

kengaytiradi va ularni turli ijtimoiy va kasbiy vaziyatlarda muvaffaqiyatli ishtirok etishga tayyorlaydi. Bu ko'nikmalar o'quvchilarga nafaqat ta'lim, balki kelajakdagi kasbiy faoliyatlari davomida ham katta yordam beradi.

Jamoaviylik, o'quvchilarga bir-birlari bilan muloqot qilish, birgalikda qarorlar qabul qilish va umumiy maqsadlarga erishish yo'lida hamkorlik qilishni o'rgatadi. Bu ko'nikma, shuningdek, ularning shaxsiy va kasbiy hayotida muvaffaqiyatli ishtirok etish uchun zarur bo'lgan jamoaviy ishlash qobiliyatlarini shakllantiradi.

Jamoaviylikni "4K" modeli doirasida samarali o'rgatish, o'quvchilarning birgalikda ishlash, muloqot qilish va muammolarni hal qilish qobiliyatlarini kengaytiradi. Bu

ko'nikmalar o'quvchilarga nafaqat ta'lim jarayonida, balki kelajakdagi kasbiy faoliyatlarida ham muhim rol o'ynaydi. Jamoaviylik, shuningdek, ularning ijtimoiy munosabatlarini yaxshilashga va kelajakda jamoa a'zosi sifatida samarali ishtirok etishga tayyorlaydi.

Xulosa qilib aytadigan bo'lsak, "4K" modelining kreativlik, kiritik fikrlash, kommunikativlik va jamoaviylik ko'nikmalarining har birining o'quv jarayonidagi roli juda ham ahamiyatli. Ta'lim sifati yuqori darajada oshadi va o'quvchilar zamonaviy jamiyat talablariga javob beradigan shaxslar sifatida shakllanadi. Ushbu ko'nikmalar asosida o'tilgan darslar o'quvchilarning umumiy ta'lim muvaffaqiyatini yaxshilashga yordam beradi va ularni jamiyatning faol a'zolari bo'lishga tayyorlaydi.

Adabiyotlar

1. Yuldashev K. Ta'lim jarayonida innovatsion metodlar. – Toshkent: «O'qituvchi» 2018.
2. O'rinboyeva M. Boshlang'ich ta'limda kreativ fikrlashni rivojlantirish. – Toshkent: «Fan va texnologiya», 2020.
3. Yusupov G'. Boshlang'ich sinflarda savodxonlikni oshirish metodikasi. – Toshkent: «Turon-Iqbol», - 2019.
4. Tursunova L. Boshlang'ich ta'limda kommunikativ kompetentsiyani shakllantirish. – Toshkent: «Sharq», 2021.
5. Sa'dullayev M. 21-asr ko'nikmalarini shakllantirishda integratsiyalashgan yondashuvlar. – Toshkent: «Yangi asr avlodi», 2020.

REZYUME. Ushbu maqolada "4K" modelining ta'lim jarayonida o'quvchilarning umumiy ta'lim muvaffaqiyatini yaxshilashi va darsning samaradorligini oshirish usullari yoritilgan.

РЕЗЮМЕ. В статье обсуждается, как модель «4К» может улучшить общую успеваемость учащихся и повысить эффективность уроков в образовательном процессе.

SUMMARY. This article discusses how the "4K" model can improve students' overall academic success and increase lesson efficiency in the educational process.

BOSHLANG'ICH SINIF O'QUVCHILARINING JISMONIY SIFATLARINI BAHOLASH TARTIBI

O.M.Erkaboyev – *pedagogika fanlari bo'yicha falsafa doktori*

Farg'ona davlat universiteti

Tayanch so'zlar: jismoniy faollik, jismoniy tayyorgarlik, gipodinamiya, pedagogik monitoring, boshlang'ich sinf o'quvchilari, jismoniy tarbiya dasturlari, JSST standartlari.

Ключевые слова: физическая активность, физическая подготовка, гиподинамия, педагогический мониторинг, ученики начальных классов, программы физического воспитания, стандарты ВОЗ.

Key words: physical activity, physical fitness, hypodynamia, pedagogical monitoring, primary school students, physical education programs, WHO standards.

