

**JISMONIY TARBIYA DARSLARINI PEDAGOGIK TA'LIM
INNOVATSION KLASTERI ASOSIDA O'QITISH METODIKASI
(Umumiy o'rta ta'lim maktablari misolida)**

Xudaynazarova Gullola Mirxojidinovna

Sport va xarakatli o'yinlar kafedrası katta o'qituvchisi

Amnotatsiya

Respublikamizning pedagogik olim va amaliyotchilari O'zbekistonning ijtimoiy-pedagogik sharoitiga moslashgan hamda ilmiy asoslangan ta'lim texnologiyalarini yaratish va ularni ta'lim-tarbiya amaliyotida qo'llashga intilmoqdalar. Bugungi kundagi pedagogik texnologiya - ularning milliy-nazariy asosini yaratish va amaliyotga tatbiq etish zaruriyati tug'ildi, degan savol paydo bo'lishi mumkin.

Kalit so'zlar: Jismoniy mashg'ulotlar, zamonaviy metodlar, guruhli metod, individual metod, frontal metod.

Jamiyatimizda qanchadan-qancha bilimli kadrlar, yuksak malakali olimlar yetishib chiqqan, ularning eskirgan, noadekvat, g'oyaviy yo'nalishlarini o'zgartirib, ularga milliy kolorit berib qo'llash mumkin emasmi? - sharhlar yo'q emas.

Buning bir qancha sabablari bor:

Birinchidan. Mustaqil respublikamizning rivojlangan davlatlar qatoriga kirishi uchun aholi ta'limini jadallashtirish va samaradorligini oshirishda eng ilg'or pedagogik chora-tadbirlardan foydalanish zarur;

Ikkinchidan, an'anaviy ta'lim tizimi "Axborotli ta'lim" sifatida tavsiflanadi va o'qituvchi faoliyati faqat ta'lim jarayonining tashkilotchisi emas balki u nufuzli bilimlar manbaiga aylanib bormoqda;

Uchinchidan, fan-texnika taraqqiyoti natijasida axborot keskin ortib bormoqda va uni yoshlarga yetkazish vaqti cheklangan;

To'rtinchidan, jamiyat taraqqiyotining hozirgi bosqichida u nazariy va empirik bilimlarga asoslangan tafakkurdan aniq maqsadga asoslangan texnik tafakkurga o'tmoqda, bu esa tobora foydali natija beradi;

Beshinchidan, yoshlarni hayotga mukammal tayyorlashda ularga bilim berishning eng ilg'or usuli hisoblangan ob'ektiv mavjudlikka har tomonlama yondashishdan



to'liq foydalanishni taqozo etadi. Pedagogik texnologiya yuqoridagi besh sababning barcha talablariga javob beradigan ta'lim faoliyatidir. Ko'p sonli ishlab chiqarish tarmoqlari bilan bir qatorda, dunyoning rivojlanishi ijtimoiy-iqtisodiy va umumiy kasbiy fanlarni bilish sohasiga yangi texnologiyalarni joriy qilishni talab qiladi. Maktabda Jismoniy tarbiya fanini o'qitishda quyidagi pedagogik metodlardan foydalaniladi.

Frontal usul. Barcha ishtirokchi bolalar bir vaqtning o'zida to'garak rahbari rahbarligida bitta mashqni bajaradilar. Bu usul asosan yurish, yugurish va umumiy rivojlanish mashqlarini bajarishda qo'llaniladi. Bu usul mashg'ulotlarning yuqori intensivligini ta'minlaydi va to'garak rahbari barcha bolalarni umumiy tarzda baholaydi. Vazifalar bir vaqtning o'zida bajarilishi mumkin:

a) o'qiyotganlarning barchasi bilan; b) guruhlar va jamoalar bilan; d) navbat bilan (bir, ikki, bir nechta bola birgalikda).

Guruh usuli. Sinfdagi o'quvchilar ikki yoki undan ortiq guruhlariga bo'linadi va har bir guruh alohida topshiriqni bajaradi. Berilgan topshiriqlar: a) butun guruh bilan birgalikda; b) navbatma-navbat bir yoki ikkita bola tomonidan bajariladi. Bu usul guruh rahbariga murakkab mashq bajarayotgan bolaga ko'proq e'tibor qaratish va kerak bo'lganda unga yordam berish imkonini beradi. Guruh usuli bolalar faoliyatini faollashtiradi, mashg'ulotlarga qiziqishini oshiradi. Bolalarni guruhlariga bo'lishda ularning jinsi, jismoniy tayyorgarligi va sog'lig'ini hisobga olish kerak.

Individual metod. Mazkur metodda bola berilgan vazifani to'garak rahbarining nazorati ostida mustaqil bajaradi. Bu metod asosan bolalarni baholashda qo'llanadi. Hamma uchun bir bo'lgan mashqning ayrim qismlarini aniqlash maqsadida to'garak rahbari bolalarning har biriga individual (mustaqil) bajartiradi.

