

## ALOHIDALILIK TAMOYILI ASOSIDA JISMONIY TARBIYA DARSLARINI TASHKIL QILISH

**Ibrohimova Sarvinoz Rahmonali qizi**  
Qo‘qon davlat pedagogika instituti talabasi

### ANNOTATSIYA

Maqolada jismoniy tarbiya darslarida alohidalilik tamoyili asosida yondashishning pedagogik imkoniyatlari to‘g‘risida so‘z yuritilgan. Shuningdek, o‘quvchilarning jismoniy tayyorgarligini yaxshilashda jismoniy tarbiya darslaridagi har bir guruh uchun alohidalilik tamoyili asosida yondashish munosabatlarini tashkil etish masalasi yoritilgan.

**Kalit so‘zlar:** jismoniy tarbiya darslari, o‘quvchilar jismoniy tayyorgarligi, alohidalilik tamoyili.

O‘zbekiston Respublikasining “Ta‘lim to‘g‘risida”gi Qonuni va “Kadrlar tayyorlash Milliy dasturi”da belgilanishicha, kadrlar tayyorlash sohasidagi davlat siyosati uzluksiz ta‘lim tizimi orqali har tomonlama intellektual ma‘naviy va ahloqiy barkamol shaxs-fuqaroni shakllantirishga qaratilgan.

O‘quvchilarning jismoniy tarbiya darslari jarayonidagi jismoniy rivojlanishi va jismoniy tayyorgarlik darajasi o‘ziga xos bo‘lib, farqli ravishda individual o‘zgarishlarga ega. Bir xil yoshdagi va bir xil jismoniy rivojlanishga ega bo‘lgan bolalarda jismoniy sifatlarning rivojlanishi har xil ekanligi ta‘kidlangan. Shu sababli, jismoniy rivojlanishi har xil bo‘lgan o‘g‘il va qizlarda jismoniy sifatlarni tarbiyalash uchun individual dasturlar tuzish, mashqlar majmuasini ishlab chiqish, dars jarayonida har bir guruh uchun tabaqali yondashgan holda o‘rgatishni tashkil qilish jismoniy tarbiya jarayonida dolzarb masalalardan biridir.

Adabiyotlarni tahlil qilish, jismoniy tarbiya o‘qituvchilarining darsda va sinfdan tashqari olib boradigan ishlarida o‘quvchilarga alohidalilik tamoyili asosida tajribasini o‘rganish shuni ko‘rsatadiki, bir tomondan bunday yondashishlar umumiy o‘rta ta‘lim maktablari sharoitida o‘z o‘rnini keng ravishda topmagan bo‘lsa, ikkinchi tomondan buning amalga oshirilmaganligiga ancha murakkab sabablari mavjud. Jumladan Respublika hududlari bo‘yicha o‘quvchilarning jismoniy tayyorgarlik jadvallarini tuzilmaganligi, dars jarayonida guruhlarga bo‘lishning ilmiy-metodik tomondan to‘liq ishlab chiqilmaganligi, guruhlardagi o‘quvchilar orasida faolligini oshirmaslik, dars va sinfdan tashqarida o‘tkaziladigan jismoniy tarbiya mashg‘ulotlarida o‘quvchilarning mustaqil ishlarini tartibga tushirishni talab qiladi.

## Sport o'yinlari (futbol, voleybol, basketbol, gandbol)ni rivojlantirish va mashg'ulotlarni takomillashtirishning dolzarb muammolari

O'zbekiston Respublikasining "Kadrlar tayyorlash milliy dasturi"da bolalarga va ularning bilimi va qobiliyatiga qarab alohidalilik uslubidan keng foydalanish tavsiya etilgan. Umumiy o'rta ta'lim maktablarining jismoniy tarbiya dasturlaridagi talablarini bajarish, o'quvchilarning jismoniy tayyorgarligi darajasini aniqlash jismoniy tarbiya o'qituvchilarining asosiy vazifalaridan biridir. Ba'zi bir mashqlarning bajarilishi bolalarning qaddi-qomati va jismoniy tayyorgaligiga bog'liqdir. Shu sababdan mashqlarni tanlayotganda, bola organizmining tashqi tuzilishi va ichki organlari rivojlanishini bilgan holdagina ular uchun aniq jismoniy mashqlar hamda topshiriqlar yuklamasini me'yorlash mumkin. Ba'zi bir bolalar jismonan nosog'lom bo'lib, ularning jismoniy tarbiya dasturidagi mashqlarni bajarishi boshqalarnikidan farq qiladi. Chunki ularning shaxsiy ravishda qancha ko'p shug'ullanishlari natijasida jismoniy tayyorgarligini farqi yaqqol namoyon bo'ladi. Agar o'quvchilarning mashqlar bajarishda ko'nikma va malakasi to'g'ri shakllantirib borilsa, ularning jismoniy tayyorgarligi o'sadi. Mashg'ulotlar davomida bo'yi past bolalar murakkab turdagi mashq harakatlarini yaxshi bajaradi, bo'yi uzun bolalarning esa tezkorlik va egiluvchanlik harakatlarini yaxshi bajarishi ko'zga tashlanadi.

