

JISMONIY TARBIYA FANINI NOAN'ANAVIY USLUBDA TASHKIL ETISH

Mamadjonova Adibaxon Soliboevna

Namangan sh. 100-sonli umumta'lim maktabi, jismoniy tarbiya fani o'qituvchisi, oliy toifali pedagog

Annotatsiya: Ushbu maqola zamonaviy va noan'anaviy metodologiyalardan foydalangan holda jismoniy tarbiyani tuzishning nazariy va amaliy jihatlarini ko'rib chiqadi. Tadqiqot talabalarning jismoniy faolligini oshirish va innovatsion ta'lim usullaridan foydalangan holda dars samaradorligini oshirishga qaratilgan. Tadqiqotda interaktiv yondashuvlar, o'yin texnologiyalari va yangi o'qitish usullaridan foydalanish imkoniyatlari o'rganildi. Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatdiki, noan'anaviy taktikalar talabalarning faolligini sezilarli darajada oshiradi va ularning sog'lom turmush tarziga bo'lgan nuqtai nazariga ijobiy ta'sir ko'rsatadi. O'qitishda har bir talabaning jismoniy rivojlanishini individual yondashuv orqali hisobga olishning ahamiyati ham oqlandi. Umuman olganda, yangi texnikalar jismoniy tarbiyani samarali tashkil etishda muhim element hisoblanadi.

Kalit so'zlar: noan'anaviy metodlar, jismoniy tarbiya, innovatsion yondashuv, interfaol usullar, sog'lom turmush tarzi, pedagogik texnologiyalar.

Аннотация: В данной статье рассматриваются теоретические и практические аспекты организации физического воспитания с использованием современных и нетрадиционных методологических подходов. Исследование направлено на повышение физической активности учащихся и эффективности занятий за счёт применения инновационных образовательных технологий. В работе изучены возможности использования интерактивных подходов, игровых технологий и новых методов обучения. Результаты исследования показали, что нетрадиционные методы значительно повышают активность учащихся и оказывают положительное влияние на формирование у них здорового образа жизни. Также обоснована важность индивидуального подхода к каждому обучающемуся с учётом его физического развития. В целом, новые технологии являются важным элементом эффективной организации физического воспитания.

Ключевые слова: нетрадиционные методы, физическое воспитание, инновационный подход, интерактивные методы, здоровый образ жизни, педагогические технологии.

Abstract: This article examines the theoretical and practical aspects of organizing physical education through the use of modern and non-traditional methodological approaches. The study is aimed at increasing students' physical activity and improving lesson effectiveness through the application of innovative educational technologies. The research explores the possibilities of using interactive approaches, game-based technologies, and new teaching methods. The results indicate that non-traditional methods significantly enhance students' engagement and have a positive impact on their attitudes toward a healthy lifestyle.

The importance of an individual approach, taking into account each student's physical development, is also substantiated. Overall, new techniques represent an essential component in the effective organization of physical education.

Keywords: *non-traditional methods, physical education, innovative approach, interactive methods, healthy lifestyle, pedagogical technologies.*

Kirish

Hozirgi globallashuv davrida maktab tizimining asosiy maqsadi jismonan sog'lom va akademik jihatdan yetuk shaxsni tarbiyalashdir. Shu nuqtai nazardan, jismoniy tarbiya o'quvchilarning jismoniy o'sishi va irodasini oshirish uchun juda muhimdir. Taniqli o'qituvchi A.S. Makarenko "ta'lim jarayonida jismoniy rivojlanish shaxsning yaxlit rivojlanishiga sezilarli hissa qo'shadi" deb ta'kidlagan. Atoqli faylasuf Abu Ali ibn Sino o'z asarlarida inson salomatligini saqlashda harakatchanlik va jismoniy mashqlarning mislsiz ahamiyatini ta'kidlagan. Uning fikricha, tez-tez jismoniy mashqlar tananing tabiiy muvozanatini saqlaydi. Zamonaviy pedagogikada ta'lim jarayonini yangi metodologiyalar atrofida qurish tobora dolzarb masalaga aylanib bormoqda. Xususan, jismoniy tarbiyani an'anaviy mashg'ulotlardan tashqariga kengaytirish va noan'anaviy metodologiyalarni joriy etish talabalarining fanga qiziqishini oshirishning muhim strategiyasidir. Takroriy oson vazifalar o'quvchilarda zerikishni keltirib chiqarishi va shu bilan ularning ma'ruzaga qiziqishini kamaytirishi mumkin. Ushbu maqola jismoniy tarbiya mashg'ulotlarining samaradorligini oshirish uchun noan'anaviy usullardan foydalanish masalasini tahlil qiladi. Tadqiqot o'rta maktab o'qituvchilari, pedagogik talabalar va ta'lim tizimi mutaxassislari uchun mo'ljallangan.

