ЖИСМОНИЙ ТАРБИЯ ЎҚИТУВЧИЛАРИНИНГ КАСБИЙ ФАОЛИЯТГА ТАЙЁРЛАШ ПАРАМЕТРЛАРИ

Б.А.Махмудов – *педагогика фанлари бўйича фалсафа доктори*
Низомий номидаги Тошкент давлат педагогика университети

Таянч сўзлар: жисмоний тарбия ўқитувчиси, инновация, модернизация, механизм, ғоя, педагог, интеллектуал, билим, кўникма, малака, модел, рақобат.
Ключевые слова: учитель физкультуры, инновации, модернизация, механизм, идея, педагог, интуиция, знания, умение, компетентность, модель, конкуренция.
Key words: physical education teacher, innovation, modernization, mechanism, idea, pedagogue, intuitive, knowledge, skill, competence, model, competition.

Дунё миқёсида олий таълим муассасалари таҳсил олувчиларининг билим, кўникма, малака эгаллашларини такомиллаштириш, интеллектуал ва жисмоний камолотини ривожлантириш, таълим сифатини ошириш, уни инсонпарварлаштириш, ўқув предметларига соғломлаштирувчи технологияларни жорий этиш, узвийлиги ва узлуксизлиги, ривожлантирувчи ва ижтимоийлаштирувчи мақсадларини таъминлаш, мутахассисларни, шу жумладан, жисмоний тарбия ўқитувчиларининг креативлиги, ижодкорлигини ошириш вазифалари қўйилмоқда.

Мамлакатимизда ўқитувчи таълим ва тарбия жараёнини ташкил қилар экан, уни бошқаради, давлат аҳамиятига молик вазифаларни амалга оширади, давлат мақсадлари асосида янги авлодни жамият учун шакллантиради [1]. Шунга кўра, ўқитувчи ўз фаолиятини янги услубда ташкил қилишга тайёр бўлсагина, ҳали кашф қилинмаган кашфиётларга бой бўлган касбий педагогик жараённи ташкил қилади ҳамда ҳар томонлама баркамол шахс шаклланиши учун зарур педагогик шарт-шароитни яратади. Демак, таълим тизимида сифат ва самарадорликни оширишда илк қадамлардан бири бу – ўқитувчиларнинг касбий педагогик жараёнга тайёрлигини таъминлашдир.

Республикамизда таълим соҳасида фаолият юритаётган жисмоний тарбия ўқитувчиларининг иш услубини такомиллаштиришда оптимал-педагогик усуллар изланмоқда. Аммо бу уринишлар қуйидаги камчиликлар туфайли натижасиз бўлиб қолмоқда:

- бўлажак жисмоний тарбия ўқитувчиларини касбий фаолиятга тайёрлашда мутахассислик фанлари блокига кирувчи "Жисмоний тарбия" дарслари замонавий модификациялаштирилмаяпти;
- тадқиқот доирасида педагогик жараён талабалар таълим эҳтиёжларини қондиришга мослаштирилмаган;
- жисмоний тарбия ўқитувчилари талабаларга замонавий билим беришда жисмоний машқларни лойиҳалаш технологиясидан фойдаланиш имкониятларига етарлича баҳо беришмаяпти; талабалар таълим эҳтиёжларини шакллантиришга, уни қониқтириш учун шароитлар яратишга интилиш етарли даражада эмас;
- талабаларга жисмоний йўналишдаги дидактик вазиятли топшириқларидан фойдаланиш тартибли ва мунтазам равишда олиб борилмаяпти; бу мазмундаги аудиториядан ташқари жисмоний -маданий-оқартув ишларининг олиб борилиши талаб даражасида эмас;
- талабаларга келгуси мутахассисликлари бўйича жисмоний маданият соҳасига оид лойиҳалаш технологияси кўпинча, тасодифий машқлардан фойдаланиш эвазига амалга оширилмоқда (уларнинг мазмуни шаклидан ташқарида қаралади, ўзаро боғлиқ ҳолда ифодаланмайди, шакли эса - мазмунидан алоҳида олиб борилиши кузатилади);
- бўлажак жисмоний тарбия ўқитувчилари – эртанги кун умумий ўрта таълим мактаб ўқитувчилари мазкур муаммонинг замонавий методологик ҳамда назарий асослари (айниқса, - назарий-педагогик) бўйича тавсияларга эҳтиёж сезадилар [3].