O'quvchilarni jismoniy tayyorlashning eng yaxshi yo'nalishlaridan biri jismoniy tarbiya darslarida tabaqali yondashishni qo'llashdir. Bu jismoniy tarbiya darslarining asosiy shartlaridan biri ekanligi qayd qilingan. Ilmiy tekshirish va amaliy tajriba ishlarining natijalari ko'rsatishicha, har bir sinfdagi kuchli, o'rta va kuchsiz o'quvchilar mavjuddir va shu sababli guruh o'quvchilari orasida jismoniy tarbiya materiallarini o'zlashtirishda sezilarli farq bo'lishini ko'rsatishgan. Umumiy o'rta ta'lim maktablarida o'quv jarayoni samaradorligini oshirishning eng qulay yo'llarini izlab topish hamma vaqt muammo bo'lib kelgan. Bu masalani to'g'ri hal qilishning asosiy yo'llaridan biri tabaqali yondashishni amalga oshirish kerakligi ko'rsatib o'tilgan.

Umumiy o'rta ta'lim maktablarida o'qish davrida bolalarning tashqi tuzilishida sezilarli ravishda morfo-funksional va psixo-fiziologik o'zgarishlar yuz beradi. Eng asosiy o'zgarishlar o'spirinlik davriga to'g'ri keladi.

Darslarda o'quvchilar faoliyatini alohidalilik tamoyillari ko'pincha bo'sh (kamroq) shug'ullangan o'quvchilarga nisbatan ishlatiladi. O'qituvchi o'z tajribasidan to'g'ri foydalanishi, o'quvchilarning mashq bajarishdagi xatolarini to'g'rilashi, kelajakdagi mutaxassis shaxsini rivojlantirishga o'ziga xos munosabatda bo'lishi, tarbiyaviy ishlarning markazi bo'lishini bilishi kerak. Ilmiy tekshirish natijalari va ilg'or pedagogik tajribalar shuni tasdiqlaydiki, nafaqat yoshlarni rivojlanish davrida, balki hamma davrlarda o'ziga xos alohida individual farq qilishini uqtirib o'tishgan bo'lsa, shuningdek pedagogik uslublar asosida yosh sportchilarni saralashga tabaqali yondashishni ta'minlash zarurligi ko'rsatilgan.

## Sport o'yinlari (futbol, voleybol, basketbol, gandbol)ni rivojlantirish va mashg'ulotlarni takomillashtirishning dolzarb muammolari

Jismoniy tarbiyaning samaradorligini oshirish jarayonida yo'l qo'yiladigan asosiy kamchiliklarning sabablaridan biri sifatida o'quvchilarga standartga mos ravishda yondashishning tashkil etilmaganligi ta'kidlangan. So'nggi yillarda maktabgacha va maktab yoshidagi bolalarning alohida rivojlanish ko'rsatkichlari fiziologiya, antropologiya, medicina va boshqa fanlarda keng ommalashtirishni o'ziga xosligini bildirishgan.

Keyingi yillarda soha tekshirishlaridan bir xil yoshdagi bolalarning bo'yi, og'irligi, funksional tayyorgarligi, psixologik rivojlanganligi, ularning harakat imkoniyatlari ham bir xil emasligi ayon bo'lgan. Shuning uchun mualliflar faqat o'rta yoshdagi bolalar uchun belgilangan bu xususiyatlar va me'yorlar maktab o'quvchilari jismoniy tayyorgarligiga yetarli darajada mos kelmasligini uqtirishgan. Bir xil yoshdagi va bir xil jismoniy rivojlanishdagi bolalarda harakat sifatleri rivojlanishi bir xil emasligi ta'kidlab o'tilgan. Shuning uchun ba'zi bir yoki bir necha harakat sifatleri bo'yicha orqada qolishga barham berish uchun alohida individual dasturlar tuzish, ular bo'yicha mashq qildirish ikkinchi nuqtai nazar deb qaraladi.