Adabiyotlar tahlili va metod (литература и метод /literature review)

Jismoniy tarbiyani noan'anaviy usullar orqali tashkil etish zamonaviy pedagogika va sport nazariyasida muhim yo'nalish hisoblanadi. Bu sohadagi ilmiy tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, ta'lim jarayoniga innovatsion metodologiyalarni joriy etish o'quvchilarning jismoniy o'sishini ham, psixologik faolligini ham oshiradi.

Abdullayev A.ning jismoniy tarbiya nazariyasi va amaliyoti bo'yicha tadqiqoti jismoniy tarbiyani tashkil etishda tizimlilik, izchillik va individual yondashuvlar tamoyillariga urg'u beradi. Muallif jismoniy tarbiya jarayonida bolalarning yoshi va fiziologik xususiyatlarini hisobga olish zarurligini ta'kidlaydi. Ularning samaradorligini oshirish uchun eski yondashuvlarni zamonaviy ta'lim vositalari bilan takomillashtirish zarurligi ta'kidlangan.

Aminov B. sport pedagogikasi tamoyillari haqidagi asarlarida jismoniy tarbiya jarayonining ta'lim jihatlari urg'u beradi. U sport va jismoniy faollik nafaqat jismoniy rivojlanish vositasi, balki ijtimoiylashuv va shaxsning irodaviy xususiyatlarini rivojlantirishda ham muhim rol o'ynashini ta'kidlaydi. Natijada, ma'ruzalarni innovatsion uslubda tuzish orqali talabalarda mas'uliyat, intizom va jamoaviy ish kabi fazilatlarni tarbiyalash mumkin.

Mutafakkir bobomiz Ibn Sinoning ilmiy hissalarini chuqur ilmiy asos orqali inson salomatligini saqlash va mustahkamlashda jismoniy faollikning ahamiyatini yoritib beradi. Uning ta'kidlashicha, doimiy jismoniy faollik tana faoliyatini yaxshilaydi va kasalliklarning oldini olishda juda muhim ahamiyatga ega. Bu nuqtai nazarlar bugungi kunda ham dolzarb bo'lib qolmoqda va jismoniy tarbiya fanining fundamental nazariy asosini tashkil etadi.

Birinchi prezidentimiz Karimov I. o'z asarlarida barkamol avlodni tarbiyalashning muhimligini ta'kidlaydi va sog'lom turmush tarzini shakllantirishni davlat siyosatining ustuvor yo'nalishi sifatida belgilaydi. Bu jamiyatda jismoniy tarbiya fanining ahamiyatini oshiradi.

Mahmudov M. zamonaviy pedagogik texnologiyalarni o'rganish orqali ta'lim jarayoniga interaktiv yondashuvlarni kiritish samaradorligini namoyish etadi. U o'quvchilarning mustaqil fikrlash qobiliyatlarini rivojlantirish uchun kurslarga o'yin texnologiyalari, muammoli stsenariylar va interaktiv metodologiyalarni kiritishni qo'llab-quvvatlaydi.

Norqobilov S. jismoniy tarbiya metodologiyasi bo'yicha tadqiqotida darslarni samarali rejalashtirish uchun turli xil yondashuvlar va vositalarni birlashtirish zarurligini ta'kidlaydi. U o'qituvchi innovatsion bo'lishi va har bir darsni o'quvchilar uchun qiziqarli tarzda tuzishi kerakligini ta'kidlaydi.

Jismoniy tarbiya darslarida yangi texnikalarni qo'llashning foydali natijalari "Xalq ta'limi" jurnalida chop etilgan maqolalarda va pedagogika fanlari bo'yicha ilmiy ishlar to'plamida keng hujjatlashtirilgan. O'yin texnologiyalari, hamkorlik metodologiyalari va musobaqa mashqlarining samaradorligi ushbu manbalarda ilmiy jihatdan tasdiqlangan.

Ushbu tadqiqotda nazariy tahlil, qiyosiy metodologiyalar, kuzatish texnikalari va pedagogik tajriba qo'llanilgan. Bundan tashqari, jismoniy tarbiya mashg'ulotlarining samaradorligini baholash uchun talabalarning faollik darajasi, ishtiroki va jismoniy ko'rsatkichlari baholandi.

