

TALABA YOSHLAR JISMONIY TARBIYASINI KASBIY YO‘NALTIRISHNING DOLZARB MUAMMOLARI

Xasanov A.T.

Farg‘ona davlat universiteti PhD, dotsenti

Annotatsiya. Maqolada talabalarni kasbiy – amaliy jismoniy tayyorgarligini takomillashtirish bo‘yicha olib borilgan ilmiy – tadqiqotlar natijalari bayon qilingan.

Kalit so‘zlar: mashg‘ulot, vosita, metod, ta‘lim jarayoni, o‘quv dasturi, nazorat.

Dolzarlighi. Mustaqil davlatimizni rivojlantirish va uni dunyodagi taraqqiy etgan mamlakatlar qatoriga olib chiqishda yuqori malakali va zamon talablariga har tomonlama mos keladigan mutaxassis kadrlarning o‘rni beqiyosdir. Shuning uchun mamlakatimiz taraqqiyoti uchun yuqori malakali kadrlarni tayyorlash muhim yo‘nalishlardan biri hisoblanib, bu borada qator ishlar amalga oshirildi. Ayniqsa, prezidentimiz tomonidan oxirgi yillarda jismoniy tarbiya va ommaviy sportni yanada rivojlantirishga katta e‘tibor berilib, ommaviy sportga ham e‘tiborni kuchaytirish vazifa qilib qo‘yilgan (1).

Yuqoridagi vazifalarni samarali hal qilish maqsadida jismoniy tarbiya va sport sohasida oliy malakali mutaxassislarni tayyorlash masalasiga jiddiy e‘tibor qaratilib, oxirgi yillarda xorijiy davlatlarning oliy ta‘lim muassasalari bilan hamkorlik borasida juda ko‘p shartnomalar imzolandi va oliy ta‘lim tizimini yangi bosqichga ko‘tarish dolzarb masalaga aylandi.

Malakali mutaxassislarni tayyorlash jamiyat rivojlanishi strategiyasining ustuvor yo‘nalishi hisoblanadi, hozirgi kunda kasbi bilan bog‘langan turli ilmiy sohalarda bilimlarni mohirona qo‘llash qobiliyatiga ega bo‘lgan keng profilli mutaxassislarga talab o‘sib bormoqda.

Jismoniy tarbiya sohasida yetakchi mutaxassislardan biri hisoblangan L.P.Matveyev ham ta‘kidlaydiki, jismoniy tarbiya dasturi sifatida “Talabalarning kasbiy-amaliy jismoniy tayyorgarligi” majburiy mavzusi bo‘yicha ma‘ruza shaklidagi nazariy mashg‘ulotlarni o‘tkazish nazarda tutiladi. Ularning maqsadi mehnatning kasbiy turlariga tayyorlash uchun jismoniy madaniyat vositalarini mazmunan va metodik to‘g‘ri ta‘minlovchi zarur bilimlar bilan bo‘lg‘usi mutaxassislarni qurollantirish hisoblanadi (4).

Ma‘lumki, zamonaviy ilmiy-texnik taraqqiyot insonning hayot faoliyatiga kuchli noqulay ta‘sir ko‘rsatadi, bu uning sog‘lig‘ida va kasbiy ish faoliyatida aks etadi. Harakat faolligi yetishmasligi tufayli organizm kuchsizlanadi, asab-emotsional zo‘riqishlar yuzaga keladi.

Jismoniy tarbiya va sport sohasi samaradorligini oshirishda fiziologik, pedagogik-psixologik yondashuvlar va fanlararo integratsiyalashuv masalalari

Mehnatning yuqori shiddatini va unumdorligini ta'minlash uchun dam olish hamda mehnat qilish rejimida metodik jihatdan to'g'ri tashkil qilingan jismoniy tarbiya va sport mashg'ulotlarining ijobiy ta'sir ko'rsatishi isbotlangan. Bunday mashg'ulotlar funksional imkoniyatlar darajasini, jismoniy va emotsional barqarorlikni oshiradi, kasallanishni kamaytiradi, ishga kirishib ketish jarayonining tezlashishini, ishchi harakatlarning optimal sur'ati, tezligi hamda tejamkorligini uzoq vaqt saqlay olish qobiliyatini ta'minlaydi.

Talaba yoshlar jismoniy tarbiyasini samarali boshqarish uchun shug'ullanuvchilarning jismoniy holati va jismoniy mashqlar bilan shug'ullanish jarayonida qo'llanilayotgan vosita va metodlar ta'sirida organizmdagi o'zgarishlar to'g'risidagi obyektiv informatsiya talab qilinadi.

