



O'RTA MAKTAB O'QUVCHILARINI JISMONIY TAKOMILLASHTIRISHNING PEDAGOGIK XUSUSIYATLARI.

Islomov Islomxo'ja Azimxo'jayevich
Djurayev Elyorjon Madaminovich

Farg'ona davlat universiteti

Annotatsiya: *Jismoniy takomillashtirish - bu individual jismoniy qobiliyatlarning yuqori darajada rivojlanishini ifodalovchi jismoniy tarbiya va tarbiya jarayoni. Maktab o'quvchilarining jismoniy rivojlanishini mazmunli-texnologik ta'minlashda pedagogik shartlar qiziqish va qobiliyatlarni rivojlantirishning yoshga bog'liq qonuniyatlarini hisobga olgan holda amalga oshiriladi.*

Kalit so'zlar: *jismoniy takomillashtirish; jismoniy ta'lim-tarbiya; kontent-texnologik yordam; pedagogik sharoitlar; qiziqish va qobiliyatlarni rivojlantirish.*

Jismoniy barkamollik (yunoncha physis - tabiat) - bu ijtimoiy ahamiyatga ega maqsadlarga erishishga qaratilgan, tarixan o'ziga xos jamiyat tomonidan belgilanadigan shaxsning jismoniy fazilatlari va qobiliyatlari rivojlanishining optimal darajasi, insonning uyg'un rivojlanishining eng muhim xususiyatlaridan biri. Individual "Jismoniy barkamollik" tushunchasi turli tarixiy davrlarda o'zgarib, ijtimoiy munosabatlarning tabiati va ular belgilaydigan ijtimoiy ideal turiga qarab turli mazmun kasb etgan.

Yurtimizdagi ijtimoiy-iqtisodiy vaziyat maktab o'quvchilarining jismoniy tarbiyasi, zarur jismoniy fazilatlarni, motorli ko'nikmalarni rivojlantirish bilan bog'liq yangi muammolarni qo'ydi, bu esa o'quvchilarning jismoniy tayyorgarligiga asoslanadi. o'zlarining jismoniy rivojlanishi, jismoniy rivojlanish istagi.

Ushbu maqola doirasida biz o'rta maktab o'quvchilarining jismoniy rivojlanishini pedagogik qo'llab-quvvatlashning muvaffaqiyatli jarayoniga yordam beradigan pedagogik shartlarga to'xtalib o'tamiz.

Umuman olganda, "shartlar" tushunchasi "biror narsa bog'liq bo'lgan holat" sifatida talqin qilinadi. "Pedagogik shartlar" tushunchasining mohiyati ko'plab olimlar: Y.K.Babanskiy, V.I.Zagvyazinskiy, I.Y.Lerner, V.G.Maksimovlarning ishlarida ko'rib chiqilgan. Shunday qilib, I.Y. Lerner pedagogik shart-sharoitlarni muvaffaqiyatli ta'lim va tarbiyani ta'minlovchi omillar deb ta'riflagan.

Bizning tadqiqotimizga kelsak, umumta'lim maktabining o'rta maktab o'quvchilarini jismoniy tarbiyalashning pedagogik sharoitida biz o'quv jarayonining tashqi va ichki sharoitlari yig'indisini tushunamiz, ularda jismoniy tarbiya va sport mashg'ulotlari jarayoni amalga oshiriladi. Shu bilan birga, pedagogik sharoitlar maktab o'quvchilarining jismoniy tarbiya mashg'ulotlariga yuqori darajada moslashishini ta'minlaydigan ushbu jarayonni tashkil etishda hisobga olinadigan o'rta maktab



o'quvchilarining jismoniy rivojlanishini pedagogik qo'llab-quvvatlash jarayonining zarur tarkibiy qismi bo'lib xizmat qiladi.

O'rta maktab o'quvchilarining jismoniy kamolotiga hissa qo'shadigan pedagogik shart-sharoitlarni aniqlash uchun biz jamiyatning jismonan baquvvat va sog'lom avlodga bo'lgan ehtiyojlarini hisobga oldik. Mamlakatning o'zgaruvchan ijtimoiy-iqtisodiy siyosatini munosib baholay oladigan va ularga tayyor bo'lgan, sog'lom millat kaliti; zamonaviy yondashuv va jismoniy takomillashtirishning o'ziga xos xususiyatlari; "Jismoniy madaniyat" fanidan nazariy tayyorgarlik mezonlari, darajalari, jismoniy tayyorgarlik va shaxsiy-faoliyat yondashuvi asosida sport natijalariga erishish belgilangan.

