёти йўлида 3 та асосий омил – узоқ ва соғлом ҳаёт кечириш, билим олиш ҳамда муносиб турмуш даражаси бўйича эълон қилинадиган статистик маълумотлар тўплами ҳисобланади. Ўзбекистон жорий ҳисоботда дунёнинг 189 мамлакатини ичида индекс қиймати 0,720 (максимал индекс қиймати 1,000) билан 106-ўринни эгаллаб, 2019 йилдаги ҳисобот натижаларига нисбатан икки ўринга кўтарилди. “Инсон капиталли – бу муаян одамдаги билим, тажриба, кўникма ва қобилиятларининг иқтисодий самарадорлигидир. Инсон капиталидан тўғри фойдаланиш фақат бир томонлама яъни, шахсий манфаат йўлида эмас, балки жамият манфаатлари йўлида фойдаланиш зарурати кун тартибига қўйила бошланди”[3].

Дунё ҳамжамияти тараққиёт суръати тезлашган сари инсон саломатлиги масаласига алоҳида эътибор қаратмоқда. Чунки табиатнинг инсон таъсири натижасида тобора ишдан чиқиб бориши инсон мавжудлигини таъминловчи вазифаларини йўқолиб боришига олиб келмоқда. Натижада инсон ўз физиологик имкониятларини ривожлантириш билан бирга ўз саломатлигига ғамхўрлик қилишга мажбур бўлмоқда.

Бундай жараён ўз навбатида инсон саломатлигини ўрганишга қаратилган фан ва соҳаларни янада ривожлантириш заруриятини юзага келтирмоқда. Хусусан, жисмоний тарбия ва спорт соҳасига инновацион технологияларни жорий қилиш, аҳолининг жисмоний тарбия ва спорт билан шугулланиш даражасини ошириш ҳамда илмий-тадқиқот ишларини йўлга қўйиш негизида малакали илмий-педагогик кадрларни тайёрлаш ишларини ривожлантириш соҳа тараққиётида муҳим аҳамият касб этади. Бу борада амалга оширилаётган ишларни таҳлил қилиш, бошқа бир мамлакатнинг илмий-тадқиқот ишлари тизими

билан ўзаро таққослаш, ютуқ ва камчиликларни аниқлаш ҳамда соҳани ривожлантиришнинг устувор йўналишларини белгилашда, истикболли режаларни ишлаб чиқишда зарур ҳисобланади.

Умуман олганда соҳада мутахассисларни тайёрлашда назария ва амалиёт уйғунлигида ёндошиш, дастлаб муассасаларнинг муаммолари ечимини ўрганишга қаратилган лойиҳаларни ташкил қилиш ҳамда ўзаро бирдамликни шакллантиришга қаратилган кадриятларни ривожлантиришга алоҳида эътибор қаратиш ўзаро муносабатларнинг кейинги ҳолатини белгилаб беради.

Глобал интернет асрида доимий пайдо бўлиб бораётган янги маълумотлар инсон томонидан уни ўзлаштиришдаги имкониятларидан кўпроқни ташкил этмоқда. Илмий тараққиёт инсон юкламасининг оғирлик марказини жисмоний соҳадан унинг психик ва ақлий томонига тобора суриб бормоқда. Бунда эса, жисмоний маданиятнинг инсон ҳаёт фаолиятини таъминлашдаги аҳамияти ҳар доимгидегидан ҳам ортмоқда. Лекин, шу ўринда шунини ҳам таъкидлаш керакки, “жисмоний тарбия” предмети остидаги таълим жараёнига бевосита тааллуқли бўлган асосий фигура – педагог фаолиятини замон талабларига мослиги таъминлаш масалалари, ҳозирги кунда ҳам долзарблигича қолмоқда. Соҳа бўйича кадрларни билим, кўникма ва малакаларини замонавий талабларга мос даражадаги ҳолатини таъминлаш, педагогларни ижодкор сифатидаги фаолиятини шакллантириш, бу борада тегишли илмий асосланган ишларни давом эттириш, мазкур масалани ечимини топишдаги асосий омиллар сифатида қаралиши юзага келаётган муаммоларнинг моҳиятини англашда ёрдам беради.



1-расм. Инсон омиллининг жараёнлар ривожидида тутган ўрни.

