UO‘K: 37.037

TALABALARNING JISMONIY O‘Z-O‘ZINI TAKOMILLAShTIRIShIDA AKMEOLOGIK YONDAShUVNING MOTIVATSION-QADRIYATLI MEXANIZMLARI

Niyazov Askarbay Tolibaevich – *pedagogika fanlari bo‘yicha falsafa doktori, professor*
niazovaskar30@gmail.com
Ajiniyoz nomidagi Nukus davlat pedagogika instituti

МОТИВАЦИОННО-ЦЕННОСТНЫЕ МЕХАНИЗМЫ АКМЕОЛОГИЧЕСКОГО ПОДХОДА В ФИЗИЧЕСКОМ САМОСОВЕРШЕНСТВОВАНИИ СТУДЕНТОВ

Ниязов Аскарбай Толибаевич – *доктор философии по педагогическим наукам, профессор*
Нукусский государственный педагогический институт имени Ажинияза

MOTIVATIONAL-VALUE MECHANISMS OF THE ACMEOLOGICAL APPROACH IN STUDENTS' PHYSICAL SELF-IMPROVEMENT

Niyazov Askarbay Tolibaevich – *Doctor of Philosophy in Pedagogical Sciences, Professor*
Nukus State Pedagogical Institute named after Ajiniyaz

Tayanch so‘zlar: akmeologiya, akmeologik yondashuv, jismoniy o‘z-o‘zini takomillashtirish, motivatsion-qadriyatli mexanizm, «akme», refleksiya, jismoniy tarbiya, talaba.

Rezyume. Maqolada oliy ta’lim tizimida talabalarning jismoniy o‘z-o‘zini takomillashtirishini akmeologik yondashuv asosida boshqarishning motivatsion-qadriyatli mexanizmlari tadqiq etilgan. Tadqiqotda motivatsion-qadriyatli mexanizmning uch tarkibiy komponenti – motivatsion-ehtiyojli, qadriyatli-mazmuniy va refleksiv-baholovchi komponentlar ajratilgan hamda ularning shakllanganlik mezonlari va darajalari asoslangan.

Ключевые слова: акмеология, акмеологический подход, физическое самосовершенствование, мотивационно-ценностный механизм, «акме», рефлексия, физическое воспитание, студент.

Резюме. В статье исследуются мотивационно-ценностные механизмы управления физическим самосовершенствованием студентов на основе акмеологического подхода в системе высшего образования. Выделены три структурных компонента мотивационно-ценностного механизма – мотивационно-потребностный, ценностно-смысловой и рефлексивно-оценочный, обоснованы критерии и уровни их сформированности.

Key words: acmeology, acmeological approach, physical self-improvement, motivational-value mechanism, «acme», reflection, physical education, student.

Summary. The article examines the motivational-value mechanisms of managing students' physical self-improvement on the basis of the acmeological approach in higher education. Three structural components of the motivational-value mechanism are identified – motivational-need, value-meaning, and reflexive-evaluative and the criteria and levels of their formation are substantiated.

Kirish. Oliy ta’lim tizimini modernizatsiya qilish sharoitida bo‘lajak mutaxassisning sog‘lig‘i, jismoniy tayyorgarligi va sog‘lom turmush tarziga bo‘lgan barqaror munosabati bugungi kunda ta’limning muhim natijalaridan biri sifatida qaralmoqda. Zamonaviy talaba nafaqat kasbiy bilim va ko‘nikmalarga, balki o‘z jismoniy holatini mustaqil boshqara olish, uni izchil takomillashtira olish qobiliyatiga ham ega bo‘lishi lozim. Shu bois jismoniy tarbiya jarayonining diqqat markazida tashqi majburiy me’yorlardan ko‘ra, talabaning jismoniy o‘z-o‘zini takomillashtirishga bo‘lgan ichki intilishi turishi kerak.