Jismoniy status talabalarning jismoniy rivojlanishi va harakat tayyorgarligi ko'rsatkichlari asosida aniqlanadi, ularni jismoniy tarbiya o'qituvchilari o'qitishning blok-modul tizimida ko'zda tutilgan har bir semestr tugagandan keyin test ko'rsatkichlarini qabul qilish jarayonida oladilar. Olingan natijalar esa talabalarning jismoniy holatining axborot bankini tashkil qilishi lozim va har bir oliy o'quv yurtining fakultetlararo jismoniy madaniyat kafedralarida turadi.

Olingan ko'rsatkichlarni boshqa oliy o'quv yurtlari talabalarining ko'rsatkichlari bilan solishtirma tahlil qilish asosida, ularning haqiqiy holatin baholash va oliy o'quv yurtining spetsifik xususiyatini hisobga olib, mutaxassislarni tayyorlashda o'quv jarayoniga tavsiyaviy tuzatishlarni kiritish mumkin.

Ta'limning samarali metodlaridan biri modulli o'qitish hisoblanadi, uning mo'hiyati shundan iboratki, o'rganuvchilar unga taklif qilingan o'ziga axborotlar bankini kiritgan dastur bo'yicha mustaqil ishlashi mumkin va uning metodik boshqaruvi egiluvchanlikni, shaxsning individual talablariga mos kelishini va uning tayanch(bazaviy) tayyorgarligi darajasini ta'minlashni o'zining maqsadi qilib qo'yadi.

Taklif qilinayotgan modulli o'qitishda pedagog koordinator maslahatchi funksiyasini bajaradi. Amaliyotda modulli o'qitish prinsipidan foydalanish o'quv materialin shunday tuzishga olib keladiki, ya'ni bo'limlar bir biridan alohida emas, balki yagona mazmuni o'zgartirmay o'quv materialini tuzish va to'ldirish imkoniyatini beradi(2,3,5).

Eksperiment o'tkazish davomida biz tomonimizdan taklif qilingan takomillashtirilgan blok-modulli o'qitish shuni aniqlashga olib keldiki, ya'ni gumanitar oliy o'quv yurtlari birinchi kurs talabarlari uchun jismoniy madaniyat bo'yicha amaliy mashg'ulotlarga moslashish asosiy hisoblanadi, bunda quyidagi pedagogik vazifalar qo'yiladi:

1. Talabalarda jismoniy mashqlar bilan shug'ullanish mashg'ulotlariga doimiy qiziqishni tarbiyalash.
2. Organizmning funksional imkoniyatlari zahirasini rivojlantirish.

Jismoniy tarbiya va sport sohasi samaradorligini oshirishda fiziologik, pedagogik-psixologik yondashuvlar va fanlararo integratsiyalashuv masalalari

3. Faol dam olish shakli sifatida mustaqil mashg'ulotlarni tashkillash bo'yicha nazariy bilimlarni shakllantirish va takomillashtirish.
4. Ikkinchi kurslar uchun pedagogik vazifalarga quyidagilar kiradi:
5. ijtimoiy muhim jismoniy sifatlarni tarbiyalash;
6. jismoniy madaniyat bilan shug'ullanishning turli shakllaridan foydalanib, sog'lomlashtirish dasturini o'zlashtirish;
7. jismoniy tarbiya sohasida chuqur bilimlarni shakllantirish;
8. tezkorlik-kuch sifatlarini rivojlantirish.

Yuqori kurs talabalariga sog'lom turmush tarziga amal qilish asosiy vazifalar qilib qo'yiladi, bunda pedagogik vazifalarga quyidagilar kiradi:

- 1) organizmni har tomonlama garmonik rivojlantirish va ularning jismoniy ish qobiliyatini ahamiyatli oshirish;
- 2) o'z qobiliyatlarini jismoniy o'zini takomillashtirish va o'zini baholashda barqaror talabchanlikni tarbiyalash;
- 3) jismoniy takomillashtirish jarayonida intizomlilik va mehnatsevarlikni tarbiyalash.

Tadqiqotlar ko'rsatdiki, talabalar jismoniy tarbiyasida sog'lomlashtirish va pedagogik vazifalar bir-biri bilan uzviy bog'liq. Jismoniy tarbiyani ratsional amalga oshirilishi o'quv yili davomida talabalarni tezkor nazorat qilish yo'li bilan har bir kursda jismoniy rivojlanishi va harakat tayyorgarligi xususiyatlarini hisobga olgan holda amalga oshiriladi. Nazoratning doimiy tizimi va talabalarning jismoniy tarbiya jarayonini boshqarish, jismoniy mashqlar va sport bilan shug'ullanishga motivatsiyani ta'minlab, ta'lim jarayoni sifatini oshirishga olib keladi(6).