Kirish. So'nggi yillarda boshlang'ich sinf o'quvchilarining jismoniy faolligi masalasi dolzarb ahamiyat kasb etib kelmoqda. Olib borilgan tadqiqotlar natijalari shuni ko'rsatadiki, o'quvchilarning jismoniy sifatleri, xususan, kuch qobiliyati choraklar davomida ijobiy o'sish tendensiyasiga ega bo'lsa-da, 1–2-sinf o'quvchilarining pedagogik tajriba jarayonida dastlabki natijalarga erisha olmasligi jismoniy tarbiya tizimida muayyan kamchiliklar mavjudligidan dalolat beradi.

Maktablarda tashkil etilgan majburiy jismoniy tarbiya darslari gipodinamiya xavfini bartaraf etishda yetarlicha samarador emasligi aniqlangan. Bundan tashqari, maktabdan tashqari sport mashg'ulotlari bilan shug'ullanish yoki ommaviy sport seksiyalarida muntazam qatnashish imkoniyatlarining cheklanganligi ham jiddiy muammo bo'lib qolmoqda. Jahon sog'liqni saqlash tashkiloti (JSST) standartlariga muvofiq ajratilgan jismoniy faollik vaqti o'quvchilarning funksional tayyorgarligini kompleks rivojlantirish uchun yetarli emasligi kuzatilmoqda [1].

Ushbu muammolarni bartaraf etish va boshlang'ich sinf o'quvchilarining jismoniy faolligini oshirish maqsadida.

Dolzarbligi. Zamonaviy ta'lim tizimida jismoniy tarbiyaning ahamiyati ortib bormoqda. Bolalarning jismoniy faolligi ularning sog'lom rivojlanishi, harakatchanligi va kognitiv qobiliyatlarini shakllantirishda muhim rol

o'ynaydi. Biroq, boshlang'ich sinf o'quvchilarining jismoniy faolligi va tayyorgarlik darajasini baholash bo'yicha o'tkazilgan tadqiqotlar shuni ko'rsatdiki, maktablarda jismoniy tarbiya darslari yetarli samara bermayapti. Bu muammo, ayniqsa, gipodinamiya (harakatsizlik) omilining kuchayishi va bolalarning jismoniy rivojlanishidagi kechikishlar bilan bog'liq [2,3,4].

Mahalliy va xorijiy ilmiy manbalarni tahlil qilish shuni ko'rsatadiki, maktab ta'limi tizimidagi uzluksizlik muammosi uning samarali faoliyat yuritishiga ta'sir qiluvchi muhim omil hisoblanadi. Uzluksiz ta'limning pedagogik tizimi ierarxik uzluksizlikni, maqsadli pedagogik munosabatlarning yaxlitligini, mazmuniy integratsiya aloqalarini va ularni amalga oshirishga kompleks yondashuvni o'z ichiga oladi. Bu esa ta'lim jarayonining izchilligini ta'minlashga xizmat qiladi. Biroq, pedagogik jarayonda uzluksizlikni amalga oshirish jarayonida qator qiyinchiliklar kuzatiladi. Uzluksiz ta'lim tizimi barcha darajalarni o'z ichiga olishi, umumiy va xususiy pedagogik maqsadlarga muvofiq o'zini o'zi ta'minlashi hamda yaxlitlik tamoyiliga asoslanishi zarur. Shuningdek, pedagogik jarayonda uzluksizlik talabini ta'minlash, uzviylikning muhim tarkibiy qismi sifatida ko'rib chiqilishi lozim [5].

Mamlakatimiz va xorijlik tadqiqotchilar tomonidan olib borilgan ilmiy izlanishlar davlatimiz tomonidan maktab jismoniy tarbiyasiga alohida e'tibor qaratilayotganini tasdiqlaydi. Mustaqillik yillarida kichik yoshdagi bolalar bilan bog'liq eksperimental tadqiqotlar natijalari shuni ko'rsatdiki, jismoniy tarbiya o'qituvchilari yosh organizmning sezgirlik davrini yetarlicha inobatga olmaydilar. Natijada, o'quvchilarning motor qobiliyatlari rivojlanishida geteroxronlik yuzaga keladi. Tahlillar shuni ko'rsatadiki, mustaqillik yillarida umumta'lim maktablari o'quvchilarining jismoniy holatini aniqlash maqsadida keng qamrovli tadqiqotlar yetarlicha olib borilmagan. Davlat tomonidan yosh avlod kamoloti uchun belgilangan ustuvor vazifalar maktab ta'lim jarayonining mazmunini tubdan qayta ko'rib chiqish zaruratini keltirib chiqarmoqda [6].

