

Zamonaviy Oliy Ta'lim Tizimida Bo'Lajak Mutaxassislarining Jismoniy Tarbiya Qadriyatlarini Shakllantirish Xususiyatlari

Samadov Sardor Sodiqovich

Buxoro davlat universiteti Sport nazariyasi va metodikasi kafedrası

Annotatsiya: Maqolada oliy ta'lim muassasalarida jismoniy tarbiya va sport fanini o'qitishda bo'lajak mutaxassislarining jismoniy tarbiya qadriyatlarini shakllantirish pedagogik xususiyatlari tadqiq etilgan. Oliy ta'lim tizimida jismoniy tarbiyaning nazariy jihatlari va mohiyati o'rganilgan, jismoniy tarbiyani rivojlantirishning psixologik-pedagogik asoslari, jismoniy tarbiya mashg'ulotlarini tashkil etishning asosiy sanitariya-profilaktik yo'nalishlari aniqlangan. Jismoniy tarbiya va sport fanini o'qitishda talabalarda tarbiyaviy sifatlar va sog'lom turmush madaniyatini rivojlantirish, kognitiv, rivojlantiruvchi vazifalarni amalga oshirish mexanizmlari aniqlangan.

Kalit so'zlar: jismoniy tarbiya, sport, mashg'ulotlar, bo'lajak mutaxassislar, oliy ta'lim, pedagogik faoliyat, sog'lom turmush madaniyati, talaba.

Kirish. Mamlakatimizda har tomonlama raqobatbardosh kadrlarni tayyorlash tizimini rivojlantirish, xususan bo'lajak mutaxassislarining jismoniy tarbiyasi va ularning salomatligini mustahkamlash muhim vazifalardan hisoblanadi. Oliy ta'lim muassasalarida "Jismoniy tarbiya va sport" fanini o'qitish sifatini yaxshilash hamda talabalarda sog'lom turmush madaniyatini shakllantirish muammosini faqat professor-o'qituvchilarning umumiy say-harakatlari bilangina qadriyat sifatida shakllantirish mumkin.

So'nggi yillardagi tadqiqotlar shuni ko'rsatdiki, ko'pchilik o'qituvchilar jismoniy tarbiyaning muhimligini salomatlikni mustahkamlash va jismoniy kuchni tiklash vositasi deb bilishadi, ammo shuni ta'kidlash kerakki, barcha oliy ta'lim muassasalarida jismoniy tarbiya fani o'qituvchilari jismoniy va sport mashg'ulotlarini sifatli va maqsadli tashkil etish va o'tkazishga tayyor emaslar, ayniqsa, jismoniy tarbiya va sport vositalaridan foydalanish bo'yicha bilim va ko'nikmalarning yetarli emasligi kuzatilmoqda.

Metodika. Talaba-yoshlarning jismoniy tarbiyasini yuksaltirish va ularda sog'lom turmush madaniyatini tarkib toptirish olimlar tomonidan alohida tadqiq etilgan bo'lsada, zamonaviy oliy ta'lim tizimida bo'lajak mutaxassislarining jismoniy tarbiya qadriyatlarini shakllantirish masalasi yetarlicha o'rganilmagan. Bu jarayonda quyidagi qarama-qarshiliklar mavjud:

- jismoniy tarbiya va ushbu hodisa haqida to'liq va yetuk nazariy g'oyalarni ishlab chiqish va rivojlantirishning yetarli emasligi;
- jismoniy tarbiya qadriyatlari bo'yicha o'qituvchilik faoliyati uchun o'quv tajribasining yo'qligi va uning bu boradagi darajasi pastligi;
- bo'lajak mutaxassislarining jismoniy tarbiya qadriyatlari asosida tayyorlashning maqsadlilikini rivojlantirish zarurati va ilmiy asoslangan pedagogik modellar va shartlar va ularni amalga oshirishning yetishmasligi.

