

УМУМИЙ ЎРТА ТАЪЛИМ МАКТАБЛАРИДА ТАБАҚАЛАШТИРИЛГАН ЖИСМОНИЙ ТАРБИЯ ФАНИНИ ЎҚИТИШНИ ТАШКИЛ ЭТИШ БЎЙИЧА НАЗАРИЙ ЖИҲАТДАН АСОСЛАШ

Арипов Юнус Юсупович

Ўзбекистон давлат жисмоний тарбия ва спорт университети Менежмент ва спорт тадбирларини ташкил этиш кафедраси профессори

Annotatsiya: *Мазкур мақолада умумий о'рта та'лим мактаблари шaroitida o'quvchilarning jismoniy tayyorgarlik darajasi, harakat ko'nikmalarini inobatga olgan holda tabaqalashtirilgan yondashuv asosidagi jismoniy tarbiya jismoniy tarbiya fanini o'qitishni nazariy jihatdan asoslab berilgan.*

Tadqiqotda ilgari o'tkazilgan ilmiy manbalar, pedagogik tajribalar va konseptual yondashuvlar tizimli tahlil qilinib, tabaqalashtirilgan mashg'ulotlar samaradorligini oshirishga qaratilgan asosiy metodik yondashuvlar aniqlangan.

Muallif tomonidan o'quvchilarning jismoniy tarbiya fani o'qitishni baholash, guruhlash, mashqlarni tabaqalashtirilgan holda tashkil etish va jismoniy tarbiya fanini o'qitish shakllarini individuallashtirishga oid yondashuvlar chuqur tahlil qilinib, ularning o'zaro integratsiyasi asosida pedagogik model yaratish zarurati asoslab berilgan.

Kalit so'zlar: *tabaqalashtirilgan yondashuv; pedagogik model; harakat ko'nikmalari; o'quvchilarni guruhlash; individuallashtirilgan ta'lim; baholash mezonlari.*

Mavzuning dolzarbligi. Zamonaviy maktab ta'lim tizimida jismoniy tarbiya fani nafaqat o'quvchilarning sog'lom turmush tarzini shakllantirish, balki ularning har tomonlama rivojlanishini ta'minlovchi muhim omillardan biri sifatida e'tirof etiladi.

Shu nuqtai nazardan, o'quvchilarning jismoniy rivojlanishva jismoniy tayyorgarlik darajasini inobatga olgan holda, ta'lim jarayonini tashkil etish zaruriyati kundan-kunga ortib bormoqda. O'quvchilarning jismoniy, psixologik va intellektual individual xususiyatlarini hisobga olgan holda mashg'ulotlarni tashkil etish orqali ularning imkoniyatlarini maksimal darajada yuzaga chiqarish mumkin.

So'nggi yillarda tabaqalashtirilgan va individual yondashuvlarga asoslangan jismoniy tarbiya tizimini takomillashtirish bo'yicha ko'plab ilmiy tadqiqotlar amalga oshirildi. Bunday yondashuvlar, ayniqsa, umumta'lim maktablarida har xil darajadagi jismoniy tayyorgarlikka ega bo'lgan o'quvchilar bilan ishlashda muhim amaliy ahamiyat kasb etadi.

O'quvchilarning harakat faoliyati, o'zlashtirish qobiliyati, asab tizimi xususiyatlari va temperamentlariga asoslangan farqlanishlari jismoniy tarbiya mashg'ulotlarida tabaqalashtirilgan yondashuvni qo'llash zaruratini yanada kuchaytiradi.

Mavjud nazariy-metodik ishlanmalarda tabaqalashtirilgan yondashuvga asoslangan jismoniy tarbiya fanini o'qitishning tarkibiy-topologik tuzilmasi yetarlicha ishlab chiqilmagan. Ayniqsa, har bir o'quvchining rivojlanish bosqichiga moslashtirilgan pedagogik texnologiyalarni tizimli asosda qo'llash, baholash mezonlarini aniqlash va mashg'ulotlarni optimallashtirish sohasida ilmiy asoslangan yechimlarga ehtiyoj mavjud.

Mazkur maqolada maktab o'quvchilari uchun tabaqalashtirilgan jismoniy tarbiya fanini o'qitishning nazariy asoslari, tizimli komponentlari, tashkil etish usullari va samaradorlik mezonlari tahlil qilinadi. Shuningdek, ilg'or tajribalarga tayangan holda tabaqalashtirilgan yondashuvning amaliy modelini shakllantirish bo'yicha taklif va tavsiyalar beriladi.