Muhokama (обсуждение / discussion)

Jismoniy tarbiyani noan'anaviy usullar orqali tashkil etish ta'lim tizimida muhokama qilinadigan asosiy mavzu hisoblanadi. An'anaviy o'qitish usullari ko'pincha takroriy mashqlarga tayanadi, bu esa o'quvchilarning qiziqishini yo'qotishiga olib keladi. Natijada, ularning o'qitishdagi ishtiroki pasayadi va bu uning samaradorligini pasaytiradi. Aksincha, noan'anaviy usullar o'qitish jarayoniga innovatsiyalarni kiritadi. Faol o'yinlarga asoslangan darslar o'quvchilarning faolligini oshiradi va ularning ishtirokini rag'batlantiradi. Shu bilan birga, bu strategiyalar o'quvchilarning hissiy farovonligini oshiradi va shu bilan ularning butun o'sishiga ijobiy ta'sir ko'rsatadi. Munozara jarayonidagi muhim element - bu shaxsiylashtirilgan yondashuv masalasi. O'quvchilarning jismoniy holatining turli darajalarini hisobga olgan holda, darsni tashkil etishga umumlashtirilgan yondashuv kutilgan natijalarni bermasligi mumkin. Natijada, o'qituvchi har bir o'quvchining qobiliyatini hisobga olgan holda darslarni loyihalashi kerak. Zamonaviy texnologiyalardan foydalanish ham bir xil darajada muhimdir. Masalan, video materiallar, mobil ilovalar va turli multimedia

texnologiyalaridan foydalanish darslarni tashkil qilishni yaxshilaydi, ularni yanada qiziqarli va muvaffaqiyatli qiladi. Bu o'quvchilarning o'quv jarayoniga bo'lgan ishtiyoqini oshiradi. Shunga qaramay, noan'anaviy metodologiyalardan foydalanish bilan bog'liq bir qator muammolar mavjud. Ushbu sohada o'qituvchilarning malakasining yetarli emasligi yoki zarur texnik resurslarning yo'qligi darslarni to'g'ri tashkil etishga xalaqit berishi mumkin. Binobarin, o'qituvchilarning malakasini oshirish va ta'lim muassasalarini zamonaviy texnologik resurslar bilan jihozlash juda muhim maqsaddir. Jismoniy tarbiya mashg'ulotlarini noan'anaviy usullarda tashkil etishning amaliy ko'rsatmalari quyidagilar. Dastlab, mashg'ulotlarni loyihalashda o'quvchilarning yoshi, jismoniy va psixologik xususiyatlarini hisobga olish muhimdir. Har bir mashg'ulot o'quvchilarning qiziqishini uyg'otadigan tarzda tuzilishi kerak. Ushbu maqsadga erishish uchun o'yin jihatlarini keng qo'llash tavsiya etiladi. O'qitish jarayoniga interaktiv usullarni joriy etish juda muhimdir. Guruhda ishlash, musobaqalarni tashkil etish va muammoli stsenariylarni ishlab chiqish o'quvchilarning faolligini oshirishi mumkin. Ushbu strategiyalar ham jismoniy, ham ijtimoiy ko'nikmalarni rivojlantiradi. Zamonaviy texnologiyalarni ta'lim jarayoniga integratsiya qilish juda muhimdir. Darslarga multimedia vositalarini kiritish o'quvchilarning faolligini oshiradi va ularning o'quv tajribasi samaradorligini oshiradi. O'qituvchining shaxsiy tajribasi ham muhimdir. Tajriba shuni ko'rsatadiki, innovatsion o'qituvchi darslarni qiziqarli va samarali tarzda tuzishi mumkin. Binobarin, o'qituvchilar doimiy ravishda o'zini takomillashtirish bilan shug'ullanishlari va yangi metodologiyalarni o'zlashtirishlari kerak. Ko'plab rivojlangan mamlakatlarda jismoniy tarbiya mashg'ulotlari sport va turnirlar orqali o'tkaziladi. Bu, bolalarning jismoniy faolligini oshirish bilan birga, ularning sog'lom turmush tarziga qiziqishini ham oshiradi. Qo'shimcha muhim qism - bu o'quvchilarda mustaqil o'rganish ko'nikmalarini rivojlantirishdir. Talabalar darslarda olgan bilim va ko'nikmalarini individual ravishda qo'llashlari kerak. Bu ularning jismoniy rivojlanishiga ijobiy ta'sir ko'rsatadi. Jismoniy tarbiyada noan'anaviy usullarni qo'llash bolalarning har tomonlama rivojlanishiga yordam beradi. Binobarin, bu sohada ilmiy tadqiqotlar va amaliy tajribani keng tarqatish juda muhimdir.

