



Oʻquvchilarni ommaviy sport sogʻlomlashtirish jarayoniga tayyorlashning pedagogik shart-sharoitlari

Valiyev Jasurbek Saydullo oʻgʻli –
Fargʻona davlat universiteti
“Pedagogika” kafedrasida mustaqil tadqiqotchi,
E-mail: jasurvaliyev2@gmail.com
ORCID: <https://orcid.org/0009-0001-2852-0820>

Annotatsiya. Mazkur maqolada oʻquvchilarni ommaviy sport-sogʻlomlashtirish jarayoniga tayyorlashning pedagogik shart-sharoitlari ilmiy-pedagogik nuqtayi nazardan tahlil qilinadi. Tadqiqotda oʻquvchilarning jismoniy rivojlanishi, sogʻlom turmush tarzini shakllantirish hamda ularni muntazam sport faoliyatiga jalb etish jarayonining pedagogik asoslari yoritiladi. Shuningdek, taʼlim muassasalarida ommaviy sport-sogʻlomlashtirish tadbirlarini samarali tashkil etish, oʻquvchilarning jismoniy faolligini oshirish, motivatsiyasini shakllantirish va sogʻlom turmush tarziga boʻlgan ijobiy munosabatini rivojlantirish omillari tahlil qilinadi. Tadqiqot natijalariga koʻra, oʻquvchilarni ommaviy sport-sogʻlomlashtirish jarayoniga tayyorlashda pedagogik muhitni yaratish, innovatsion oʻqitish metodlaridan foydalanish, sport mashgʻulotlarini tizimli tashkil etish hamda oʻquvchilarning jismoniy va maʼnaviy rivojlanishini qoʻllab-quvvatlash muhim pedagogik shart-sharoitlar sifatida asoslanadi.

Kalit soʻzlar: ommaviy sport, sport-sogʻlomlashtirish faoliyati, jismoniy tarbiya, sogʻlom turmush tarzi, jismoniy faollik, sport motivatsiyasi, sogʻlomlashtirish texnologiyalari.

Педагогические условия подготовки учащихся к процессу массовой спортивно-оздоровительной деятельности

Аннотация. В данной статье с научно-педагогической точки зрения анализируются педагогические условия подготовки учащихся к процессу массовой спортивно-оздоровительной деятельности. В исследовании раскрываются педагогические основы физического развития учащихся, формирования здорового образа жизни, а также их привлечения к регулярной спортивной деятельности. Кроме того, анализируются факторы эффективной организации массовых спортивно-оздоровительных мероприятий в образовательных учреждениях, повышения физической активности учащихся, формирования их мотивации и развития положительного отношения к здоровому образу жизни. По результатам исследования обосновано, что создание педагогической среды, использование инновационных методов обучения, системная организация спортивных занятий, а также поддержка физического и духовного развития учащихся выступают важными педагогическими условиями подготовки учащихся к массовой спортивно-оздоровительной деятельности.

Ключевые слова: массовый спорт, спортивно-оздоровительная деятельность, физическое воспитание, здоровый образ жизни, физическая активность, спортивная мотивация, оздоровительные технологии.

Pedagogical conditions for preparing school students for mass sports and health-improving activities

Annotation. This article analyzes the pedagogical conditions for preparing school students for the process of mass sports and health-improving activities from a scientific and pedagogical perspective. The study highlights the pedagogical foundations of students' physical development, the formation of a healthy lifestyle, and their involvement in regular sports activities. In addition, the factors for the effective organization of mass sports and health-improving events in educational institutions, increasing students' physical activity, developing their motivation, and fostering a positive attitude toward a healthy lifestyle are examined. The research results substantiate that creating a pedagogical environment, applying innovative teaching methods, systematically organizing sports activities, and supporting the physical and moral development of students are important pedagogical conditions for preparing students for mass sports and health-improving activities.

Keywords: mass sports, sports and health-improving activities, physical education, healthy lifestyle, physical activity, sports motivation, health-improving technologies.

KIRISH

Yosh avlodning jismoniy sog'lomligi va barkamol rivojlanishini ta'minlash zamonaviy ta'lim tizimining muhim vazifalaridan biri hisoblanadi. O'quvchilarni jismoniy faollikka jalb etish, ularning sog'lom turmush tarziga bo'lgan ongli munosabatini shakllantirish hamda sport faoliyatiga qiziqishini rivojlantirish jismoniy tarbiya jarayonining ustuvor yo'nalishlaridan biridir. Shu jihatdan o'quvchilarni ommaviy sport-sog'lomlashtirish faoliyatiga tayyorlash pedagogika va jismoniy tarbiya nazariyasida muhim ilmiy-amaliy masala sifatida qaraladi.