Aylanma mashg'ulot metodi. Bu metod butun mashg'ulot jarayonida bolalarning o'z imkoniyatlarini to'liq va faol namoyish qilishga yordam beradi. Aylanma mashg'ulot metodi bo'yicha o'tkaziladigan mashg'ulot nisbatan murakkab hisoblanmagan, bolalar yaxshi o'zlashtirib oigan va tanish yo'nalishlardan tuzilgan majmualardan foydalaniladi. Bunday paytda shug'ullanayotgan har bir guruh yoki ayrim bolalar uchun yuklama va dam olishni almashtirishning aniq reglamenti o'tatiladi. Bolalarning bir mashqdan ikkinchi mashqqa o'tishining ketma-ketligi va aniq tartibi o'rgatiladi. Ushbu metoddan dars jarayonida foydalanishda o'quvchilar



uchun murakkab bo'lmagan va mashqning bajarilish tartibi yaxshi o'zlashtirilgan hamda avvalgi mashg'ulotlarda bajarilgan mashqlardan iborat bo'lishi maqsadga muvofiq.

Uzluksizlik metodi. Bu metod mashg'ulot jarayonini tashkil etishning shunday usulidirki, bunda berilgan vazifani birinchi bola tugatib ulgurmasidanoq, ikkinchi bola bajara boshlaydi. Agar o'qituvchi bolalarning harakat malakalarini takomillashtirishga intilsa yoki mashg'ulot zichligini orttirmoqchi bo'lsa, uzluksizlik metodi juda foydalidir.

Jismoniy tarbiya darsining samaradorligi ko'proq o'qituvchining dars jarayonini tahlil qilishiga, o'qitishda qanchalik zamonaviy shakl va metodik usullardan foydalanilishiga, texnik vositalar va jihozlardan unumli foydalanishiga bog'liq. O'qituvchi har bir darsni yuqori vosita intensivligi bilan olib boradi. puxta rejalashtirilishi, ya'ni o'quvchilarni o'qitish va tarbiyalashda ularning faolligini oshirishni ta'minlashi kerak. Masalan, o'quvchilarni darsda yangi mashqlar bilan tanishtirish, ya'ni himoya va yordamni talab qilmaydigan o'rganilgan harakatni yaxshilash rejalashtirilgan bo'lsa, darsni tashkil etishning umumiy (frontal) usulidan foydalanish mumkin. Bu o'quvchilarning harakat faoliyatini to'liq o'zlashtirishlariga yordam beradi.

Darsni tashkil etishda guruh usulini qo'llagan holda o'qituvchi o'quv yuklamasini aniq taqsimlashi va o'quvchilar tomonidan topshiriqlarning bajarilishini diqqat bilan kuzatib borishi mumkin. Ular o'z xatolarini tuzatish imkoniyatiga ega bo'ladilar. Keyinchalik, har bir kishi, ayniqsa, yuqori sinflarda to'g'arak o'qitish usulida o'rganishga ko'proq odatlangan. Bu o'quvchilar tomonidan bir necha guruh bo'lib davra ichida bajarilishidan iborat. Aylanish usuliga yengil atletika, sport o'yinlarining gimnastika elementlari, shuningdek, predmetlar bilan bajariladigan umumiy rivojlantirish mashqlari (gimnastika o'rindig'ini to'ldirish to'plari, gantellar bilan), sakrash, sakrash, emaklash, sirpanish, baland joydan sakrash (gimnastika devorida) kiradi. , turli akrobatik mashqlar (hip hops, tik turish va boshqalar) va charchoqni bartaraf etadigan mashqlarni ham o'z ichiga olishi mumkin. Umumiy o'rta ta'lim maktablari uchun yangi dasturga ko'ra, ular majburiy arizaga aylanadi. Uy vazifasi mazmunini asosan harakat sifatlarini rivojlantirishga qaratilgan mashqlar egallaydi. Yil davomida uni doimiy ravishda kuzatib borish



kerak (baholash harakatning to'g'ri bajarilishi va mashqlar natijasining o'zgarishi bo'yicha amalga oshiriladi).

Xulosa:

O'quvchilar o'zlashtirishini to'g'ri baholash uchun quyidagi qoidalarga amal qilish kerak: harakat faoliyatini o'rgatish jarayonida kundalik bahoni qo'yish har bir darsda amalga oshiriladi. Buning uchun o'qituvchi bir necha o'quvchini tanlab olib, ularning harakat texnikasini ijro etish va nazariy ma'lumotlar asoslarini tekshiradi. Bunda eng muhimi, birinchi galda baho, o'qituvchi berilgan vazifani muvaffaqiyatli uddasidan chiqqan o'quvchilarga qo'yadi.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Abdullaev A., Xonkeldiev Sh. Jismoniy tarbiya nazariyasi va metodikasi. Farg'ona 2001.[1]
2. Качашкин М. Методика физической культуры.-М., 1982г.[2]
3. Шарипова Д.Д., Мусурмонов А., Таирова М. "Формирование здорового образа жизни". Т., 2005г.[3]
4. Gancharova O.V. Yosh sportchilarning jismoniy qobiliyatlarini rivojlantirish. T., 2005-yil.[4]
5. Usmonxo'jayev T.S. va boshqalar. Darslik. Jismoniy tarbiya - 7-8, "O'qituvchi" nashr, 2003-yil.[5].