Юқоридагилардан келиб чиқиб, бугунги кунда бўлажак жисмоний тарбия ўқитувчиларини тайёрлашда касбий фаолиятни ташкил қилиш технологияси алоҳида тадқиқот предмети сифатида ўрганилмаганлигини кўрсатиб ўтиш мумкин.

Бўлажак жисмоний тарбия ўқитувчисини касбий фаолиятга тайёрлаш қуйидагича кечади: мўлжалланган янгиликни ялпи ва унинг алоҳида босқичлари муваффақиятини башорат қилиш; янгиликни бошқа инновациялар билан қиёслаш, улардан самарадорини танлаб олиш, уларнинг энг аҳамиятли ва аниқлик даражасини аниқлаш; янгиликни татбиқ этишнинг муваффақиятлилик даражасини текшириш. Ўқитувчиларнинг касбий фаолиятга тайёргарлиги уч босқичда амалга оширилади:

1 Янгиликни педагогик фаолиятда қўллашдан олдинги даврдаги ўқитувчи фаолиятини таҳлил қилиш.

2. Касбий фаолиятнинг фаол шаклланиш даврини таҳлил қилиш.

3. Педагогик жараёнга янгилик киритилиб бўлгандан кейинги даврдаги фаолиятни таҳлил қилиш [2].

Касбий фаолиятда ўқитувчи илғор, сермахсул ижодий шахс, кенг қамровли қизиқиш, ички дунёси бой, педагогик янгиликка ўч бўлиши лозим. Касбий фаолият мотивацион, технологик ва рефлексив қисмлардан ташкил топади [4]. Мазкур жараён икки йўналишда амалга оширилади: янгиликни идрок қилишга касбий тайёргарликни шакллантириш ва янгича ҳаракат қилишга ўргатиш. Касбий фаолиятни ташкил этишда таҳсил олувчиларнинг билиш фаолияти ва уни бошқариш алоҳида аҳамиятга эга.

Жисмоний тарбия ўқитувчисининг касбий фаолияти натижасида талабаларнинг жисмоний тайёрлиги, индивидуал-психологик хусусиятлари, уларнинг мотивлар соҳаси атрофлича ўрганилиб чиқилади, мактаб ва синфдан ташқари тадбирларда жисмоний чиниқишга мўлжалланган узлуксиз дидактик тизимни таъминлайдиган методик мажмуалар яратилади; турли мусобақалар, соғлом турмуш тарзини реклама қилувчи тарбиявий тадбирлар: суҳбатлар, кечалар, спорт-шоулар уюштирилиб, ўқувчиларнинг спорт турларига қизиқишлари инобатга олинади, спорт тўгаракларига жалб қилинади, таҳсил олувчиларнинг жисмоний, руҳий ҳамда интеллектуал қобилиятлари ўстирилади; оиладаги, синф ва мактабдаги педагогик ҳамда психологик муҳит атрофлича ўрганилиб, уларнинг ҳамкорлиги ривожлантирилади.

Жисмоний тарбия ўқитувчиларини касбий фаолиятга тайёрлашдан мақсад – ўқитувчининг янгиликка интилувчанлигини, мустақил ўз устида ишлаш кўникмаси ва малакасини шакллантириш, замонавий педагогик технологиялар, интерфаол методлардан фойдаланиб, дарс ва дарсдан ташқари машғулотларни ўтказиш малакасини такомиллаштиришдан иборат экан унда жисмоний тарбия ўқитувчиси касбий фаолиятда қуйидаги қобилиятларини намоён этиши лозим:

-дарс машғулотларида ижодий мотивацияни қўллайди, касбий фаолиятни баҳолайди;
-талабаларнинг ижодий ўзаро фаолиятига ҳамкорлик қилади;
-қатъиятлик, масъулиятлик ва ҳалоллик билан ишини ташкил этади;
- касбий фаолиятга бўлган заруратни аниқлайди;
- ижодий фаолиятга жалб қилишга тайёргарлик кўради;
- шахсий мақсадларни касбий фаолият билан мослаштиради ва бошқалар.