Ommaviy sport-sog'lomlashtirish faoliyati o'quvchilarning jismoniy rivojlanishini ta'minlash, organizmning funksional imkoniyatlarini kengaytirish hamda sog'lom turmush tarzini shakllantirishga xizmat qiladi. Mazkur jarayonni samarali tashkil etish o'quvchilarning jismoniy madaniyatini rivojlantirish, sportga bo'lgan motivatsiyasini kuchaytirish hamda ularning muntazam jismoniy mashg'ulotlarda ishtirok etishini ta'minlash bilan bevosita bog'liqdir. Shu sababli ta'lim muassasalarida ommaviy sport-sog'lomlashtirish faoliyatini tashkil etishda pedagogik shart-sharoitlarni ilmiy asosda belgilash muhim ahamiyat kasb etadi.

Pedagogik nuqtayi nazardan o'quvchilarni ommaviy sport-sog'lomlashtirish jarayoniga tayyorlash o'quvchilarda jismoniy faollik ko'nikmalarini shakllantirish, sport faoliyatiga ijobiy munosabatni rivojlantirish hamda sog'lom turmush tarziga oid bilim va tasavvurlarni mustahkamlashni nazarda tutadi. Bu jarayonni samarali tashkil etishda ta'lim muassasasida sog'lom pedagogik muhitni yaratish, jismoniy tarbiya mashg'ulotlarini tizimli tashkil etish, zamonaviy pedagogik metodlardan foydalanish hamda o'quvchilarning yosh va individual xususiyatlarini hisobga olish muhim omillar hisoblanadi.

ADABIYOTLAR TAHLILI

O'quvchilarni ommaviy sport-sog'lomlashtirish jarayoniga tayyorlash masalasi jismoniy tarbiya pedagogikasi, sport nazariyasi va sog'lom turmush tarzi konsepsiyasi doirasida ko'plab olimlar tomonidan tadqiq etilgan. Ushbu muammoning nazariy va metodologik asoslari jismoniy tarbiya tizimini rivojlantirish, yosh avlodning jismoniy rivojlanishini ta'minlash hamda sog'lom turmush tarzini shakllantirishga qaratilgan ilmiy tadqiqotlarda o'z aksini topgan.

Jismoniy tarbiya jarayonining nazariy asoslari, o'quvchilarning jismoniy rivojlanishi va sport faoliyatiga jalb etish masalalari N.Jo'rayev, M.Bekmurodov, S.Otamurodov kabi olimlarning tadqiqotlarida muhim ilmiy yo'nalish sifatida ko'rib chiqilgan. Ushbu tadqiqotlarda jismoniy tarbiya tizimining yosh avlodning sog'lom rivojlanishidagi o'rni, jismoniy madaniyatni shakllantirish hamda sport faoliyatining tarbiyaviy ahamiyati ilmiy asosda tahlil qilingan. Shuningdek, sog'lom turmush tarzini shakllantirish va jismoniy faollikni oshirish masalalari ham pedagogik tadqiqotlarning muhim yo'nalishlaridan biri hisoblanadi. Bu borada M.Quronov, E.Yusupov va boshqa tadqiqotchilar tomonidan yoshlarning ma'naviy va jismoniy kamolotini ta'minlash, ularning sog'lom turmush tarziga bo'lgan ongli munosabatini shakllantirish masalalari tahlil qilingan.

Shu bilan birga, o'quvchilarni ommaviy sport-sog'lomlashtirish jarayoniga tayyorlashning pedagogik shart-sharoitlarini kompleks tarzda o'rganish hamda ularni ta'lim jarayoniga samarali joriy etish masalasi hali ham dolzarb ilmiy muammo sifatida saqlanib qolmoqda.

TADQIQOT METODOLOGIYASI

O'quvchilarni ommaviy sport-sog'lomlashtirish jarayoniga tayyorlashning pedagogik shart-sharoitlarini aniqlash va ilmiy asoslashga qaratilgan bo'lib, tadqiqot metodologik jihatdan tizimli, kompetensiyaviy hamda faoliyatga yo'naltirilgan pedagogik yondashuvlar

asosida olib borildi. Ushbu yondashuvlar o'quvchilarning jismoniy rivojlanishi, sport faoliyatiga bo'lgan motivatsiyasi va sog'lom turmush tarzini shakllantirish jarayonini pedagogik jihatdan kompleks tahlil qilish imkonini beradi.