Jahon sog'liqni saqlash tashkiloti (JSST) tomonidan jismoniy harakatsizlik yosh avlod salomatligiga salbiy ta'sir ko'rsatuvchi muhim ijtimoiy omil sifatida e'tirof etilgan. Jismoniy tayyorgarlikning pedagogik monitoringi natijalari shuni ko'rsatdiki, yosh o'quvchilarning 17 foizida harakatsizlik mavjud bo'lib, bu kelajakda salomatlikka ta'sir qilishi mumkin. Maktab ta'limi tizimidagi bolalar uchun dastlabki jismoniy imkoniyatlarni aniqlash bo'yicha ilmiy asoslangan tadqiqotlar yetarlicha olib borilmagani sababli, pedagogik ta'sirning natijalarini baholash va rivojlanish strategiyasini shakllantirish qiyinlashadi. Shu boisdan, umumta'lim maktablarida jismoniy tarbiya o'qituvchilarining pedagogik nazoratni samarali olib borishi, innovatsion yondashuvlarni qo'llashi va ularni ilmiy asosda tahlil qilishi talab etiladi. Bu esa ta'lim jarayonida kompleks yondashuvni shakllantirishga imkon yaratadi [7].

Maktab jismoniy tarbiya dasturining uzluksizligini baholash maqsadida boshlang'ich sinf o'quvchilarining jismoniy tayyorgarlik darajasi o'rganildi. O'tkazilgan sotsiologik tadqiqot natijalari shuni ko'rsatdiki, tajribada ishtirok etgan 24 nafar jismoniy tarbiya o'qituvchisining asosiy qismi oliy pedagogik ma'lumotga ega. Ish tajribasi

bo'yicha quyidagi taqsimot aniqlandi: 5 yilgacha — 37,4%, 6 yildan 10 yilgacha — 36,7%, 11 yildan 14 yilgacha — 15,3%, 16 yildan 20 yilgacha — 7,8%, 20 yildan ortiq — 2,8%.

Jismoniy tarbiya jarayonining samaradorligi maktablarning moddiy-texnik bazasi bilan chambarchas bog'liq. Tadqiqot natijalariga ko'ra, maktablarning 57,4 foizida shart-sharoitlar qoniqarli, 20 foizida yaxshi, 3,4 foizida esa talab darajasiga javob beradi. Shu bilan birga, 17,8 foiz maktablarda jismoniy tarbiya mashg'ulotlarini samarali tashkil etish uchun yetarli shart-sharoit mavjud emas. Tadqiqot natijalari Farg'ona viloyatidagi maktablarning 28,7 foizida sport anjomlari to'liq mavjudligini, qolgan maktablarda esa faqat ayrim elementlar bilan cheklanganligini ko'rsatdi. Bu esa boshlang'ich sinf o'quvchilarining jismoniy tarbiya va sog'lomlashtirish mashg'ulotlarini samarali tashkil etish imkoniyatlarini cheklaydi [8].

Jismoniy tarbiya bo'yicha nazorat testlari natijalarining matematik-statistik tahlili ushbu jarayonning ilmiy asoslanganligini ta'minlaydi. O'quvchilarning jismoniy tayyorgarlik darajasini baholash uchun "Salomatlik" jismoniy tarbiya dasturidan testlar tanlab olindi va pedagogik nazorat yil davomida bosqichma-bosqich amalga oshirildi. Pedagogik tajriba natijalari shuni ko'rsatdiki, boshlang'ich sinf o'quvchilarining jismoniy qobiliyatlari dinamikasi tizimli monitoring va nazoratga muhtoj. Ushbu tadqiqot davomida chorak yakunlari bo'yicha natijalar qayd etildi va tajriba natijalari matematik-statistik usullar yordamida qayta ishlanib, 1-jadvalda keltirildi.

Umuman olganda, boshlang'ich sinf o'quvchilarining jismoniy rivojlanishini samarali boshqarish va ularning harakat faolligini oshirish uchun ta'lim jarayoniga innovatsion yondashuvlarni joriy etish zarur. Maktab jismoniy tarbiyasini modernizatsiya qilish orqali o'quvchilarning individual xususiyatlariga moslashtirilgan pedagogik metodlarni ishlab chiqish hamda ularning harakat qobiliyatlarini bosqichma-bosqich rivojlantirishga yo'naltirilgan tizimni yaratish lozim.