Bundan tashqari, umumta'lim maktablari o'quvchilarining jismoniy tarbiyasida pedagogik jarayonni tashkil etishning mavjud tipik kamchiliklari aniqlandi, ularni bartaraf etish jismoniy tarbiya va sport mashg'ulotlarini oshirishga olib keladi.

Albatta, barcha ta'lim muassasalarida umumta'lim maktablari o'quvchilarini jismoniy sog'lomlashtirish uchun tegishli shart-sharoit yo'q, bu muammoning dolzarbligini tushunmaydigan, yetarlicha e'tibor qaratmaydigan o'qituvchilar ham borligini aniq aytish mumkin emas. Albatta, shunday shart-sharoitlarni yaratib bergan va bu muammoni keyinchalik amaliyotga tatbiq etish bilan hal etish uchun o'z kasbiy tajribasini oshirishga intilayotgan o'qituvchilarni ish bilan ta'minlagan umumta'lim maktablari ham bor. Aynan mana shunday ta'lim muassasalarida umumta'lim maktablari o'quvchilari tizimli jismoniy mashqlarga qiziqish bildirmoqda, sport viktorinalari, ko'rik-tanlovlarda qatnashmoqda, "Prezident sinovlari" bo'yicha yuqori natijalar ko'rsatmoqda, ta'lim muassasalari o'rtasidagi turli darajadagi musobaqalarda sovrinli o'rinlarni qo'lga kiritmoqda.

Shunga qaramay, olingan tadqiqot ma'lumotlari bizga o'rta maktab o'quvchilarining jismoniy rivojlanishi muammosi mavjudligini va o'qituvchilardan uning ahamiyatini tushunishni, shuningdek, uni amalga oshirish uchun shart-sharoitlarni o'z vaqtida yaratish va maxsus vositalar va usullardan foydalanishni talab qilishini tasdiqlashga imkon beradi. pedagogik yordam.

Ilmiy tadqiqotlar tahlilining muhim natijas va o'rta maktab o'quvchilarining jismoniy rivojlanishi uchun mavjud amaliyot quyidagi pedagogik shartlarni ajratish edi:

- o'rta maktab o'quvchilarining yosh xususiyatlarini bilish;
- jismoniy tarbiya va sportga qiziqish asosida refleksiv pozitsiyani shakllantirish;
- o'rta maktab o'quvchilarining subbyektiv tajribasiga maksimal darajada yo'naltirish;
- faoliyat va shaxsga yo'naltirilgan yondashuvlarni amalga oshirish;
- muloqotning interaktiv shakllarini yaratish;
- turli jismoniy madaniyat vositalari bilan ta'lim va dam olish faoliyati turlarini modellashtirish;
- mas'uliyat va mustaqillikni shakllantirish;



- yagona jismoniy tarbiya va sport makonini yaratish.

Ushbu tadqiqotda biz bir-birini to'ldirish va o'zaro bog'liqlik bilan bog'liq holda pedagogik shartlar majmuasi haqida gapiramiz.

O'rta maktab o'quvchilari juda yuqori irodali faollikni namoyon etishlari mumkin, masalan, maqsadga erishishda qat'iyatlilik, charchoq va charchoq fonida sabrli bo'lish qobiliyati.

Jismoniy tarbiya va sportga bo'lgan qiziqish asosida reflektiv pozitsiyani shakllantirish maktab, sport seksiyalari, to'garaklar, shuningdek, oilaning pedagogik o'zaro ta'sirining sharti - jismoniy tarbiya jarayonida reflektiv pozitsiyani rivojlantirish. O'rta maktab o'quvchilarining jismoniy rivojlanishiga qaratilgan maktab, sport klublari, klublar va oilalarning pedagogik o'zaro ta'sirida reflektiv pozitsiyasining quyidagi belgilarini aniqlash mumkin: o'rta maktab o'quvchilari tomonidan hayot va jismoniy tarbiyani qabul qilish, o'zlashtirish. "Jismoniy madaniyat" ta'lim sohasida aks ettirilgan madaniyat va sport tajribasi (dunyoni bilish, Olimpiya harakati, o'z-o'zini bilish, o'z-o'zini tarbiyalash, vosita fazilatlarini va qobiliyatlarini takomillashtirish); jismoniy tarbiya va sport faoliyatini kengaytirish, yangi rag'batlantirish va yo'riqnomalarni o'zlashtirish, yangilarga qiziqish.