Jismoniy barkamol va intellektual rivojlangan shaxsni tarbiyalash uning kasbiy rivojlanishi bosqichida dolzarb masalalardan biri bo'lib qolmoqda. Hozirgi vaqtda jismoniy tarbiyaning ushbu

muammoni hal qilishda, ayniqsa, yetarli jismoniy rivojlanishini ta'minlash, talaba-yoshlarning jismoniy tayyorgarligi va sog'lig'ini mustahkamlashdagi o'rni juda katta.

Mutaxassislarning fikricha, talabalar salomatligining yomonlashuviga ko'p ta'sir etuvchi omillar ularning turmush tarzi va harakatsizligidir. Oliy ta'lim muassasalarida yoshlar imtihonlarni topshirib, talaba degan sharaflil nomga ega bo'lgach, muassasaning ichki tartib-qoidalarini amalga oshirishga qaror qiladilar. Shuningdek, ular talabalar turar joyidagi yangi ta'lim, yashash va turmush tarzi sharoitlariga moslashishlari kerak. O'qish talabadan yuqori intellektual faollik va harakatchanlikni talab qiladi va bu yerda jismoniy tarbiyasiz hech narsa qilish mumkin emas. Shu sababli ham olimlar ham o'qituvchilar ham talabalarning jismoniy tarbiyasiga katta e'tibor berishadi. Hozirgi vaqtda jismoniy mashqlarning talabalar organizmiga ta'sirining tabiati muhokama qilingan ko'plab ishlarning natijalari ma'lum va bu natijalar talabalarning mehnat va dam olish tartibi, jismoniy mashqlar metodikasining asosini tashkil etdi. Biroq ko'pchilik ilmiy tadqiqotlarda talabalarning jismoniy tayyorgarligini oshirish masalasiga asosiy e'tibor beriladi. Darhaqiqat, jismoniy tarbiya imkoniyatlari biz o'ylagandan ancha kengroq. Binobarin, oliy ta'lim muassasasida jismoniy tarbiya va sport kursini maqsadga muvofiq va uyg'unlashtirishning asosiy vositasi, bo'lajak mutaxassislar tayyorlash tizimida alohida yo'nalish sifatida ko'rish zarur. Oliy ta'lim muassasalarida mavjud bo'lgan jismoniy tarbiya tizimi jismoniy mashqlarning barcha mumkin bo'lgan shakllaridan foydalanishni nazarda tutadi va uning asosiy shakllari: 1) o'quv rejasiga muvofiq majburiy mashg'ulotlar; 2) mustaqil va tashkillashtirilgan auditoriyadan tashqari ishlar kiradi.

Tahlil va natijalar. Ma'lumki, oliy ta'lim muassasasida harakat normasining mazmuni va tegishli hajmi talabalarning jismoniy qobiliyatiga, organizmning funksional holatiga, aqliy faolligiga ijobiy ta'sir ko'rsatadi. Jismoniy mashqlar talabalar salomatligini mustahkamlaydi va bilvosita ularning o'quv faoliyatiga ijobiy ta'sir ko'rsatadi. Faol harakat nafas olish tizimining funksional holatiga ijobiy ta'sir ko'rsatadi. Shu bilan birga haddan tashqari faollik va harakatchanlik talabalar tomonidan bilimlarni yaxshi o'zlashtirish darajasiga salbiy ta'sir ko'rsatadi.

Hozirgi vaqtda oddiy faoliyat va aqliy faoliyatning kombinatsiyasini talab qiladigan ko'plab kasblar mavjud. Ish past faollik rejimida amalga oshiriladi, bu esa harakatsizlikni keltirib chiqaradi. Harakatsizlik moddalar almashinuvining buzilishiga olib keladi.

Organizmida moddalar almashinuvi jarayonining buzilishi va harakatsizlikka qarshi kurashning nisbatan samarali vositasi jismoniy tarbiya va sportdir. Oliy ta'lim muassasalari bitiruvchilari organizm faoliyati buzilishining nomaqbul va salbiy ko'rinishlariga qarshilik ko'rsata olishlari uchun ta'lim davrida jismoniy tarbiya va sportdan sifatli foydalanish qobiliyatini mustahkamlash zarur.