Tadqiqotning maqsadi: Umumiy o'rta ta'lim maktablarida tabaqalashtirilgan jismoniy tarbiya fani o'qitishni tashkil etish bo'yicha ilgari o'tkazilgan ilmiy tadqiqotlar, konseptual yondashuvlar va amaliy tajribalarni tizimli tahlil qilishga asoslangan.

Tadqiqotning vazifasi:

Tabaqalashtirilgan jismoniy tarbiya fanini o'qitishning nazariy asoslarini aniqlash va tizimlashtirish:

mavjud ilmiy adabiyotlar, konsepsiyalar va tadqiqotlar asosida tabaqalashtirilgan yondashuvning asosiy tamoyillari, shart-sharoitlari va komponentlarini aniqlab, ularni ilmiy jihatdan tahlil qilish;

jismoniy tarbiya mashg'ulotlarida o'quvchilarning individual farqlarini hisobga olishga oid tabaqalashtirilgan yondashuvlarni tavsiflash;

o'quvchilarning jismoniy, psixomotor, psixologik va pedagogik xususiyatlarini tabaqalashtirilgan guruhlash, baholash va moslashtirish usullarini aniqlash.

Tabaqalashtirilgan yondashuv asosida tashkil etilgan jismoniy tarbiya fani o'qitishning tarkibiy-topologik modelini ishlab chiqish va takomillashtirish;

nazariy tahlil asosida maktab ta'lim tizimi uchun moslashuvchan, shaxsga yo'naltirilgan pedagogik texnologiyalar asosida samarali model ishlab chiqish.

Tadqiqot natijalari va muhokamasi. Tabaqalashtirilgan jismoniy tarbiya fani o'qitishning samaradorligini asoslash uchun, avvalo, maktab o'quvchilarida bu tizimning amaldagi holatini tahlil qilish zarur. Bunda mavjud nazariy ishlanmalar va amaliy tajribalar ko'rib chiqiladi. Shundan so'ng, pedagogik texnologiyalar hamda jismoniy tarbiya nazariyasi bo'yicha mavjud yondashuvlar tahlil qilinib, hali yetarlicha o'rganilmagan yoki to'liq ishlab chiqilmagan jihatlar aniqlanadi.

Bu orqali tabaqalashtirilgan yondashuvga asoslangan jismoniy tarbiya ta'limi texnologiyasini takomillashtirishning yo'nalishlari belgilab olinadi.

Maktab o'quvchilari uchun jismoniy tarbiya fanini o'qitishda tabaqalashtirilgan va individual yondashuvlarni qo'llash bo'yicha quyidagi yetti yo'nalishni ajratib ko'rsatish mumkin:

1. Bir xil yosh va jinsdagi o'quvchilarni jismoniy rivojlanishi va jismoniy tayyorgarlik darajasiga qarab guruhlariga ajratish uchun testlash yondashuvlarini aniqlash;
2. Tabaqalashtirilgan yondashuv sharoitida o'quvchilar va o'qituvchi faoliyatini samarali tashkil etishning maqbul variantlarini aniqlash va tanlash;
3. Jamoaviy ta'lim sharoitida individual yondashuv usullarini izlash;
4. Jismoniy rivojlanishi va jismoniy tayyorgarlik darajasi har xil bo'lgan guruhlar uchun yuklama darajasini tabaqalashtirilgan tarzda belgilash yondashuvlarini aniqlash;
5. Mashg'ulot ishtirokchilarining faoliyatini individual nazorat qilish va baholashning samarali usullarini aniqlash;

6. Jismoniy mashqlarni bajarayotganda o'z-o'zini boshqarish ko'nikmalarini rivojlantirishda mashg'ulotlarni tabaqalashtirilgan va individuallashtirish;

7. Maktab o'quvchilarining jismoniy tarbiyasida kompleks tabaqalashtirilgan yondashuvni joriy etish.

Bir qator tadqiqotlarda shunday yondashuv ilgari suriladiki, bunda o'quvchilarni jismoniy rivojlanishi va jismoniy tayyorgarlik darajasi o'xshash bo'lgan individlar guruhlariga ajratish taklif etiladi. Shuningdek, individual xususiyatlar orasida o'zlashtirish qobiliyati (ya'ni, yangi bilim, ko'nikma va malakalarni shakllantirish tezligi va sifati) muhim o'rin tutadi.