1-jadval. Yillik ta'lim siklida chorak bo'yicha kichik maktab o'quvchilarining motorlilik ko'rsatkichlari dinamikasi

№	Test	CHORAKLAR										
		I		II		%	III		%	IV		%
		$\bar{X}$	σ	$\bar{X}$	σ		$\bar{X}$	σ		$\bar{X}$	σ	
1	30 ms yugurish	6,6	0,6	6,5	0,4	1,6	6,4	0,2	3,1	6,3	0,3	4,6
2	Moksimon yugurish 3x10 m.s	9,9	1,3	9,8	1,4	1,1	9,6	1,8	3,1	9,4	1,8	5,1
3	uzoqqa sakrash s/m. sm	105,1	16,7	107,4	16,3	2,2	118,2	16,6	2,7	120,8	16,1	5,2
4	Osilgan tortmalar m.	11,7	2,3	12,3	2,2	4,9	13,8	1,9	15,3	15,2	3,2	22,1
5	Tennis to'pini uloqtirish, m.	14,1	4,0	14,7	4,2	4,1	15,9	4,3	11,4	16,8	6,1	16,1
6	Yotgan holatda qo'llarning egilishi va kengayishi, bir marta	6,9	1,9	7,1	1,6	2,9	8,4	1,4	17,9	8,5	1,9	18,9

Tajriba boshlanishidan oldin pedagogik tadqiqotlarning dastlabki ko'rsatkichlari tahlili shuni ko'rsatdiki, 1-2 sinflarda 30 m masofada o'qiyotgan o'g'il bolalarning tezlik qobiliyati o'rtacha $6,6 \pm 0,6$ sek. Ikkinchi chorak oxirida takroriy tadqiqotlar shuni ko'rsatdiki, ko'rsatkich 1,6% farq bilan $6,5 \pm 0,4$ sekgacha ishonchsiz o'sgan. Jismoniy tarbiya va sport mashg'ulotlarining boshlang'ich bosqichida bolalarning muvofiqlashtirish qobiliyati eng muhim omil sifatida 3 x 10 m masofaga yugurish testi bo'yicha baholanadi. bolalarda o'rtacha $9,9 \pm 1,3$ soniya

ichida o'zgarib turadigan natija borligi aniqlandi va etti haftadan so'ng bu sifatni qayta sinovdan o'tkazganda, o'sish natijasi 1,1% farq bilan $9,8 \pm 1,4$ soniyani tashkil etdi. Jismoniy tarbiya va bolalar sporti sohasidagi yetakchi milliy mutaxassislar T.S.Usmonxo'jayevning fikricha, bolalarning tezlik-kuch sifatleri va F.A.Kerimov esa, ushbu vosita testi bolalarning harakat jismoniy rivojlanishining nozik yosh bosqichida muhim komponent ekanligini ko'rsatadi va ushbu komponentga alohida e'tibor berish tavsiya etiladi.

Turgandan turib uzunlikka sakrash testi ko'rsatkichlari bo'yicha baholangan bolalarning tezlik-kuch qobiliyatini tekshirish natijalariga ko'ra, o'rtacha natija $105,1 \pm 16,7$ sm ni tashkil etdi, natijada biroz o'sish 2,2% ni tashkil etdi, o'rtacha qiymat ko'rsatkich $107,4 \pm 16,3$ smga teng Shuni ta'kidlash kerakki, professor A.A.Guzhalovskiy boshlang'ich maktab yoshidagi bolalarning harakat qobiliyatini o'rganishga asoslanib, ularning hayotidagi sezgir yosh bosqichi egiluvchanlikning kuchayishi davri ekanligini ta'kidladi, bu davrda tuzilishi va funksiyalari

o'zgaradi hamda tananing o'ziga xos tashqi sharoitlarga mos ravishda o'zgarish qobiliyatini namoyish etadi.

Xulosa. Tadqiqot natijalari boshlang'ich sinf o'quvchilarining jismoniy tarbiya tizimida takomillashtirishga muhtoj jihatlar mavjudligini ko'rsatdi. Xususan, kuch qobiliyatlarining ijobiy dinamikasiga qaramay, umumiy jismoniy tayyorgarlikning ayrim ko'rsatkichlari orqada qolmoqda. Bu esa bolalarning sog'lom turmush tarzini ta'minlash, ularning jismoniy va psixologik salomatligini mustahkamlashga xizmat qiladi.