O'rta maktab o'quvchilarining jismoniy rivojlanishining pedagogik sharti sifatida o'rta maktab o'quvchilarining subyektiv tajribasiga maksimal yo'naltirish uning subyektiv qiymatini, subyektiv tajribasini ochib berish va o'qituvchi, sinfdoshlar, maktab o'quvchilari bilan o'zaro munosabatlarda ularga tayanishdan iborat.

O'rta maktab o'quvchilarining jismoniy rivojlanishining uchinchi pedagogik sharti - bu faollik va shaxsga yo'naltirilgan yondashuvlar. Shaxsiy va faoliyat yondashuvlari bir-biri bilan uzviy bog'liqdir.

O'rta maktab o'quvchilarining jismoniy rivojlanishini pedagogik qo'llab-quvvatlashni amalga oshirishning zarur sharti sifatida o'quvchining o'zini o'zi ochishga, o'zini o'zi anglashga bo'lgan tabiiy ishtiyoqi o'yin va ijodiy faoliyatda namoyon bo'ladigan muayyan muhitni yaratish taklif etiladi.

Jismoniy tarbiya o'qituvchilari va qo'shimcha ta'lim o'qituvchilari (sport seksiyalari va klublari tashkilotchilari va murabbiylari) faoliyati ijtimoiy-madaniy tajribani o'tkazishga, hisobot ma'lumotlarini yuqori sinf o'quvchilari tomonidan o'zlashtirilishini tashkil etishga qaratilgan. Yuqori sinf o'quvchilarining faoliyati ana shu tajribani o'zlashtirishga qaratilgan. Shunday qilib, shaxs faoliyat subyekti sifatida uni rejalashtiradi, tashkil qiladi, boshqaradi, tuzatadi. Shu bilan birga, faoliyatning o'zi subyekt sifatida shaxsni shakllantiradi.

Turli xil jismoniy madaniyat vositalari bilan ta'lim va dam olish tadbirlarini modellashtirish maktab o'quvchilariga nafaqat topshiriqlar berish, balki o'rta maktab o'quvchisi amaliyotda duch kelishi mumkin bo'lgan turli xil hayotiy vaziyatlarda sog'lomlashtirish va rivojlantirish mashqlari qanday qo'llanilishini ko'rsatadi.

Bu holda o'rta maktab o'quvchilarini jismoniy tarbiyalash maqsadi sport va rekreatsion yo'nalish bilan jismoniy faoliyat bilim va ko'nikmalarini o'zlashtirish orqali



o'quvchilarning jismoniy madaniyatini shakllantirishga qaratilgan - ijodiy faoliyat deb ataladigan tajribani shakllantirish. Katta maktab o'quvchilari uchun jismoniy madaniyat darslarining mazmunini bu yerda sport va sog'lomlashtirish sifatida tavsiflash mumkin. Jismoniy kamchiliklarni bartaraf etish uchun sport mashqlaridan foydalanishga e'tibor beriladi (og'ir atletika, sport gimnastika mashqlari elementlari, mushaklarning statik kuchlanishi, choynakni ko'tarish, fitnes, shakllanish va boshqalar). Nafas olish gimnastikasi komplekslari, avtogen mashg'ulotlar, meditatsiya elementlari, xarakter xususiyatlarini shakllantirish uchun psixo-jismoniy komplekslar, hissiy sohani boshqarish ko'nikmalarini shakllantirish uchun mashqlar qo'llaniladi.

Ushbu jismoniy madaniyat vositalari o'qituvchilarga mustaqil ravishda ham, birgalikda foydalanishlari uchun tavsiya etiladi.

Yagona jismoniy tarbiya va sport makonini yaratish jismoniy tarbiya va sport faoliyatining interfaol sohasini o'rta maktab o'quvchilarining hayoti sharoitida (jismoniy tarbiya va sportga bo'lgan qiziqishlarini yo'naltirish, hayot rejalari, jismoniy tarbiya va sport mashg'ulotlariga yo'naltirish); qadriyat yo'nalishlari) uning shaxsini shakllantirish maqsadida (ta'lim muassasasining o'smirlar sport maktabi, sport klublari bilan hamkorligi, qo'shni sport inshootlaridan foydalanish).

Xulosa o'rnida shuni ta'kidlash kerakki, biz belgilagan o'rta maktab o'quvchilarining jismoniy rivojlanishi uchun pedagogik shart-sharoitlarni tasdiqlash bizning eng yaqin vazifamizdir.