Ammo an’anaviy jismoniy tarbiya amaliyoti ko‘p hollarda me’yoriy ko‘rsatkichlarni bajarishga yo‘naltirilgan bo‘lib, talabaning shaxsiy motivi, qadriyatli munosabati va refleksiv o‘z-o‘zini boshqarish mexanizmlarini yetarlicha rivojlantirmaydi. Natijada mashg‘ulotlarga jalb etilish tashqi nazorat susayishi bilan pasayadi. Ushbu ziddiyat talabaning jismoniy salohiyatini eng yuqori – «akme» darajasiga yo‘naltiruvchi yangicha metodologik yondashuvni taqozo etadi.

Akmeologik yondashuv aynan shaxsni o‘z rivojlanishida yuqori cho‘qqilarga erishishga yo‘naltirishga qaratilganligi bilan bu vazifani hal etishga xizmat qiladi. Mazkur maqolaning maqsadi – talabalarning jismoniy o‘z-o‘zini takomillashtirishida akmeologik yondashuvning motivatsion-qadriyatli mexanizmlarini nazariy jihatdan asoslash va ularning pedagogik samaradorligini tajriba-sinov yo‘li bilan tekshirishdan iborat.

Akmeologiya fanining nazariy asoslari B.G.Ananyev [1], N.V.Kuzmina [2], A.A.Bodalev [3], A.A.Derkach [4] kabi olimlarning tadqiqotlarida yaratilgan bo‘lib, ularda shaxsning kamolot cho‘qqisiga («akme») erishish qonuniyatlari ochib berilgan. Ushbu tadqiqotlarda «akme» tushunchasi insonning muayyan faoliyat sohasidagi eng yuqori individual yutug‘i sifatida talqin qilinadi va u faqat tashqi ta’sir orqali emas, balki shaxsning ichki motivatsion-qadriyatli tuzilmasi orqali ta’minlanishi ta’kidlanadi.

Jismoniy tarbiya va sport psixologiyasi sohasida E.P.Ilyin [5], V.K.Balsevich [7], M.Ya.Vilenskiy [6] ishlarida jismoniy madaniyatning shaxsiy qadriyat sifatida shakllanishi va sog‘lom turmush tarziga bo‘lgan munosabatning motivatsion tabiati o‘rganilgan. Motivatsiyaning ichki manbalari muammosi esa o‘z-o‘zini determinatsiyalash nazariyasida (E.L. Deci, R.M. Ryan) [8, 9] chuqur tahlil qilingan bo‘lib, unda inson faoliyati barqarorligi tashqi rag‘batlardan ko‘ra ichki motivlar bilan bog‘liqligi asoslanadi. So‘nggi xalqaro meta-tahlillar o‘z-o‘zini determinatsiyalash nazariyasiga asoslangan aralashuvlar avtonom motivatsiya va sog‘lom jismoniy faollik xatti-harakatlarini barqaror mustahkamlashini tasdiqlaydi [13].

Mahalliy ilmiy maktabda F.A.Kerimov [10], R.S.Salomov [11], E.G‘.G‘oziev [12] tadqiqotlarida jismoniy tarbiya va shaxs psixologiyasining metodologik masalalari yoritilgan. Shunga qaramay, akmeologik yondashuvning motivatsion-qadriyatli mexanizmlarini talabalarning jismoniy o‘z-o‘zini takomillashtirishi kontekstida yaxlit tizim sifatida asoslashga qaratilgan tadqiqotlar hali yetarli emas. Bu esa mazkur muammoning dolzarbligini belgilaydi.

Tadqiqot metodologiyasi. Tadqiqotda o‘zaro to‘ldiruvchi usullar majmuasi qo‘llanildi: ilmiy-pedagogik adabiyotlarni nazariy tahlil va umumlashtirish; anketa-so‘rovnoma va psixodiagnostik metodikalar; pedagogik tajriba-sinov (konstatatsiya, shakllantirish va yakuniy bosqichlar); olingan ma’lumotlarni matematik-statistik qayta ishlash (Pirsonning χ^2 mezoni). Tajriba-sinov ishlari bir o‘quv yili davomida amalga oshirildi. Unda jami 120 nafar talaba ishtirok etdi: tajriba guruhi (TG) – 62 nafar, nazorat guruhi (NG) – 58 nafar.