Adabiyotlar

1. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2022-yil 3-noyabrda «Jismoniy tarbiya va sport sohasida kadrlarni tayyorlash hamda ilmiy tadqiqotlar tizimini yanada takomillashtirish chora-tadbirlari to'g'risida»gi PQ-414-son Qarori.
2. Erkaboyev O. Experimental substantiation of integration means of physical culture and pre-prescription military education in the preparation of pre-prescription youth for service in the. *Jurnal of exercise physiology*. 2022;7,718. AQSh <https://doi.org/10.5281/zenodo.7457907> New York
3. Erkaboyev O. Jismoniy tarbiya va chaqiruvga qadar boshlang'ich tayyorgarlik vositalarini integratsiyasini yuqori sinf o'quvchilarini harbiy xizmat qilishga tayyorlash natijalariga ta'siri. // «Mu'allim hám úzliksiz bilimlendiriw» 2022.4.1. 4-tom, Qoraqolpog'iston. 149-154-b.
4. Erkaboyev O. X va XI sinf o'quvchilarining jismoniy tayyorgarligini chaqiruvga qadar boshlang'ich tayyorgarlik – 2021 testlari bilan qiyosiy baholash. // *Scienceproblems.uz* № 3 (3). 2023. 264-268-b.
5. Erkaboyev O. Yuqori sinf o'quvchilarini armiya safida xizmat qilishga tayyorlash metodikasini tajribada asoslash. *International scientific and practical conference*. –Toshkent: 2023. 95-110-b.
6. Эрнazarов Ф.Н. Турли экологик шароитда яшаётган ўқувчилар организмидаги аэроб имконияти билан ишқобилиятидаги негативликлар. // *Xalqaro konferensiya va jurnallarni sifatli indexlash xizmati*, 1(1), 156-160. 2024.
7. Ernazarov G.N. Physical qualities of students learn. // *International journal of social science & interdisciplinary research* ISSN: 2277-3630 Impact factor: 8.036, 11(12), 150-159. 2022.
8. Ernazarov G.N. Various ecological in the circumstances living school of archers physical ability to work and hemodynamic parameters. // *International journal of social science & interdisciplinary research* ISSN: 2277-3630 Impact factor: 8.036, 11(12), 1-8. 2022.

РЕЗЮМЕ. Maqolada boshlang'ich sinf o'quvchilarining jismoniy faolligi va ularning jismoniy tayyorgarlik darajasi choraklar bo'yicha baholandi. Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatdiki, 1-2-sinf o'quvchilari dastlabki natijalarga erisha olmagani va jismoniy tarbiya dasturlarining maktab sharoitida yetarli samara bermaganligi aniqlandi. Maktablarda o'tkaziladigan majburiy jismoniy tarbiya darslari gipodinamiya (harakatsizlik) omilini bartaraf etish uchun yetarli emas, shuningdek, maktabdan tashqarida sport mashg'ulotlarini tashkil etish qiyinligi qayd etildi. Jahon Sog'liqni Saqlash Tashkiloti (JSST) tomonidan belgilangan jismoniy faollik standartlariga muvofiq, mamlakatimizda jismoniy tarbiya soati hajmi yetarli emasligi aniqlangan.

РЕЗЮМЕ. В статье оценивалась физическая активность учащихся начальных классов и уровень их физической подготовленности по четвертям. Результаты исследования показали, что учащиеся 1-2 классов не смогли достичь предварительных результатов, а программы физического воспитания не дали достаточной эффективности в школьных условиях. Было отмечено, что обязательных уроков физической культуры, проводимых в школах, недостаточно для устранения фактора гиподинамии, а также сложности организации спортивных занятий вне школы. В соответствии со стандартами физической активности, установленными Всемирной организацией здравоохранения (ВОЗ), объем часов физической культуры в нашей стране недостаточен.

SUMMARY. The article assessed the physical activity of primary school students and their level of physical fitness by quarters. The research results showed that students in grades 1-2 did not achieve initial results, and physical education programs were not sufficiently effective in school conditions. It was noted that the mandatory physical education classes held in schools are insufficient to eliminate the factor of hypodynamia (inaction), and it is also difficult to organize sports activities outside of school. According to the standards of physical activity established by the World Health Organization (WHO), the volume of physical education hours in our country is insufficient.