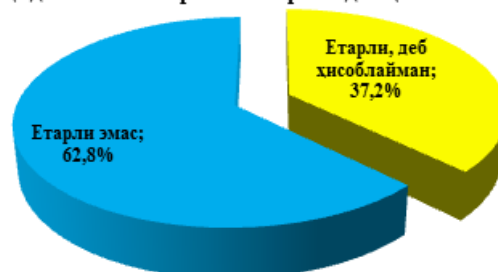
Бугунги глобаллашув жараёнлари ривожланиб бораётган бир шароитда инсоннинг мазкур жараёнда ўрнини ҳамда унинг қарашларини таҳлил қилиш орқали жараёнларни табиат фойдасига ҳал қилиш йўллари излаб топиш ва шу мақсад атрофида барчани бирлаштириш орқали “инсон – жамият ва табиат уйғунлиги”ни сақлаб қолиш масаласи долзарблашиб бормоқда. Инсоннинг жараёнларни тўғри тушуниши ва қабул қилиш ҳолати ҳам кўпгина жараёнларни ривожланишига сабаб бўлмоқда. Бу эса ҳар бир соҳада инсон капиталини ривожлантиришга қаратиш, унинг билим ва малакасини ошириш ҳисобида тараққиётга эришиш мумкин эканлигини тушунтириш масаласини зарур қилиб қўймоқда.

Шунинг учун ҳам жисмоний тарбия ва спорт соҳасида ҳам мутахассислар тайёрлаш ишларида янги ғояларни ишлаб чиқиш ҳамда уларни жорий қилиш орқали самарадорлигини кўрсатиш соҳада инновацион муҳитнинг шаклланишида муҳим аҳамият касб этади.

Жисмоний тарбия ва спорт соҳасидан унумли фойдаланишда инсонларнинг билим ва кўникмаларини ўрганиш, кичик, қисқа муддатли лойиҳаларни ташкил қилиш ўз самарасини беради. Айниқса, ёшларнинг жисмоний тарбия ва спорт бўйича билимларини ошириб бориш саломатлигини тиклаш билан бирга иш қобилиятининг ошишига, вақтдан унумли фойдаланиш бўйича кўникмаларининг шаклланишига олиб келади. Бу эса соҳа ривожидида мазкур жараёнларни ўрганиш заруриятини кўрсатади.

Биз ёшларнинг жисмоний тарбия ва спорт бўйича билимларини баҳолаш мақсадида илмий-тадқиқот ишларини ташкил қилдик. Тадқиқотимизда 50 нафар ёш мутахассислар иштирок этди. “Жамиятимизда инсонларнинг жисмоний тарбия ва спорт ҳақидаги билимларини “етарли” деб ҳисоблайсизми?” деган саволимизга 37,2% – “етарли, деб ҳисоблайман” деб жавоб беришган бўлса, 62,8% – “етарли эмас” деб жавоб беришган.

Жамиятимизда инсонларнинг жисмоний тарбия ва спорт ҳақидаги билимларини “етарли” деб ҳисоблайсизми?



2-расм. Жамиятимизда инсонларнинг жисмоний тарбия ва спорт ҳақидаги билимларини “етарли” деб ҳисоблайсизми?

Олий маълумотлиларнинг 87% – “Саломатликни таъминлашда жисмоний тарбия ва спорт муҳим аҳамият касб этади”, деб ҳисоблашган бўлса, 83% – “Жамиятда қамбағалликни қисқартиришда саломатликни таъминлаш зарур”, 67% – “Жамиятимизда саломатликни таъминлашда жисмоний тарбия ва спорт бирламчи омил ҳисобланади” деб ҳисоблашган.

Ўрта махсус маълумотлиларнинг 57% – “Саломатликни таъминлашда жисмоний тарбия ва спорт муҳим аҳамият касб этади”, деб ҳисоблашган бўлса, 52% – “Жамиятда қамбағалликни қисқартиришда саломатликни таъминлаш зарур”, 42% – “Жамиятимизда саломатликни таъминлашда жисмоний тарбия ва спорт бирламчи омил ҳисобланади” деб ҳисоблашган.