Motivatsion-qadriyatli mexanizmning shakllanganlik holatini baholash uchun uchta tarkibiy komponent ajratildi va har biri bo‘yicha mezon hamda diagnostik ko‘rsatkichlar aniqlandi (1-jadval). Har bir komponent bo‘yicha talabalar uch darajaga – past, o‘rta va yuqori (akmeologik) darajaga ajratildi. Umumlashtirilgan ko‘rsatkich sifatida 0 dan 1 gacha qiymat oladigan shakllanganlik koeffitsienti hisoblab chiqildi.

1-jadval. Motivatsion-qadriyatli mexanizmning tarkibiy komponentlari, mezonlari va ko‘rsatkichlari

Tarkibiy komponent	Mezon (kriteriya)	Ko‘rsatkichlar va diagnostika usuli
Motivatsion-ehtiyojli	Jismoniy takomillashuvga barqaror ichki motivning mavjudligi	Yutuqqa erishish motivatsiyasi; mashg‘ulotlarga ixtiyoriy jalb etilish; muvaffaqiyat sari intilish (motivatsiya so‘rovnomasi)
Qadriyatli-mazmuniy	Jismoniy madaniyatning shaxsiy qadriyat sifatida anglanishi	Sog‘lom turmush tarzining qadriyatli mazmuni; jismoniy mukammallikning shaxsiy ma’nosi (qadriyatli yo‘nalganlik metodikasi)
Refleksiv-baholovchi	O‘z jismoniy holatini adekvat baholash va o‘z-o‘zini boshqarish	O‘z-o‘zini nazorat qilish; refleksiv o‘z-o‘zini baholash; individual dasturni tuzata olish (refleksiya va o‘z-o‘zini baholash testlari)

Akmeologik yondashuvning uch mexanizmini yaxlit tizim sifatida tasavvur qilish maqsadida ularning o‘zaro bog‘liqligi 1-rasmda strukturaviy model ko‘rinishida keltirilgan. Modelda motivatsion-ehtiyojli, qadriyatli-mazmuniy va refleksiv-baholovchi mexanizmlar birgalikda talabaning jismoniy o‘z-o‘zini takomillashtirishga qaratilgan «akme» darajasini ta’minlaydi.

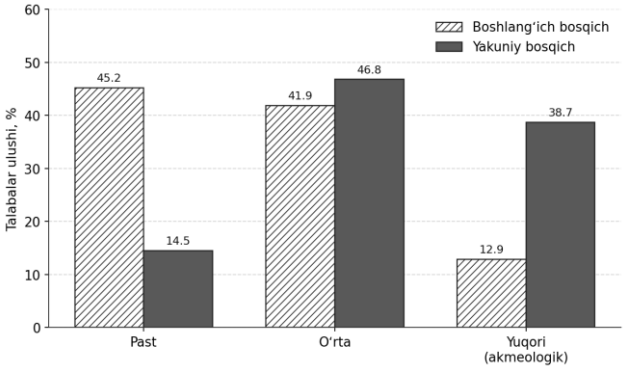


1-rasm. Akmeologik motivatsion-qadriyatli mexanizmlarning strukturaviy modeli

Natijalar va muhokama. Konstatatsiya bosqichida har ikkala guruhda ko‘rsatkichlar deyarli bir xil bo‘lib, past va o‘rta darajalar ustunlik qildi. Shakllantiruvchi tajriba davomida tajriba guruhida mashg‘ulotlar akmeologik yondashuv asosida – individual maqsad qo‘yish, muvaffaqiyat vaziyatlarini yaratish, refleksiv kundalik yuritish va o‘z-o‘zini baholash orqali tashkil etildi. Yakuniy bosqich natijalari 2-jadvalda va 2-rasmda aks ettirilgan.