Yuqoridagilardan ko'rinib turibdiki, talabalar o'rtasida sog'lom turmush tarzini targ'ib qilish, vatanimizning turli sohalarini uchun malakali kadrlarni tayyorlash va ularning kasbiy jismoniy tayyorgarligini takomillashtirish zamon talabidir. Lekin oliy o'quv yurtlarining o'quv dasturlaridagi jismoniy tarbiya uchun ajratilgan soat talabalarni kasbiy jismoniy tayyorgarligini rivojlantirish va bo'lg'usi kasbiga har tomonlama tayyorlash uchun yetarli emas.

Bundan ko'rinib turibdiki, o'quv rejasida berilgan jismoniy madaniyat va sport fani uchun soatlar talabalarning kasbiy jismoniy tayyorlash uchun yetarli bo'lmaydi hamda talabalarning jismoniy tarbiya bo'yicha o'quv rejalariga o'zgartirishlar kiritishni taqozo etadi.

Tajribalar ko'rsatdiki, talabalarning jismoniy tayyorgarligi oliy o'quv yurtining asosiy vazifalaridan biri hisoblanadi. Buning uchun universitet sport klubi faoliyatini talabalar kasbiy jismoniy tayyorgarligi holatidan kelib chiqib, yuqori saviyada tashkil

Jismoniy tarbiya va sport sohasi samaradorligini oshirishda fiziologik, pedagogik-psixologik yondashuvlar va fanlararo integratsiyalashuv masalalari

etish tavsiya etiladi. Bunda talabalar kasbiy jismoniy tayyorgarligi darajasini doimiy monitoringini olib borish lozim.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

1. O‘zbekiston Respublikasi Vazirlar Mahkamasining qarori “O‘quvchi va talaba yoshlar o‘rtasida o‘tkaziladigan respublika sport musobaqalari tizimini yanada takomillashtirish to‘g‘risida”. 864-son. 25.10. 2018 yil. Lex.uz.
2. Дадабаев О.Ж. Обоснование здоровьесформирующей технологии по физическому воспитанию студентов: Дис. канд.пед.наук. – Ташкент, УзГИФК. – 2011. – 132с.
3. Tokhirzhonovich, Arabboev Kakhramon. "The effect of physical activity on the body of schoolchildren in physical education lessons." Galaxy International Interdisciplinary Research Journal 11.12 (2023): 112-115.
4. Tohirjonovich, Arabboyev Qahramon. "THE ROLE OF PHYSICAL CULTURE AND SPORTS IN STUDENT ACTIVITY AND LIFESTYLE." INTERNATIONAL JOURNAL OF SOCIAL SCIENCE & INTERDISCIPLINARY RESEARCH ISSN: 2277-3630 Impact factor: 7.429 12.09 (2023): 58-63.
5. Jurayev, Vohidjon. "SPORTCHINING FAOLIYAT SAMARADORLIGIDA DA’VOGARLIK DARAJASI AHAMIYATINI EMPIRIK NATIJALARI TAHLILI." Science and innovation in the education system 2.7 (2023): 106-112.
6. Араббоев, Қ. Т. "Жисмоний тарбия дарсларида талабалар ўқув-спорт фаоллигини оширишда шахсга йўналтирилган таълим турларининг ўрни." Фан-спортга Учредители: Узбекский государственный университет физической культуры и спорта 6: 68-71.
7. Muratova, Gulnara Rashitovna. "PEDAGOGICAL TECHNOLOGY OF PHYSICAL EDUCATION FOR STUDENTS BASED ON THE POSSIBILITY OF AEROBICS." INTERNATIONAL SCIENTIFIC CONFERENCE" INNOVATIVE TRENDS IN SCIENCE, PRACTICE AND EDUCATION". Vol. 3. No. 1. 2024.
8. Rashitovna, Muratova Gulnara, and Atadjanov Asadbek Baxtiyor o'g'li. "IMPLEMENTATION OF NEW TECHNOLOGIES IN THE AEROBICS PROGRAM FOR FEMALE STUDENTS OF HIGHER EDUCATIONAL INSTITUTIONS." INTERNATIONAL JOURNAL OF SOCIAL SCIENCE & INTERDISCIPLINARY RESEARCH ISSN: 2277-3630 Impact factor: 7.429 13.01 (2024): 38-41.