Ўрта маълумотлиларнинг 41% – “Саломатликни таъминлашда жисмоний тарбия ва спорт муҳим аҳамият касб этади”, деб ҳисоблашган бўлса, 34% – “Жамиятда қамбағалликни қисқартиришда саломатликни таъминлаш зарур”, 25% – “Жамиятимизда саломатликни таъминлашда жисмоний тарбия ва спорт бирламчи омил ҳисобланади” деб ҳисоблашган.



3-расм. Ёшларнинг жисмоний тарбия ва спорт бўйича билимлари.

Ўтказилган тадқиқот натижалари аҳолининг жисмоний тарбия ва спорт бўйича билимларини ошириш билан бирга жамиятда ахлоқий муносабатларни ривожлантиришда ҳамда меҳнат унумдорлигини оширишда фойдаланиш бўйича билимларини ривожлантириш кераклигини кўрсатмоқда. Хусусан, мазкур муаммоларни ўрганиш ҳамда самарали инновацион восита ва методларни

ишлаб чиқиш бўйича ишларни лойиҳалаштириш соҳани ривожлантириш учун зарур бўлган чора-тадбирларни қўллаш имкониятларини яратиб беради.

Умуман олганда юқоридаги фикрлар ҳамда ўтказилган тадқиқот натижалари асосида қуйдаги хулосаларни бериш мумкин:

Биринчидан, жисмоний тарбия ва спорт таълим муассасалари самарадорлигини аниқлашда уларнинг илмий-тадқиқот ишлари бўйича олиб бораётган ишлари ҳолатини ўрганиш;

Иккинчидан, мураббийларнинг илмий салоҳиятига эътибор қаратиш. Жумладан, ўз спортида охирги илмий янгиликлардан хабардорлиги, етук олимларнинг илмий изланишларини ўрганиб боришини аниқлаш асосида мураббийлар фаолиятига баҳо бериш;

Учинчидан, мураббийларнинг илмий-тадқиқот ишларида иштирок этишини аниқлаш. Хусусан, мураббийнинг ўз спорт туридаги тажрибаларда иштирок этиши ёки ишлаётган муассасасида илмий изланувчилар билан ҳамкорликда спорт турини ривожлантириш муаммолари юзасидан илмий-тадқиқот ишларини ташкил қилганлигини баҳолаш;

Мазкур хулосалар доирасида жисмоний тарбия ва спорт соҳасида малакали кадрлар тайёрлашга йўналтирилган ислохотларни ташкил қилиш илм-фанга асосланган ёндашувни шаклланишига олиб келади. Бу эса жисмоний тарбия ва спорт соҳасини замонавий талабалар асосида ривожланишига хизмат қилади.

Адабиётлар

1. Ўзбекистон Республикасининг 2015 йил 4 сентябрдаги “Жисмоний тарбия ва спорт тўғрисида”ги (янги таҳрири) қонуни. 29-б.
2. Ўзбекистон Республикаси Президентининг 2018 йил 21 сентябрдаги “2019-2021 йилларда Ўзбекистон Республикасини инновацион ривожлантириш стратегиясини тасдиқлаш тўғрисида”ги ПФ-5544-сонли фармони
3. Бекмуродов М. “Замонавий бошқарув социологияси” - Т.: Академ. нашр, 2019.
4. Керимов Ф.А. Спорт соҳасида илмий тадқиқотлар. - Тошкент. Зар қалам, 2004. 334-б.
5. Курашмин Ю.Ф. Теория и методика физической культуры: учебник. - М.: Советский спорт, 2004. -С. 464.
6. Лях В.И. Физическая культура. 10-11 классы: учеб. для общеобразоват. учреждений. -М: «Просвещение», 2012. -С.237.
7. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры. - Л.: “Омега”, 2004. -С. 159.
8. Salomov R.S. Jismoniy tarbiya nazariyasi va uslubi. //Darslik.T: ITA-PRESS, 2015.
9. Платонов В.Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. -М.: Советский спорт, 2005. -С. 820.
10. Столов И.И. Спортивный резерв: состояние, проблемы, пути решения. /монография/-М.: Советский спорт, 2008. -С. 132.
11. Шопулатов А.Н. Бўлажак мураббийларда жисмоний тарбия ва спорт асосида маънавий кадрларни ривожлантириш йўллари. //Фан-спортга. 2019. № 1. 67-72-б.
12. Гонашвили А.С., Васильев И.А., Шопулатов А.Н., Тевари С., Иван Е. Спортда ҳалоллик ва ахлоқийликни таъминлаш масалалари.//Фан-спортга. 2021.№ 1. 3-5-б.