Yuqorida aytilganlarning barchasini umumlashtirib, quyidagi xulosalar chiqarish mumkin:

- salomatlik masalasi va salomatlikni mustahkamlashda jismoniy tarbiya vositalaridan unumli foydalanish uzoq vaqtdan beri dolzarb masalalar sifatida qaralib kelinmoqda;
- hozirgi vaqtda jismoniy mashqlar, sport mashg'ulotlarining organizmga ta'siri, talabalarning ahvoli to'g'risidagi masala yetarli darajada va har tomonlama o'rganilmagan;
- oliy ta'lim muassasalarida jismoniy tarbiya jarayoniga katta e'tibor berilmoqda. Lekin asosan bu sohadagi barcha tadbirlar talabalarning kasbiy tayyorgarlik darajasini oshirishga qaratilgan;
- oliy ta'lim muassasalarini isloh qilish sharoitida jismoniy tarbiya tizimini modernizatsiyalash zarurati aniq talab hisoblanadi.

Zamonaviy jismoniy tarbiyani insonparvarlashtirish vazifalarini hal etishning muhim shartlari qatorida pedagog-olimlar quyidagi fikrlarni bildirdilar:

- mukammal pedagogik muhit yaratish;
- etnik-madaniy muhitning xususiyatlarini hisobga olish;

- reflektiv pedagogik, germinativ va kognitiv-xulq-atvor (ilg'or pedagogika) munosabatlarini qurish asosida insonparvarlik texnologiyalaridan foydalanish;
- jismoniy salomatlik holatini ijtimoiy-pedagogik monitoring qilish, diagnostika qilish, jismoniy tarbiya fanidan tayyorgarligi va bilim darajasi bo'yicha testlar o'tkazish;
- jismoniy tarbiya masalalarini ishlab chiqish va qayta ishlashga sinergetik yondashuv va uni amaliy tashkil etish;
- gender munosabatlari;
- jismoniy faollik va salomatlikni rag'batlantirish uchun xulq-atvor modelining nazariy hissasidan foydalanish;
- jismoniy tarbiya jarayonini jadallashtirish, faollikni oshirish, o'quvchilar va o'qituvchilarning muloqot va munosabatlarini yaxshilash maqsadida qaror qabul qilishda qisqa muddatli maslahat usullaridan foydalanish;
- jismoniy tarbiya va sport sohasida rahbarlik va boshqaruv tizimini takomillashtirish.

Shunday qilib, zamonaviy jismoniy tarbiyani takomillashtirish va qayta qurish, ushbu pedagogik faoliyatni nazariy rivojlantirish bo'yicha mahalliy va xorijiy tadqiqotchilarning umumiy kontseptual munosabatlari jismoniy tarbiyani sport bilan bog'lash imkonini beradi.

Talabalarni jismoniy tarbiyalashning zamonaviy tizimi bo'lajak ishlab chiqarish, fan, sog'liqni saqlash, madaniyat va shu kabi soha mutaxassislari sifatida talabalarning sog'lom turmush tarzi va turmush tarzini shakllantirishda ustuvor vazifa hisoblanadi.

Mutaxassislar ko'pincha jismoniy tayyorgarlikni yo'lga qo'yishning asosiy ob'ektiv omillari insonni zamonaviy sharoitlarga, kasbiy va himoya faoliyatiga tayyorlash zarurati haqida gapiradilar.

Jismoniy tarbiya ko'pchilik talabalar uchun bolaligidanoq akademik fan sifatida tanilgan. Hozirgi vaqtda oliy ta'limning o'quv predmeti sifatidagi vazifasi shundan iboratki, oliy ta'lim talabalarga inson hayoti va faoliyati, salomatligi va sog'lom turmush tarzi to'g'risidagi bilimlarning barcha jabhalari bilan ta'minlashi, shuningdek, inson salomatligini muhofaza qilish va mustahkamlashni ta'minlaydigan ko'nikma va malakalarni egallashi lozim.