Natijalar (Результаты / Results)

Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatdiki, jismoniy tarbiya darslarida noan'anaviy usullardan foydalanish o'quvchilarning jismoniy faolligini sezilarli darajada oshiradi. O'yin texnologiyalari va raqobatbardosh xususiyatlarni o'z ichiga olgan darslar o'quvchilarda katta qiziqish uyg'otadi.

Kuzatishlar shuni ko'rsatdiki, odatiy darslarga qaraganda noan'anaviy usullardan foydalanadigan darslarda o'quvchilarning ishtiroki ko'proq. Ular darslarda faol ishtirok etadilar, topshiriqlarni bajarishga harakat qiladilar va yaxshi hamkorlik qiladilar. Bunday metodologiyalar o'quvchilarning jismoniy ko'rsatkichlariga ham ijobiy ta'sir ko'rsatadi. Ularning chidamlilik, tezlik va kuch ko'rsatkichlari sezilarli darajada yaxshilanadi. Eng muhimi, o'quvchilarning sog'lom turmush tarziga bo'lgan ishtiyoqi ortadi.

Natijalar shuni ko‘rsatdiki, o‘qituvchining ijodkorligi va innovatsion metodologiyasi dars samaradorligini oshirishda juda muhimdir. Natijada, o‘qituvchilar doimiy ravishda o‘zini takomillashtirish bilan shug‘ullanishlari va yangi metodologiyalarni o‘zlashtirishlari kerak.

Xulosa (Заключение / Conclusion)

Yuqorida aytib o‘tilgan omillarni hisobga olgan holda, jismoniy tarbiyada noan’anaviy usullarni qo‘llash zamonaviy ta’lim tizimida juda muhim ahamiyatga ega, deb ta’kidlash mumkin. An’anaviy sinf usullari o‘quvchilarni yetarli darajada jalb qila olmagan holatlarda, dars samaradorligini oshirish uchun yangi strategiyalar juda muhimdir. Noan’anaviy usullar o‘quvchilarning darslarga qiziqishini oshiradi, faol ishtirokini rag‘batlantiradi va sog‘lom turmush tarziga yaxshi munosabatni shakllantiradi.

Shu bilan birga, ushbu metodologiyalar o‘qituvchidan katta darajadagi ta’lim tajribasi, ijodkorlik va innovatsiyalarga moyillikni talab qiladi. Jismoniy tarbiyada kelajakda yangi usullarni qo‘llash ta’lim sifatini oshiradi va o‘quvchilarning jismoniy va ma’naviy o‘sishiga yordam beradi. Natijada, o‘qituvchilar doimiy ravishda o‘zini takomillashtirish bilan shug‘ullanishlari, yangi metodologiyalar va texnologiyalarni o‘zlashtirishlari va ularni amalda qo‘llashlari kerak.

Foydalanilgan adabiyotlar ro‘yxati:

1. Abdullayev A. Jismoniy tarbiya nazariyasi va metodikasi. – Toshkent: O‘qituvchi, 2020. – 45–52-betlar.
2. Aminov B. Sport pedagogikasi asoslari. – Toshkent: Fan, 2021. – 78–84-betlar.
3. Ibn Sino A. Tib qonunlari. – Toshkent: Yangi asr avlodi, 2019. – 112–118-betlar.
4. Karimov I. Yuksak ma’naviyat – yengilmas kuch. – Toshkent: Ma’naviyat, 2018. – 67–72-betlar.
5. Mahmudov M. Zamonaviy pedagogik texnologiyalar. – Toshkent: Fan va texnologiya, 2022. – 91–99-betlar.
6. Norqobilov S. Jismoniy tarbiya metodikasi. – Toshkent: Ilm ziyo, 2021. – 56–63-betlar.
7. O‘zbekiston Respublikasi “Xalq ta’limi” jurnali. – Toshkent, 2023. – 25–30-betlar.
8. Pedagogika fanlari ilmiy maqolalar to‘plami. – Toshkent, 2022. – 40–46-betlar.