РЕЗЮМЕ

Мақолада жамиятда жисмоний тарбия ва спортнинг ривожланиши инсон саломатлигини тиклаш билан бирга ақлий салоҳиятининг ўсиб боришига хизмат қилиши асослаб берилган. Шунингдек, жисмоний тарбия ва спорт соҳасини инсон капиталини ривожлантиришга йўналтириш бўйича инновацион ғоялар илгари сурилган.

РЕЗЮМЕ

В статье обосновывается, что развитие физической культуры и спорта в обществе, наряду с восстановлением здоровья человека, способствует росту умственных способностей. Также выдвинуты инновационные идеи по направлению возможностей физической культуры и спорта на развитие человеческого капитала.

SUMMARY

The article proves that the development of physical culture and sports in society, along with the restoration of human health, contributes to the growth of mental abilities. Innovative ideas for directing the opportunities of physical culture and sports to the development of human capital have also been absorbed.

БОШЛАНҒИЧ СИНФ ЎҚУВЧИЛАРИНИНГ ЖИСМОНИЙ ВА ФИЗИОЛОГИК ХУСУСИЯТЛАРИ

З.Ш.Юсупова – таянч докторант

Бухоро давлат университети

Таянч сўзлар: бошланғич синф, ўқувчи, жисмоний тарбия, физиологик хусусият, ҳаракат, организм.

Ключевые слова: начальный класс, ученик, физическая культура, физиологические особенности, движение, организм.

Key words: primary class, student, physical culture, physiological characteristics, movement, organism.

Бошланғич синф ўқувчиларининг жисмоний тарбияси жисмоний маданият тизимининг асосий бўғинларидан бири ҳисобланади. Жисмоний тарбия мактаб ўқув-тарбиявий ишининг ажралмас қисми сифатида ўқувчиларни ҳаётга, ижтимоий фойдали меҳнатга тайёрлашда етакчи рол ўйнаши лозим [6].

Жисмоний машқлар одам организмга чуқур ва ҳар томонлама таъсир кўрсатади. Мўлжалланган мақсадда улардан маълум ижтимоий ва биологик муҳитда фойдаланилади. Шунинг учун ҳам кичик мактаб ёшидаги ўқувчиларнинг жисмоний машқлар машғулотларининг оптимал самарадорлигини ошириш мақсадида қуйдаги факторларни эътиборга олиш керак:

А) Машғулотда қатнашувчиларнинг индивидуал ҳолатлари: ёши, жинси, саломатлик, жисмоний ривожланиш, тайёргарлик даражаси, ақлий, жисмоний, ҳиссий, эмоционал ҳолат ва бошқа хусусиятлари;

Б) Жисмоний машқларнинг хусусиятлари мураккаблиги, янгилиги, техник характеристикаси;

В) Ташқи шароитлар: ўқиш, ишлаш, яшаш, дам олиш тартиби, ҳаракат фаолиятининг конкрет шароитлари жойнинг метериологик шароитлари, жиҳозларнинг сифа-

ти, машғулот ўтказиладиган жойнинг гигиенаси, жамоатда ўзаро муносабат характери, атрофдаги шахсларнинг таъсири ва бошқалар.

Тарихий ривожланиш жараёнида жисмоний тарбия усулларининг муҳим томонлари ташкил этувчи жисмоний машқлар турли мажмуаси ва тартиби яратилиб берилди.

Жисмоний машқларнинг организмга таъсири кўп қирралidir, лекин асосийлари қуйдагилардан иборат:

- а) Организмни физиологик функциясига
- б) Соғломлаштириш аҳамиятига
- в) Киши психикасига
- г) Тана шаклига
- д) Тарбиявий таъсири.

Масалан, эрталабки гигиеник гимнастика: кўп вақт шуғулланиб бора тана шаклининг ўзгариши, организмда физиологик функцияларнинг ўзгариши, соғломлаштириш аҳамияти ва киши психикасига таъсирини кўришимиз мумкин.

Табиий ва педагогик фанлар соҳасидаги илмий билимларни кенгайтириб бориши натижасида жисмоний қоби-