Ta'lim muassasasida jismoniy tarbiya yosh mutaxassisning shaxsiyati va madaniyatini tarbiyalashni ta'minlaydigan pedagogik jarayonning ajralmas elementi hisoblanadi.

Majburiy fan sifatida oliy o'quv yurtlarida jismoniy tarbiya har tomonlama barkamol shaxsni tarbiyalashning asosiy vositalaridan biri bo'lib, kelajakdagi kasbiy faoliyatga optimal jismoniy va psixofiziologik tayyorgarlikni talab qiladi.

Oliy ta'lim muassasalarida "Jismoniy tarbiya va sport" o'quv predmeti bir qator ijtimoiy funksiyalarni hal qiladi, masalan: transformativ-ijodiy, dizayn-ijodiy, integratsiya-tashkiliy, qadriyatga yo'naltirilgan, kommunikativ va intizomiy, dizayn-diagnostika va ijtimoiylashuv funksiyasi. Ijro etuvchi funksiyalar doirasida jismoniy tarbiya insonning biologik ehtiyojlarini va harakat faoliyatini ta'minlashda katta ahamiyatga ega bo'lib, uning to'g'ri ishlashiga yordam beradi deb hisoblanadi.

Jismoniy tarbiya yuqoridagi asosiy funksiyalardan tashqari, boshqa shaxsiy funksiyalarni kognitiv, amaliy, sport, dam olish, gigiyenik, tarbiyaviy, tartibga solish, estetik va hokazolarni amalga oshiradi.

Oliy ta'limda ushbu maqsadlarga erishish uchun jismoniy tarbiya kursida tarbiyaviy, kognitiv, rivojlantiruvchi va sog'lom xarakterli vazifalarni hal qilish kerak. Xususan:

- ✓ shaxsning rivojlanishi va uning kasbiy vazifalarni bajarishga tayyorligi;
- ✓ shaxsni rivojlantirish va talabalarni kelajakdagi kasbiy faoliyatga tayyorlash;
- ✓ sog'lom turmush tarzi bo'yicha bilimlar asoslarini shakllantirish;

- ✓ o‘quvchilarda jismoniy mashqlar va sportga bo‘lgan talab va qiziqishni shakllantirish;
- ✓ talabalar tomonidan organizmning hayotiy jismoniy sifatlarini zarur darajada ushlab turish imkonini beruvchi uslubiy va amaliy bilim, ko‘nikma va malakalarni egallashi;
- ✓ talabalarni kelajakdagi kasbiy faoliyatga kasbiy, jismoniy, fiziologik va aqliy tayyorlash;
- ✓ hayotiy va kasbiy maqsadlarga erishish uchun jismoniy mashqlar, jismoniy tarbiya usullari, texnikasi va texnologiyalaridan maqsadli foydalanish.

Shuni ta’kidlash kerakki, ilmiy manbalarda kasbiy muassasalarda bir-biridan farq qiladigan jismoniy tarbiya vazifalari va iboralari ro‘yxati mavjud. Biroq, ularni tahlil qilish va taqqoslashda ularning barchasi bir-biriga o‘xshashligi, yagona guruhning vazifalarini tashkil etishi va quyidagi maqsadlarga qaratilganligi aniqlandi:

- talabalarda samarali va foydali faoliyat uchun axloqiy va irodali faoliyatga bo‘lgan ehtiyojni va jismoniy fazilatlarni rivojlantirish;
- o‘quvchilarning har tomonlama rivojlanishi, sog‘lig‘ini uzoq vaqt davomida mustahkamlash va saqlash uchun shart-sharoitlarni ta’minlash;
- yigit-qizlarni har tomonlama jismoniy tarbiyalash;
- talabalarning kelajakdagi kasbiy faoliyatini hisobga olgan holda maxsus jismoniy tayyorgarlik;
- nazariy bilimlarni rivojlantirish va talabalarning mehnat faoliyatidagi o‘quv va mashqlar mazmunini aniqlash va tashkil etish bo‘yicha uslubiy va amaliy ko‘nikmalarini rivojlantirish;
- sportning turli turlari bilan shug‘ullanuvchi talabalarning har xil tayyorgarlik darajasini oshirish;
- talabalarda sport faoliyatiga bo‘lgan barqaror talablarni shakllantirish.

Oliy ta’lim muassasalarida ta’lim va tarbiya jarayoni, talabalarning bilim faoliyati va kasbiy tayyorgarligiga tizimli yondashish asoslanadi, ular bilan axloqiy va jismoniy, mehnat va go‘zallik, ijtimoiy-siyosiy kabi turli tarbiyani shakllantirishga xizmat qiladi. Hozirgi vaqtda ta’lim ob’ektiv voqelik, insoniyat madaniyati, tarixi va sivilizatsiyasining eng muhim qismi bo‘lib qolmoqda. Ta’lim muassasasida jismoniy tarbiya yosh mutaxassisning shaxsiyati va madaniyatini tarbiyalashni ta’minlaydigan pedagogik jarayonning ajralmas elementi hisoblanadi.

Oliy ta’lim muassasasida jismoniy tarbiya jarayonida qo‘llaniladigan vositalarning asosiy qismini jismoniy mashqlar tashkil etadi. Faqat jismoniy mashqlar uch guruh jismoniy tarbiya vazifalarini bajarishga imkon beradi. Jismoniy tarbiyaning qolgan barcha vositalari jismoniy mashqlarni bajarish natijasida yuzaga keladigan mashg‘ulotlar samaradorligini oshirishga yordam beradi. Shuning uchun o‘qituvchi jismoniy tarbiya mashg‘ulotlarida umumiy, tabiiy va gigiyenik omillar bilan jismoniy mashqlardan unumli foydalanishi zarur.

Oliy ta’lim muassasalarida jismoniy tarbiyaning asosiy elementlariga quyidagilar kiradi:

- 1) jismoniy tarbiya talabalarning kasbiy tayyorgarligining muhim tarkibiy qismi hisoblangan ta’limning gumanitar elementida o‘quv predmeti sifatida;
 - 2) jismoniy tarbiyaning maqsadli jarayonida to‘liqroq amalga oshiriladigan jismoniy tarbiyaning kognitiv va rivojlantiruvchi vazifalari;
 - 3) mutaxassis davlat imtihonlari va bakalavriat bitiruv attestatsiyasi mazmunini belgilovchi jismoniy tarbiya bo‘yicha ishchi dastur va “Jismoniy tarbiya” fanining namunaviy dasturi;
 - 4) jismoniy tarbiya bilan bog‘liq bevosita o‘quv faoliyati, uning davomida jismoniy tarbiyaning kognitiv, tarbiyaviy va sanitariya vazifalari to‘plami hal qilinadi:
- oliy ta’lim muassasalarida talabalarni o‘qitish jarayonida hal etiladigan kognitiv vazifalarga jismoniy tarbiya nazariyasi va metodikasi bo‘yicha maxsus bilimlarni egallash, umumiy harakat ko‘nikmalarini hamda amaliy va kasbiy ko‘nikmalarni shakllantirish va takomillashtirish kiradi;

- oliy ta'lim muassasalarida jismoniy tarbiya bo'yicha akademik tayyorgarlik jarayonida hal etiladigan tarbiyaviy vazifalarga quyidagilar kiradi: talabalarning axloqiy va irodaviy fazilatlarini shakllantirish, intellektual, mehnat va boshqa turdagi ta'limni qo'llab-quvvatlash;
- jismoniy tarbiyaning sog'lomlashtirish vazifalari tana tizimining funktsional holatini yaxshilash, salomatlikni mustahkamlash va muhofaza qilishni o'z ichiga oladi.