Шунингдек, бўлажак жисмоний тарбия ўқитувчисини касбий фаолиятга тайёрлашда қуйидаги функцияларни амалга ошириш назарда тутилади:

- миллий ғоя, умуммиллий қадриятларга оид тушунчаларни жисмоний тарбия дарслари таркибига сингдириш;
- бўлажак касбий фаолиятга онгли ёндашув таҳлили, меъёрларга нисбатан танқидий ёндашув;
- касбий янгиликларга нисбатан иштиёқмандлик; ижодкорликни шакллантириш;
- ўз имкониятларини рўёбга чиқариш, соғлом турмуш тарзи ва интилишларини касбий фаолиятида мўжассам қилиш;
- самарали ва аҳамиятли меъёрларни белгилайдиган янги технологияларни топиш; шахснинг ўз тақдирини ўзи белгилаш ва ўзини ўзи намоён қила олиши асосида ўз ривожланишини таъминлаш;
-таълим ва тарбияни уйғун олиб бориш, ёшларни нафақат жисмонан, балки, маънавий, аҳлоқий жиҳатдан етук шахс сифатида вояга етказиш бўйича таъсирчан педагогик чораларни белгилаш;
- таълим муассасаларида соғлом ижодий муҳитни яратиш, таълим ва тарбия жараёнига илғор касбий, педагогик ва ахборот технологияларини жорий этиш орқали ўқитиш сифатини янги босқичга кўтариш;
- ёшларнинг дунёқараши, тафаккури, мустақил мушоҳада қилиш қобилиятларини ривожлантириш;
- ёшларни диний-экстремистик ғоялар, турли ахборот хуружлари таъсиридан ҳимоя қилиш, уларда ватанпарварлик, юртга садоқат ва унинг тақдирига дахлдорлик туйғуларини тарбиялаш;
- мактабдан ташқари таълимнинг шакллари ва мазмунини тубдан янгилаш, ҳудудларнинг хусусиятлари, таҳсил олувчиларнинг қизиқишлари, хоҳиш-

истаклари асосида билимларни ўзлаштиришга йўналтириш;

- педагогика соҳасидаги инновациялар кўламини кенгайтириш, педагогик диагностика, талаба шахсига индивидуал ёндашишга доир тадқиқотларга кенг йўл очиш, уларни ҳар томонлама қўллаб-қувватлаш механизмини жорий этиш;

- педагогик (таълим, тарбия) жараёнида талаба фаолиятини бошқариш учун лойиҳаланган жисмоний тарбия дарсларининг баркамол шахс тарбиясига йўналтириш тенденциясининг кучайтириш.

Ушбу фаолиятни амалиётда қўллаш параметрлари такомиллаштирилса, бўлажак жисмоний тарбия ўқитувчиларининг касбий фаолияти самарадорлиги ошишига олиб келади.

Адабиётлар

1. Мирзиёев Ш.М. 2016 йил 8 октябрдаги фармойиши. Lex.uz

2. Мишагин В.Н.. Личностно-ориентированный подход к организации профессиональной подготовки будущего учителя физической культуры. Кан.пед.наук. Дисс. Автореф. -Саратов: 2001. –С.190.

3. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта: Учебное пособие для студентов высших учебных заведений. -М.: Академия, 2000. –С. 480.

4. Эргашев Р.Н. Педагогик техниканинг эстетик хусусиятлари. // Узлуксиз таълим тизимида инновацион технологиялар: муаммолар ва ечимлар.Республика илмий-амалий материаллари. -Гулистон: 2010. 43-44-б.

РЕЗЮМЕ

Мазкур мақолада бўлажак жисмоний тарбия ўқитувчиларини касбий фаолиятга тайёрлашнинг параметрларини такомиллаштириш борасида асосли фикрлар келтирилган бўлиб, унда бугунги куннинг жисмоний тарбия ўқитувчисини тайёрлаш юзасидан бажарилиши лозим бўлган маълумотлар баён этилган.

РЕЗЮМЕ

Эта статья дает хорошее представление об улучшении параметров профессиональной деятельности будущих учителей физкультуры, в которой излагается информация, которая должна быть сделана для подготовки учителя физического воспитания сегодня.

SUMMARY

The article gives a good idea of the improvement of the parameters of the professional activities of future physical education of teachers, which outlines the information that must be made to prepare the teacher of physical education today.

СРАВНИТЕЛЬНАЯ ОЦЕНКА ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ СПОРТСМЕНОВ ИГРОВЫХ ВИДОВ СПОРТА

Б.Ж.Ядгаров *–кандидат педагогических наук, доцент*

Ургенчский государственный университет имени Аль-Хорезми

А.К.Утепбергенов *– кандидат биологических наук*

Нукусский государственный педагогический институт имени Ажинияза

Таянч сўзлар: тренировка юкламалари, физикавий тайёргарлик ўсиши, физикавий ривожланиш, самотатип, дерматоглифика.