O'rta maktab o'quvchilarining jismoniy rivojlanishini kuzatish jarayonida yuqoridagi pedagogik shartlarni amalga oshirishdan kutilayotgan natija - bu jismoniy madaniyat, uning jismoniy tarbiya usullari va usullari to'g'risida o'ziga xos shakllangan g'oyalarga ega, faol, ijodiy shaxs takomillashtirish.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR:

1. Козлова, Г. Г., & Рузиева, М. К. (2022). Жисмоний маданият ўқитувчиларининг коммуникатив компетенциясини юксалтириш зарурияти. INTEGRATION OF SCIENCE, EDUCATION AND PRACTICE. SCIENTIFIC-METHODICAL JOURNAL, 3(4), 12-17.
2. Козлова, Г. Г., & Рузиева, М. К. (2022). Жисмоний маданият ўқитувчиларининг коммуникатив компетенциясини юксалтириш зарурияти. INTEGRATION OF SCIENCE, EDUCATION AND PRACTICE. SCIENTIFIC-METHODICAL JOURNAL, 3(4), 12-17.
3. Agzamovich, M. A. (2021). Monitoring of the Motor Readiness of the Students of the National Guard Courses. European Journal of Research Development and Sustainability, 2(12), 108-110.
4. Avazbek, M. (2022, October). МАКТАБГАЧА ТА'ЛИМ МУАССАСАЛАРИДА ХАРАКАТЛИ О'ЙИЛARNI TASHKILLASHNING DIDAKTIK PRINTSIPLARI. In E Conference Zone (pp. 32-44).



5. Mekhmonov, R. (2022). MONITORING OF THE INFLUENCE OF HYPODYNAMIC FACTORS AND PHYSICAL PREPARATION OF STUDENTS. Журнал иностранных языков и лингвистики, 6(6), 11-20.
6. Маматов, А. А. (2023). ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ ДЛЯ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА. *Gospodarka i Innowacje*, 32, 40-43.
7. Aagzamovich, M. A. (2023). O 'QUVCHILAR SALOMATLIGIDA MILLIY HARAKATLI O 'YINLARNING O 'RNI. *IJODKOR O'QITUVCHI*, 3(31), 8-13.
8. Салимов, Г. М., Холлиев, А. Э., Норбоева, У. Т., & Эргашева, О. А. (2015). Организация методов исследования через национальные подвижные игры. *Молодой ученый*, (11), 1484-1486.
9. Эргашева, О. А. К. (2022). РОЛЬ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ КАК УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ. *Вестник науки и образования*, (10-2 (130)), 58-61.
10. Hamroyev, A. R., & Ergasheva, O. A. (2023). BOSHLANG'ICH SINIF O'QUVCHILARINING JISMONIY RIVOJLANISHI VA JISMONIY TAYYORGARLIK DARAJASIGA HARAKATLI O'YINLARNING TA'SIRI. *IJODKOR O'QITUVCHI*, 3(29), 291-297.
11. Islamov, I. A. (2021). Fundamentals of promotion of sports and competitions and physical training among school students. *Current research journal of pedagogics*, 2(06), 85-89.
12. Islomkhoja, I. (2021). STUDY OF STUDENT LEVELS OF MOVEMENT ACTIVITY AND INTEREST IN PHYSICAL TRAINING AND SPORTS TEACHER OF FACULTY OF PHYSICAL CULTURE. *Berlin Studies Transnational Journal of Science and Humanities*, 1(1.5 Pedagogical sciences).
13. Islomkhoja, I. (2020). Socio-pedagogical purposes of modern physical education. *Electronic journal of actual problems of modern science, education and training*.
14. Azimkhojaevich, I. I. (2022). PEDAGOGICAL FEATURES OF INCREASING STUDENT MOVEMENT ACTIVITY (ON THE EXAMPLE OF WRESTLING AND MOVING GAMES). *Science and innovation*, 1(B2), 295-299.
15. Исломов, И. А. (2022). ЎҚУВЧИЛАРНИНГ ТЕХНИК ҲАРАКАТЛАРИНИ НАЗОРАТ ҚИЛИШ АСОСИДА ЧАҚҚОНЛИК СИФАТЛАРИНИ ТАКОМИЛЛАШТИРИШ (КУРАШ МИСОЛИДА). *INTEGRATION OF SCIENCE, EDUCATION AND PRACTICE. SCIENTIFIC-METHODICAL JOURNAL*, 3(4), 7-11.
16. Azimkhujaevich, I. I., & Madaminovich, D. E. (2022). SCIENTIFIC AND THEORETICAL APPROACHES TO THE USE OF THE GAME METHOD IN PHYSICAL EDUCATION LESSONS FOR SCHOOLCHILDREN (PECULIARITIES OF THE PHYSIOLOGICAL DEVELOPMENT OF SCHOOLCHILDREN). *IJODKOR O'QITUVCHI*, 2(24), 15-21.
17. Azimxojayevich, I. I. J. (2022). Training of Personnel in the Field of Physical Education and Sports. *Eurasian Journal of Learning and Academic Teaching*, 15, 156-160.