Oliy ta'lim muassasalarida jismoniy tarbiya va sport fanini o'qitishda quyidagi tamoyillarga rioya qilish talabalarning jismoniy tarbiyasi samarali faoliyatini ta'minlaydi;

- ✓ shaxsni har tomonlama rivojlantirish;
- ✓ mehnat va himoya faoliyatiga e'tibor berish;
- ✓ sanitariya yo'nalishiga ega.

Oliy ta'lim muassasalarida jismoniy tarbiya bo'lajak mutaxassislarni kasbiy tayyorlashning ajralmas qismi hisoblanadi. Shu bilan birga, uning yetarli jismoniy rivojlanishi va talabalarning jismoniy tayyorgarligining zarur darajasiga kirishi bilan bog'liq o'z vazifalari mavjud. Natijada, jismoniy tarbiya har xil ko'rinishda kasbiy muassasalarda to'liq tizimni tashkil etadi, bu talabalarning butun o'qish davri uchun mo'ljallangan.

Xulosa. Jamiyatimiz taraqqiyotining zamonaviy bosqichida siyosiy va iqtisodiy qonun-qoidalarining o'zgarishi bilan bog'liq oliy ta'lim mazmunining o'zgarishi talaba-yoshlarning jismoniy tarbiyasi rivojlanishning yangi yo'nalishlarini egalladi. Jismoniy tarbiya va sport fani pedagogik tizim bo'lib, oliy ta'limida sodir bo'layotgan o'zgarishlarga o'z vaqtida e'tibor qaratishini taqozo etmoqda. Jismoniy tarbiya jarayoni bo'lajak mutaxassislarni kasbiy tayyorlashning yagona tizimiga organik ravishda kiritilgan. Jismoniy tarbiya nazariyasi va amaliyotida jismoniy tarbiya va ta'lim sharoitlarini moslashtirish bo'yicha ko'plab tajribalar to'plangan. Oliy ta'limi muassasalarida jismoniy tarbiya imkoniyatlarini yangicha nuqtayi nazardan ko'rib chiqish, sharoitlardan kelib chiqadigan vazifa va maqsadlarni aniqlash, jismoniy tarbiya jarayonini qurishning maqsadga muvofiqligini aniqlash, jismoniy tarbiyadan foydalanish talab etiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati

1. Saruxanov A. A., Uktamova M. M. Q. Bo'lajak jismoniy tarbiya o'qituvchilarida zamonaviy kompetensiyalarni shakllantirish shartlari //Oriental Art and Culture. – 2023. – T. 4. – №. 2. – C. 69-75.
2. Mahmutaliyev A.M. Bo'lajak jismoniy tarbiya o'qituvchilarining kasbiy kompetentligini shakllantirish masalalari //Ta'lim va rivojlanish tahlili onlayn ilmiy jurnali. – 2022. – T. 2. – №. 12. – C. 74-79.
3. Усмонов Ш. Х., Самадов С. С., Фармонов А. Ч. Физкультурноспортивные интересы и мотивационные установки студентов //Вопросы науки и образования. – 2021. – Т. 4. – С. 129.
4. Samadov S. S., Mirkhon K. AGE CHARACTERISTICS OF PRESCHOOL CHILDREN'S DEVELOPMENT AND PHYSICAL EDUCATION ACTIVITIES //Academia Science Repository. – 2023. – T. 4. – №. 04. – C. 212-216.
5. Murodov J. J. Women's sports is a key link of physical culture. – 2022.
6. Jo'rayevich M. J., Laziz J. JISMONIY TARBIYA VA SPORT-YOSHLARNING IJTIMOY FAOLLIGINI RIVOJLANTIRUVCHI VOSITA SIFATIDA //Journal of Innovation in Education and Social Research. – 2024. – T. 2. – №. 4. – C. 98-101.