Shuning uchun o'quvchilarning jismoniy tayyorgarligini yaxshilashda jismoniy tarbiya darslaridagi har bir guruh uchun alohidalilik tamoyili asosida yondashish munosabatlarini tashkil etish ilmiy ishlar uchun dolzarb mavzudir.

Ilmiy ishlarning natijalari va amaliy tajribalar shuni ta'kidlaydiki, har bir sinfda kuchli, o'rtacha va kuchsiz o'quvchilar mavjud. Pedagogik ilmiy va uslubiy adabiyotlarning tahlili asosida ko'rsatishicha, ta'lim uslubiyotida «o'rtacha» o'quvchilarning ko'rsatkichi hisobga olinishi ma'lum bo'ldi. Shuning uchun umumiy o'rta ta'lim maktab o'quvchilariga jismoniy tarbiya darslarida individual va tabaqali yondashish muammolarini ilmiy ishlab chiqish, ularning jismoniy tayyorgarlik darajasini va jismoniy rivojlanishini yaxshilash bugungi kunning dolzarb masalalaridan biridir.

Umumiy o'rta ta'lim maktablarida o'qish davrida bolalar organizmining rivojlanishida morfo-funksional va psixofiziologik o'zgarishlar yuz beradi. Bu inson hayoti eng murakkab o'zgarishlarga olib keladigan o'smirlik davridir. Bu davrda biologik yoshning ko'proq namoyon bo'lishi jinsiy etilish jarayonida ko'rinadi. Jinsiy etilish davrining boshlanishi va sur'ati individual (genetik, ijtimoiy, maishiy, solomatlik holati va boshqalar) omillarga bog'liq, bu esa jismoniy tarbiya o'qituvchisiga o'quvchilarning jinsiy yetilish davrlarida ularga alohidalilik tamoyili asosida yondashish zaruriyatini tug'diradi.

### FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO'YXATI.

Sport o‘yinlari (futbol, voleybol, basketbol, gandbol)ni rivojlantirish  
va mashg‘ulotlarni takomillashtirishning dolzarb muammolari

12. Arabboyev Qahramon Tohirjonovich. "SPORTDA BASHORAT QILISH MUAMMOLARI". *INTERNATIONAL JOURNAL OF SCIENCE AND TECHNOLOGY*, May 2024, pp. 39-43,

13. Tohirjonov Hojiakbar Qahramon o‘g‘li. "JISMONIY TARBIYA VA SPORT MASHG‘ULOTLARIDA SHAXS TARBIYASI". *INTERNATIONAL JOURNAL OF SCIENCE AND TECHNOLOGY*, May 2024, pp. 493-6,

14. 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.

15. 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.

16. Tohirjonovich, Arabboyev Qahramon. "SPORTDA BASHORAT QILISH MUAMMOLARI." *INTERNATIONAL JOURNAL OF SCIENCE AND TECHNOLOGY* (2024): 39-43.

17. Ibragimovich, Sulstonov Usmon. "DYNAMICS OF MORPHOLOGICAL INDICATORS IN THE PHYSICAL DEVELOPMENT OF LONG-DISTANCE RUNNING." *INTERNATIONAL JOURNAL OF SOCIAL SCIENCE & INTERDISCIPLINARY RESEARCH* ISSN: 2277-3630 Impact factor: 7.429 11.01 (2022): 129-132.

18. Abdukhomidovich, Moydinov Iqboljon. "PHYSICAL AND MENTAL ACTIVITY OF STUDENTS AND IT EFFECTS OF DIFFERENT HORSES." *Galaxy International Interdisciplinary Research Journal* 11.4 (2023): 219-224.

19. Ismailovna, Y. F. (2024). The importance of new technologies in forming healthy life style of students at physical training lessons. *International journal of social science & interdisciplinary research* issn: 2277-3630 Impact factor: 7.429, 13(01), 34-37.

20. Шокиров Ш. Ф., Нажмиддинов А.И. (2023). Техничко-тактические приемы защиты и нападения в игре в настольный теннис. *International scientific conference "innovative trends in science, practice and education* 2(9), 41-47

21. Шодиев, Э., Ирматов, Ш., & Якубжонова, Ф. (2021). Jismoniy tarbiya darslarida pedagogik texnologiyalardan foydalanish. *Общество и инновации*, 2(2/S), 683-687.

Sport o'yinlari (futbol, voleybol, basketbol, gandbol)ni rivojlantirish  
va mashg'ulotlarni takomillashtirishning dolzarb muammolari

22. G'ayratovich, S. S. (2022). Development of volleyball sport, world championship olympic games. Asia pacific journal of marketing & management review issn: 2319-2836 Impact Factor: 7.603, 11(12), 51-54.