18. Исломов, И. (2023). АНАТОМО-ФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ШКОЛЬНИКОВ МЛАДШЕГО, ПОДРОСТКОВОГО И ЮНОШЕСКОГО ВОЗРАСТА. *International Bulletin of Applied Science and Technology*, 3(4), 596-600.
19. Исломов, И. А. (2022). ИССЛЕДОВАНИЕ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ И ИНТЕРЕСА К ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ У УЧАЩИХСЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ШКОЛ. *IJODKOR O'QITUVCHI*, 3(25), 80-85.
20. Islamov, I. A. J., & Parpiev, O. A. (2020). SOME MODERN PEDAGOGICAL FEATURES OF THE PROCESS OF PROFESSIONAL TRAINING OF THE TEACHER OF PHYSICAL CULTURE. *Scientific Bulletin of Namangan State University*, 2(1), 313-316.
21. Исломов, И. А., & Джураев, Э. М. (2023). РОЛЬ ЖЕНЩИН В РАЗВИТИИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА В СЕМЬЕ. *О'ЗБЕКИСТОНДА ФАНЛАРАРО INNOVATSIYALAR VA ILMİY TADQIQOTLAR JURNALI*, 2(18), 1270-1275.
22. Исломова, Н. Л. (2022). ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ИНТЕРАКТИВНЫХ МЕТОДОВ ОБУЧЕНИЯ. *IJTIMOİY FANLARDA INNOVASIYA ONLAYN ILMİY JURNALI*, 2(12), 12-17.
23. Rejapovich, K. G. (2021). Issues of formation of physical work ability and its functional components in young volleyball players. *Zien Journal of Social Sciences and Humanities*, 2, 27-30.
24. Qurbonov, G. (2022). Development of physical working capacity and its functional components in young volleyball players.
25. Kurbanov, G., Qurbanali, S., & O'tkir, R. (2023). VOLLEYBALL OUTDOOR GAMES. *American Journal of Pedagogical and Educational Research*, 12, 62-71.
26. Qurbonov, G. A., & Mamatov, U. (2023). VOLLEYBALL GAME TECHNIQUE AND ITS RULES. *International Bulletin of Applied Science and Technology*, 3(4), 86-88.
27. Djuraev, E. M., & Akzamov, S. D. (2020). SOME PEDAGOGICAL ASPECTS OF THE FORMATION OF HEALTH CULTURE IN STUDENTS. *Scientific Bulletin of Namangan State University*, 2(1), 308-312.
28. Rozmatovich, U. S., & Elyor, D. (2022). TEACHING ATTACK TACTICS TO FOOTBALL PLAYERS. *INTERNATIONAL JOURNAL OF RESEARCH IN COMMERCE, IT, ENGINEERING AND SOCIAL SCIENCES ISSN: 2349-7793 Impact Factor: 6.876*, 16(10), 125-132.
29. Azimkhujaevich, I. I., & Madaminovich, D. E. (2022). SCIENTIFIC AND THEORETICAL APPROACHES TO THE USE OF THE GAME METHOD IN PHYSICAL EDUCATION LESSONS FOR SCHOOLCHILDREN (PECULIARITIES OF THE PHYSIOLOGICAL DEVELOPMENT OF SCHOOLCHILDREN). *IJODKOR O'QITUVCHI*, 2(24), 15-21.
30. Джураев, Э. М. (2022). ЖИСМОНИЙ МАДАНИЯТ МАШҒУЛОТЛАРИНИ ТАШКИЛ ЭТИШНИНГ ЗАМОНАВИЙ ПЕДАГОГИК ШАРТ-ШАРОИТЛАРИ. *INTEGRATION OF SCIENCE, EDUCATION AND PRACTICE. SCIENTIFIC-METHODICAL JOURNAL*, 3(4), 18-22.



31. Madaminovich, D. E. (2023). INNOVATSION TA'LIM VOSITASIDA BILISH JARAYONLARINI FAOLLASHTIRISH. IJODKOR O'QITUVCHI, 3(30), 163-167.

32. Джураев, Э. (2023). ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ МНОГОЛЕТНЕЙ ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ СПОРТИВНОГО РЕЗЕРВА В ФУТБОЛЕ. International Bulletin of Applied Science and Technology, 3(4), 626-630.