Ключевые слова: тренировочные нагрузки, прирост физической подготовленности, физическое развитие, соматотип, дерматоглифика.

Key words: training loading, gain of physical preparation, physical development, somatotype, dermothoglifics.

С первых дней независимости Узбекистана благодаря инициативе Первого Президента И.А.Каримова в республике проводятся широкомасштабные мероприятия, направленные на формирование гармонично развитого и здорового подрастающего поколения. Известно, что на показатели здоровья населения и, прежде всего, детей, подростков, молодежи существенное влияние оказывает физическая культура и спорт. Благодаря целенаправленной политике нашего государства физическая культура и спорт получили развитие в нашей стране, о чём свидетельствуют указы Первого Президента И.А.Каримова и ряд важнейших Постановлений Кабинета Министров Республики Узбекистан, направленных на совершенствование структуры и системы подготовки спортсменов [1].

Биологическая сущность человека характеризуется тремя составляющими: строением тела, физиологией жизненных функций и метаболизма, а также психологическими особенностями личности. Они взаимосвязаны и в комплексе составляют Конституцию человека наиболее фундаментальную характеристику целостного организма, «биологический паспорт личности» [4,5]

Общеизвестно, что изменчивость антропометрических признаков в первую очередь обусловлена закономерностями варьирования соматических компонентов тела, которые характеризуются теми или иными показателями признаков. Вариабельность размеров телосложения зависит от возрастных особенностей, а также профессиональной принадлежности [2,3].

В данном исследовании на основе антропометрических и соматоскопических исследований с использованием статистического анализа были рассмотрены вариации значимости антропометрических признаков, позволивших получить определенную информацию по оценке физического развития спортсменов, специализирующихся в игровых видах спорта.

Была проведена сравнительная оценка тотальных и парциальных признаков представителей игровых видов спорта: баскетболистов, волейболистов, футболистов. Так, в рассматриваемой выборке спортсменов наиболее высокорослыми представляются баскетболисты 179,19±1,40; затем волейболисты 174,19±0,75. У футболистов как длина, так и масса тела меньше, чем у баскетболистов и волейболистов. Обхват грудной клетки у волейболистов (93,13±069) больше, чем у баскетболистов и футболистов (табл.1)

Таблица 1

Показатели тотальных размеров спортсменов в игровых видах спорта

Признаки	Параметры	Волейбол n=67	Баскетбол n=37	Футбол n=79
Длина тела	M±м (см) δ V	174,19±0,75 6,11 0,04	179,19±1,40 8,53 0,05	173,29±0,72 6,41 0,04
Масса тела	M±м (кг) δ V	68,31±0,96 7,90	69,58±1,44 8,74 0,13	65,51±0,69 6,14 0,09
Обхват грудной клетки	M±м (см) δ V	93,13±0,69 5,62 _0206__	91,73±0,70 4,27 0,05	88,37±0,47 4,19 0,06

Подобные различия в показателях тотальных размеров у спортсменов в игровых видах спорта определяются не только технико-тактическими особенностями вида спорта, но и связаны с морфологическими предпосылками развития, спецификой работы, выполняемой в различных зонах физиологической мощности. В ряде работ доказана большая значимость длиннотных размеров тела, в частности, высокорослость, ряд соматометрических признаков в прогнозировании спортивных успехов у баскетболистов и волейболистов [3,4]. У представителей трех специализаций в движениях активно участвуют как верхние, так и нижние конечности, однако у футболистов акцентированная нагрузка приходится на нижние конечности.

Известно, что развитие скелета и формирование нервно-мышечного и суставно-связочного аппарата нижних конечностей у человека начинается несколько позже, чем верхних. В процессе дальнейшего роста и формирования, в связи с увеличивающимся объемом функциональной и статической нагрузки, нижние конечности человека отличаются более мощным развитием костной основы, суставно-связочного аппарата и мышц, а также таких элементов соединительной ткани, как сухожилия мышц. Не вызывает сомнения, что у спортсменов в игровых видах спорта связочный и мышечный аппарат ног подвергается усиленной тренировке, что накладывает общий отпечаток на их телосложение, хотя стопа в целом, мышцы и связки голени,