Harakatlarni o'zlashtirish qobiliyati, ya'ni harakat faoliyatlarini egallash qobiliyati esa o'quvchining tana tuzilishi, psixik holati, jismoniy va funksional tayyorgarligi, hamda organizm tizimlarining faoliyat darajasi kabi omillarga bog'liq bo'ladi.

Z.I.Kuznesova tomonidan o'quvchilarni o'zlashtirish darajasiga qarab uch guruhga ajratish taklif etiladi [2]:

a) Harakatli harakatlarni mukammal va tez egallovchi o'quvchilar. Ular yaxshi jismoniy rivojlanish va jismoniy tayyorgarlik darajasiga, barcha fanlar bo'yicha yuqori (yaxshi yoki a'lo) o'zlashtirish ko'rsatkichlariga ega;

b) harakatli harakatlarni yaxshi yoki a'lo darajada, biroq sekinroq o'zlashtiruvchi o'quvchilar. Ularning jismoniy rivojlanish darajasi o'rtacha, boshqa fanlar bo'yicha o'zlashtirish darajasi ko'pincha yaxshi, ba'zida esa qoniqarli bo'ladi;

v) harakatli harakatlarni susaygan yoki zaif darajada o'zlashtiruvchi o'quvchilar. Ularning jismoniy rivojlanish darajasi past, harakat koordinatsiyasi sust, sog'lig'ida cheklovlar mavjud. Boshqa fanlar bo'yicha o'zlashtirish darajasi esa turlicha bo'ladi.

Ko'plab tadqiqotchilar o'quvchilarning jismoniy rivojlanish va jismoniy tayyorgarlik darajasiga qarab ularga qo'yiladigan talablarni tabaqalashtirilgan yondoshuvlarni tavsiya qiladilar.

B.A.Sirotkina uchta asosiy guruh — kuchli, o'rta va zaif jismoniy tayyorgarlikka ega bo'lgan o'quvchilar uchun turlicha topshiriqlarni belgilash maqsadga muvofiqligini ta'kidlaydi (1-jadvalga qarang).

1-jadval

O'quv topshiriqlarining jismoniy tayyorgarlik darajasiga qarab tabaqalashtirilishi

Mashq turi	1-guruh (kuchli)	2-guruh (o'rtacha)	3-guruh (zaif)
Yugurib sakrab balandlikka sakrash	Sakrash rejasi ko'krak darajasida	Sakrash rejasi bel darajasida	Sakrash rejasi son o'rtasi darajasida
Ko'tarilib aylanish (turnikda)	Yuqori turnikda osilib bajariladi	O'rta balandlikdagi turnikda osilib turib	Pastki turnikda, sherik yordami bilan bajariladi
Arqonga tirmashish	Tezlikka – imkon qadar tez chiqish	Masofa bo'yicha – belgilangan	Maxsus trenajyorlar yoki moslama yordamida

		balandlikka chiqish	bajariladi
--	--	---------------------	------------

Ushbu tabaqalashtirilgan yondashuv jismoniy tarbiya darslarini har bir o‘quvchining individual salohiyatiga moslashtirish, ortiqcha zo‘riqish va psixologik bosimning oldini olish, hamda har bir o‘quvchining maksimal rivojlanish imkoniyatlarini yuzaga chiqarishga xizmat qiladi.

Shunga o‘xshash tarzda istalgan harakat topshirig‘ini farqlab (tabaqalashtirish) tashkil etish mumkin. Mashqlarni asta-sekin murakkablashtirib, yuklamani oshirish orqali jismoniy tayyorgarligi sust bo‘lgan o‘quvchilarni ham jismoniy tarbiya dasturining talab darajasidagi mashqlarni bajarishga olib kelish mumkin.

Jismoniy tayyorgarlik — bu ko‘p omilli hodisa bo‘lib, bir o‘quvchi kuch mashqlari bo‘yicha zaif guruhga mansub bo‘lsa-da, bardoshlilik talab etiladigan mashqlarda kuchli bo‘lishi mumkin. Shu sababli, o‘quvchilarni guruhlarga ajratishda, har bir harakat topshirig‘iga mos bo‘lgan jismoniy sifat darajasi e‘tiborga olinishi zarur.

Shaxsiy tayyorgarlik darajasi o‘quvchining harakat tajribasi, ya‘ni motorik bilimlar boyligi bilan belgilanadi. Harakat tajribasi boy bo‘lgan o‘quvchilarning o‘zlashtirish darajasi yuqori bo‘ladi. Bunday o‘quvchilar ko‘pincha yangi harakatni ko‘rsatmadan so‘ng darhol takrorlashi mumkin, holbuki tajribasi kam bo‘lganlar bu harakatni asta-sekin, qismlariga bo‘lib o‘zlashtiradilar.