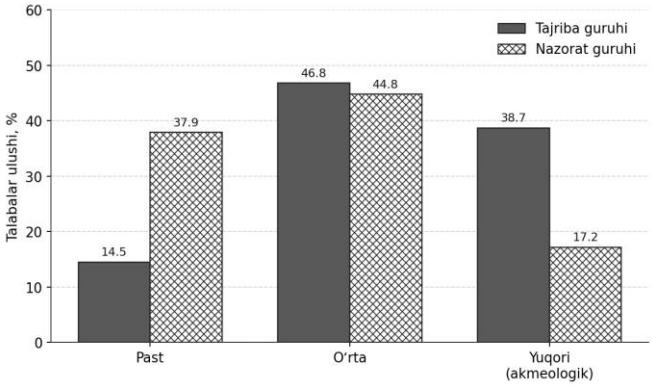
2-jadval. Motivatsion-qadriyatli mexanizm shakllanganlik darajalarining taqsimoti (tajriba boshi va oxirida)

Shakllanganlik darajasi	TG Boshlang‘ich, %	TG yakuniy, %	NG boshlang‘ich, %	NG yakuniy, %
Past	45,2	14,5	43,1	37,9
O‘rta	41,9	46,8	43,1	44,8
Yuqori (akmeologik)	12,9	38,7	13,8	17,2



2-rasm. Tajriba guruhida shakllanganlik darajalari dinamikasi

Jadval va rasm ma’lumotlaridan ko‘rinib turibdiki, tajriba guruhida yuqori (akmeologik) darajaga erishgan talabalar ulushi 12,9 % dan 38,7 % ga oshdi, past darajadagilar esa 45,2 % dan 14,5 % ga kamaydi. Nazorat guruhida esa o‘zgarishlar ancha kam bo‘lib, yuqori daraja atigi 13,8 % dan 17,2 % ga o‘zgardi. Ikki guruhning yakuniy natijalari o‘rtasidagi farq 3-rasmda yaqqol ko‘rinadi.

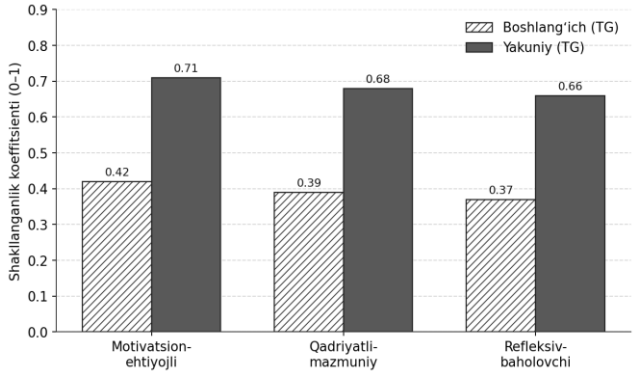


3-rasm. Yakuniy bosqichda tajriba va nazorat guruhlari natijalari

Tarkibiy komponentlar bo‘yicha shakllanganlik koeffitsientining dinamikasi 3-jadvalda va 4-rasmda keltirilgan. Tajriba guruhida barcha uch komponent bo‘yicha koeffitsient o‘rtacha 0,29 birlikka o‘sgan bo‘lsa, nazorat guruhida bu ko‘rsatkich atigi 0,06–0,07 birlikni tashkil etdi.

3-jadval. Tarkibiy komponentlar bo‘yicha shakllanganlik koeffitsientining dinamikasi

Tarkibiy komponent	TG boshl.	TG yakuniy	O‘sish	NG boshl.	NG yakuniy	O‘sish
Motivatsion-ehtiyojli	0,42	0,71	+0,29	0,43	0,49	+0,06
Qadriyatli-mazmuniy	0,39	0,68	+0,29	0,40	0,47	+0,07
Refleksiv-baholovchi	0,37	0,66	+0,29	0,38	0,45	+0,07
Umumiy o‘rtacha	0,39	0,68	+0,29	0,40	0,47	+0,07



4-rasm. Tarkibiy komponentlar bo‘yicha shakllanganlik koeffitsienti dinamikasi (tajriba guruhi)

Olingan natijalarning statistik ishonchliligi Pirsonning χ^2 mezoni yordamida tekshirildi. Yakuniy bosqichda tajriba va nazorat guruhlarining darajalar bo‘yicha taqsimotini taqqoslashda empirik qiymat $\chi^2emp = 14,7$ ni tashkil etdi, bu esa erkinlik darajasi $df = 2$ va ahamiyatlilik darajasi $p < 0,05$ dagi kritik qiymat $\chi^2krit = 5,99$ dan katta. Demak, guruhlar orasidagi farq tasodifiy emas, balki qo‘llanilgan akmeologik yondashuv ta’siri natijasidir.