Tadqiqot jarayonida bir qator nazariy va empirik metodlar qo'llanildi. Nazariy metodlar sifatida pedagogika, jismoniy tarbiya nazariyasi hamda sport pedagogikasiga oid ilmiy manbalarni tahlil qilish, qiyosiy-pedagogik tahlil, umumlashtirish va tizimlashtirish usullaridan foydalanildi. Ushbu metodlar orqali o'quvchilarni ommaviy sport-sog'lomlashtirish faoliyatiga tayyorlashning ilmiy-nazariy asoslari, pedagogik omillari hamda mavjud ilmiy yondashuvlar o'rganildi.

Empirik tadqiqot metodlari sifatida pedagogik kuzatish, so'rovnoma, suhbat va pedagogik tajriba-sinov metodlaridan foydalanildi. Pedagogik kuzatish metodi orqali o'quvchilarning jismoniy tarbiya mashg'ulotlaridagi faolligi, sport tadbirlarida ishtirok etish darajasi hamda jismoniy faollikka bo'lgan qiziqishi o'rganildi. So'rovnoma metodi yordamida o'quvchilarning ommaviy sport faoliyatiga bo'lgan munosabati, sportga qiziqish darajasi va sog'lom turmush tarziga oid qarashlari aniqlashtirildi. Suhbat metodi esa o'quvchilar va jismoniy tarbiya o'qituvchilari bilan o'tkazilib, sport faoliyatini tashkil etishdagi pedagogik omillar hamda mavjud muammolarni aniqlashga xizmat qildi. Tadqiqotning muhim bosqichlaridan biri sifatida pedagogik tajriba-sinov ishlari amalga oshirildi. Tajriba jarayonida o'quvchilarni ommaviy sport-sog'lomlashtirish faoliyatiga tayyorlashga qaratilgan pedagogik shart-sharoitlar ishlab chiqilib, ularning samaradorligi amaliy jarayonda sinovdan o'tkazildi. Tajriba-sinov ishlari davomida o'quvchilarning jismoniy faolligi, sport mashg'ulotlaridagi ishtiroki hamda sog'lom turmush tarziga bo'lgan munosabatidagi o'zgarishlar kuzatildi.

NATIJARLAR VA MUHOKAMA

O'quvchilarni ommaviy sport-sog'lomlashtirish faoliyatiga tayyorlashning pedagogik shart-sharoitlari o'rganilib, ta'lim jarayonida jismoniy faollikni oshirishga ta'sir etuvchi asosiy omillar aniqlashtirildi. Dastlabki kuzatish va so'rovnoma natijalari shuni ko'rsatdiki, o'quvchilarning bir qismi jismoniy tarbiya mashg'ulotlarida faol ishtirok etsa-da, ularning ko'pchiligi ommaviy sport tadbirlarida muntazam qatnashmaydi. Bu holat, asosan, sport faoliyatiga nisbatan yetarli motivatsiyaning shakllanmaganligi, sport infratuzilmasining cheklanganligi hamda sport-sog'lomlashtirish tadbirlarini tashkil etishdagi pedagogik yondashuvlarning yetarli darajada tizimlashtirilmaganligi bilan izohlanadi.

Tajriba-sinov ishlari davomida o'quvchilarni ommaviy sport-sog'lomlashtirish jarayoniga tayyorlashga qaratilgan pedagogik shart-sharoitlar ishlab chiqildi va amaliyotga joriy etildi. Jumladan, jismoniy tarbiya mashg'ulotlarini interfaol metodlar asosida tashkil etish, sport to'garaklari faoliyatini kengaytirish, o'quvchilarning yosh va individual xususiyatlarini hisobga olgan holda sport mashg'ulotlarini rejalashtirish hamda sport tadbirlarini muntazam o'tkazish kabi pedagogik choralar amalga oshirildi.