Boshlang‘ich sinf o‘quvchilari misolida differensial yondashuvning samaradorligini asoslovchi tajribaviy model taqdim etilgan. Ular tomonidan ishlab chiqilgan o‘quv dasturining asosiy xususiyati — bu o‘yin metodiga asoslangan yondashuvdir.

Mazkur dastur ikki asosiy pedagogik tamoyilni o‘z ichiga oladi: birinchidan, harakat ko‘nikmalarini shakllantirishda o‘yin metodining ustuvor vosita sifatida qo‘llanilishi; ikkinchidan, 1–4-sinf o‘quvchilari o‘rtasida jismoniy tayyorgarlik darajasini inobatga olgan holda differensial yondashuv asosida ta‘limni tashkil etish.

Dastur quyidagi besh asosiy bobdan tashkil topgan:

- ☐ differensial darslarning mazmuni va o‘quv materiallari;
- ☐ jismoniy sifatlarni differensial rivojlantirishga oid metodik yondashuvlar;
- ☐ jismoniy mashqlarni mustaqil bajarish ko‘nikmalarini rivojlantirishga xizmat qiluvchi uyga vazifalar tizimi;
- ☐ kichik maktab yoshidagi o‘quvchilar uchun mo‘ljallangan differensial darslardagi o‘yin vositalarini qo‘llash tamoyillari;
- ☐ 1–4-sinf o‘quvchilari uchun normativlar va baholash talablarini o‘z ichiga olgan metodik tavsiyalar.

Dasturda sinf ichida o‘quvchilarni 2–3 guruhga ajratish (intrasinf differensiallashtirish) orqali jismoniy rivojlanish darajasiga qarab mashg‘ulotlar olib borish nazarda tutilgan.

Tadqiqot doirasida o‘quv dasturining me‘yoriy mazmuni ishlab chiqilgan bo‘lib, u suzish texnikasini egallash bosqichlari, mashg‘ulotlar hajmi va davomiyligini o‘quvchilarning boshlang‘ich tayyorgarlik darajasiga (past, o‘rta, yuqori) mos tarzda moslashtirishni nazarda tutadi.

XULOSA

O'tkazilgan nazariy tahlillar shuni ko'rsatdiki, umumta'lim maktablarida jismoniy tarbiya darslarini samarali tashkil etish uchun differensial va individuallashtirilgan yondashuvlardan foydalanish zarur. Mavjud ilmiy tadqiqotlar, metodik ishlanmalar va tajribaviy modellar asosida o'quvchilarning jismoniy, psixologik va harakat tayyorgarligi darajasini inobatga olgan holda mashg'ulotlarni tashkil etish — ularning rivojlanish ehtiyojlariga moslashtirilgan ta'lim tizimini yaratishga xizmat qiladi.

Ushbu xulosalar differensial jismoniy tarbiya tizimini takomillashtirish, har bir o'quvchining imkoniyatlarini maksimal darajada ro'yobga chiqarish va sog'lom turmush tarzini shakllantirishda nazariy-metodik asos bo'lib xizmat qiladi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR:

1. Baronovskiy A.N. Teoretiko-metodologicheskie osnovy formirovaniya sodernaniya shkolnogo fizicheskogo vospitaniya: avtoref. dis. ... d-ra ped. nauk. – Volgograd, 1998. – 46 s.
2. Cheredova V.P. Osobennosti ucheta psixicheskix svoystv shkolnikov v protsesse fizicheskogo vospitaniya // Teoriya i praktika fizicheskoy kulturny. – 2003. – №9. – S. 35–38.
3. Melnikova Yu.A. Metodika differensirovannogo obucheniya plavaniyu uchashixsya sredney shkolny. – SPb.: Izd-vo LGU im. A.S. Pushkina, 2012. – 96 s.
4. Volkov Ye.P., Fil S.N., Bliznyuk Yu.V. Neyrodinamika i dvigatelnoe obuchenie: prakticheskoe rukovodstvo. – M.: GEOTAR-Media, 2009. – 112 s.
5. Volcheskiy Ye.I. Individualnyy podxod v fizicheskoy vospitanii mladshix shkolnikov: metodika i texnologii. – Yekaterinburg: UrFU, 2018. – 102 s.