Muhokama shuni ko‘rsatadiki, akmeologik yondashuvning samaradorligi uning uch mexanizmni yaxlit ta’sir ettirishida namoyon bo‘ladi: motivatsion-ehtiyojli mexanizm faoliyatga turtki beradi, qadriyatli-mazmuniy mexanizm unga shaxsiy ma’no baxsh etadi, refleksiv-baholovchi mexanizm esa o‘z-o‘zini boshqarish va uzluksiz takomillashuvni ta’minlaydi. Aynan shu uch mexanizmning o‘zaro uyg‘unligi talabada jismoniy o‘z-o‘zini takomillashtirishga barqaror va ichki asosga ega intilishni shakllantiradi.

Xulosa. Tadqiqot natijalari asosida quyidagi xulosalarga kelindi. Birinchidan, talabalarning jismoniy o‘z-o‘zini takomillashtirishida akmeologik yondashuvning motivatsion-qadriyatli mexanizmi uch o‘zaro bog‘liq komponent – motivatsion-ehtiyojli, qadriyatli-mazmuniy va refleksiv-baholovchi komponentlar birligidan iborat. Ikkinchidan, ushbu mexanizmlarni maqsadli faollashtirish talabalarda yuqori (akmeologik) darajaga erishishni sezilarli darajada ta’minlaydi. Uchinchidan, tajriba-sinov natijalari va statistik tahlil ($\chi^2emp = 14,7 > \chi^2krit = 5,99$) akmeologik yondashuvning yuqori pedagogik samaradorligini tasdiqlaydi.

Shu tariqa, akmeologik yondashuv asosida talabalarning motivatsion-qadriyatli sohasini rivojlantirish ularning jismoniy o‘z-o‘zini takomillashtirishga bo‘lgan barqaror ichki intilishini shakllantirishning istiqbolli pedagogik vositasi hisoblanadi. Tadqiqotning kelgusi yo‘nalishi mazkur mexanizmlarni turli yo‘nalishdagi talabalar kontingentiga moslashtirilgan uslubiy ta’minot ishlab chiqish bilan bog‘liq.

Adabiyotlar

1. Ананьев В.Г. Человек как предмет познания. – Санк-Петербург: «Питер», 2001.
2. Кузьмина Н.В. Предмет акмеологии. – Санк-Петербург: «Политехника», 2002.
3. Бодалёв А.А. Вершина в развитии взрослого человека: характеристики и условия достижения. – Москва: «Флинта», «Наука», 1998.
4. Деркач А.А., Зазикин В.Г. Акмеология: учебное пособие. – Санк-Петербург: «Питер», 2003.
5. Ильин Е.П. Психология физического воспитания. – Санк-Петербург: «Питер», 2002.
6. Виленский М.Я. Физическая культура и здоровый образ жизни студента. – Москва: «КноРус», 2013.
7. Бальсевич В.К. Физическая культура для всех и для каждого. – Москва: «Физкультура и спорт», 1988.
8. Deci E.L., Ryan R.M. Intrinsic Motivation and Self-Determination in Human Behavior. – New York: Plenum Press, 1985.
9. Ryan R.M., Deci E.L. Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. // American Psychologist. 2000. Vol. 55, №1. – P. 68-78.
10. Kerimov F.A. Sport metrologiyasi. – Toshkent: O‘zDJTU, 2018. .
11. Salomov R.S. Sport mashg‘ulotining nazariy asoslari. – Toshkent: O‘zDJTI, 2005.
12. G‘oziev E.G‘. Umumiy psixologiya. – Toshkent: Universitet, 2010.
13. Ntoumanis N., Ng J.Y.Y., Prestwich A. et al. A meta-analysis of self-determination theory-informed intervention studies in the health domain: effects on motivation, health behavior, physical, and psychological health. // Health Psychology Review. 2021. Vol. 15, № 2. – P. 214-244.