Mazkur pedagogik shart-sharoitlarni ta'lim jarayoniga joriy etish o'quvchilarning jismoniy faolligini oshirishga hamda sport faoliyatiga bo'lgan qiziqishini kuchaytirishga ijobiy ta'sir ko'rsatdi. O'quvchilar o'rtasida o'tkazilgan kuzatish va so'rovnoma natijalariga ko'ra, sport mashg'ulotlariga bo'lgan qiziqish darajasi sezilarli darajada ortganligi, ommaviy sport tadbirlarida ishtirok etish faolligi oshganligi hamda sog'lom turmush tarziga nisbatan ijobiy munosabat shakllanganligi aniqlangan. O'quvchilarni ommaviy sport-sog'lomlashtirish jarayoniga tayyorlash samaradorligi, avvalo, ta'lim muassasasida sog'lom pedagogik muhitni yaratish, sport faoliyatini tizimli tashkil etish hamda o'quvchilarning motivatsiyasini shakllantirish bilan chambarchas bog'liqdir. Shuningdek, jismoniy tarbiya o'qituvchisining pedagogik mahorati, innovatsion metodlardan foydalanish darajasi hamda

sport mashg'ulotlarining mazmunan boyitilishi ham mazkur jarayon samaradorligiga sezilarli ta'sir ko'rsatadi.

Shu sababli o'quvchilarni ommaviy sport-sog'lomlashtirish faoliyatiga tayyorlashda pedagogik yondashuvlarning takomillashtirilishi, sport faoliyatining ta'lim jarayoni bilan integratsiyalashuvi hamda o'quvchilarning jismoniy faolligini rag'batlantiruvchi pedagogik shart-sharoitlarni yaratish muhim ilmiy-amaliy ahamiyat kasb etadi.

XULOSA

Tadqiqot natijalari o'quvchilarni ommaviy sport-sog'lomlashtirish jarayoniga tayyorlash samaradorligi ta'lim jarayonida muayyan pedagogik shart-sharoitlarni yaratish bilan bog'liqligini ko'rsatdi. Jumladan, jismoniy tarbiya mashg'ulotlarini tizimli tashkil etish, sport faoliyatiga ijobiy motivatsiyani shakllantirish hamda o'quvchilarning jismoniy faolligini rag'batlantirish muhim pedagogik omillar hisoblanadi.

Shuningdek, sog'lom pedagogik muhitni yaratish, sport tadbirlarini muntazam tashkil etish va o'quvchilarning yosh hamda individual xususiyatlarini hisobga olish ommaviy sport-sog'lomlashtirish faoliyatining samaradorligini oshiradi. Shu bois o'quvchilarni sport faoliyatiga tayyorlash jarayonini ilmiy asosda tashkil etish ularning jismoniy rivojlanishi va sog'lom turmush tarzini shakllantirishda muhim ahamiyat kasb etadi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO'YXATI

1. Mirziyoyev Sh.M. Yangi O'zbekiston strategiyasi. – Toshkent: O'zbekiston, 2021. – 464 b.
2. Abdullayev A., Xonkeldiyev Sh. Jismoniy tarbiya nazariyasi va metodikasi. – Toshkent: Ilm ziyo, 2020. – 320 b.
3. Xonkeldiyev Sh., Abdullayev A. Jismoniy madaniyat nazariyasi va metodikasi. – Toshkent: Fan va texnologiya, 2019. – 280 b.
4. Ismailov A., Tursunov B. Sport pedagogikasi asoslari. – Toshkent: Innovatsiya, 2021. – 196 b.
5. Yuldashev M., Usmonov B. Yoshlar jismoniy tarbiyasini rivojlantirishning pedagogik asoslari. – Toshkent: Akademiya, 2022. – 214 b.
6. Nazarov Q., Raxmonov N. Sog'lom turmush tarzi falsafasi. – Toshkent: Tafakkur, 2019. – 168 b.
7. Karimov F., Ruziev Sh. O'quvchilarning jismoniy faolligini oshirish texnologiyalari. – Toshkent: Fan va texnologiya, 2023. – 176 b.
8. Islomov B. Sport va sog'lomlashtirish faoliyatini tashkil etish metodikasi. – Toshkent: Innovatsiya, 2020. – 152 b.
9. Rahmonov N., Tursunov M. Yoshlar sportini rivojlantirishning pedagogik omillari. – Toshkent: Yangi asr avlodi, 2021. – 184 b.
10. Usmonov B., Qodirov S. Jismoniy tarbiya va sportni rivojlantirishning zamonaviy yondashuvlari. – Toshkent: Akademiya, 2023. – 208 b.