

JISMONIY TARBIYA VA SPORT PEDAGOGIKASI DARS MASHG‘ULOTLARINI SAMARADORLIGINI OSHIRISHNING USULLARI

R.R. Majidov

O‘zbekiston Davlat Jismoniy tarbiya va Sport Univrsiteti Farg‘ona filiali
Umumkasbiy gumanitar va tabiiy fanlar kafedrası o‘qituvchisi

F.H. Boqiyev

O‘zbekiston Davlat Jismoniy tarbiya va Sport Univrsiteti Farg‘ona filiali
Umumkasbiy gumanitar va tabiiy fanlar kafedrası o‘qituvchisi

D.R. Raximov

O‘zbekiston Davlat Jismoniy tarbiya va Sport Univrsiteti Farg‘ona filiali
Umumkasbiy gumanitar va tabiiy fanlar kafedrası o‘qituvchisi

A.V. Saydaxmadov

O‘zbekiston Davlat Jismoniy tarbiya va Sport Univrsiteti Farg‘ona filiali
Umumkasbiy gumanitar va tabiiy fanlar kafedrası o‘qituvchisi

I.S. Soliyev

O‘zbekiston Davlat Jismoniy tarbiya va Sport Univrsiteti Farg‘ona filiali
Umumkasbiy gumanitar va tabiiy fanlar kafedrası o‘qituvchisi

D.S. Abduqodirov

O‘zbekiston Davlat Jismoniy tarbiya va Sport Univrsiteti Farg‘ona filiali
Umumkasbiy gumanitar va tabiiy fanlar kafedrası o‘qituvchisi

ANNOTATSIYA

Ushbu maqolada oliy ta’lim talabalari uchun tashkillanadigan dars mashg‘ulotlarini sifatini va samaradorligini oshirish usullari to‘g‘risida nazariya ma’lumotlar bayon etilgan.

Kalit so‘zlar: tarqatma materillar, nazorat savollari, test.

METHODS OF INCREASING THE EFFICIENCY OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS PEDAGOGICAL LESSONS

**R.R. Majidov, F.H. Boqiyev, D.R. Raxmov,
A.V. Saydaxmadov, I.S. Soliyev, D.S. Abduqodirov**
Teachers of the Department of General Professional
Humanities and Natural Sciences, Fergana Branch,
Uzbekistan State University of Physical Education and Sports

ABSTRACT

This article presents theoretical information about ways to improve the quality and efficiency of classes organized for students of higher education.

Key words: handouts, control questions, test.

МЕТОДЫ ПОВЫШЕНИЯ ЭФФЕКТИВНОСТИ ФИЗИКО- ВОСПИТАТЕЛЬНЫХ И СПОРТИВНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ ЗАНЯТИЙ

**Р.Р. Мажидов, Ф.Х. Бокиев, Д.Р. Рахимов,
А.В. Сайдахмадов, И.С. Солийев, Д.С. Абдукодиров**
Преподаватели кафедры общепрофессиональных гуманитарных
и естественных наук Ферганского филиала Узбекского
государственного университета физической культуры и спорта

АННОТАЦИЯ

в данной статье изложены теоретические сведения о способах повышения качества и эффективности занятий, организуемых для студентов высшей школы.

Ключевые слова: раздаточный материал, контрольные вопросы, тест.

Yurtimiz mustaqillikka erishgandan keyin jismoniy madaniyat va sportni rivojlantirishga katta etibor qaratildi. Ma'naviy-marifiy qadriyatlar, milliy urf-odatlar va an'analar tiklandi, ayniqsa jismoniy tarbiya va sport bilan bog'liq ko'pgina tadbirlar amalga oshirildi. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2020-yil 24- yanvardagi "Jismoniy tarbiya va sportni takomillashtirish va ommalashtirish chora - tadbirlari to'g'risidagi 5924-sonli farmoni¹ buning yorqin dalili sifatida keltirish mumkin. Bugungi kunda mamlakatimiz jamiyat uchun yetuk, malakali mutaxassislar tayyorlashga katta e'tibor qaratib kelinmoqda. Bunga O'zbekiston Respublikasi Vazirlar Mahkamasining qator qarorlari qabul qilinishi aholi salomatligini yaxshilash, o'quvchi-yoshlar hamda talabalarning jismoniy barkamolligini tarbiyalash bilan bevosita bog'liq bo'lgan muhim muammolarni hal etishga qaratilgan. Buyuk davlatni

¹ O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2020-yil 24- yanvardagi "Jismoniy tarbiya va sportni takomillashtirish va ommalashtirish chora - tadbirlari to'g'risidagi 5924-sonli farmoni

qurayotgan kishilarning tafakkuri, yangi iqtisodiy munosabatlarni tiklashga, moddiy ne'matlar ishlab chiqarishga astoydil kirishib doimo yonib yashash hissi bilan sug'orilgan bo'lishi lozim. Insoniyat tarixiga nazar tashlar ekanmiz, hamma davrlarda har tomonlama barkamol shaxsni tarbiyalash insoniyatning azaliy orzusi bo'lib, ajdodlarimiz ma'rifat, ma'naviyat va madaniyatni qanday qilib yosh avlodga o'rgatish, ularni komillikka etaklash yo'llari, usullari va qonun-qoidalarini izlaganlar. Darhaqiqat insonning ma'rifiy va ma'naviy komillikka erishishi tarbiya deb atalmish ijtimoiy hodisa orqali amalga oshirilgan. Jamiyat rivojlangan sari etuk, barkamol shaxslarni tarbiyalab etishtirish ehtiyoji ortib, o'zgarib, yangilanib borgan[2].

Mana shunday ijobiy xislatlarga boy insonni tarbiyalash pedagogika o'quv yurtlarining, o'quv muassasasi, institut va universitetlarning asosiy vazifasi hisoblanadi. Oliy ta'lim tashkilotidagi har bir fanning o'z o'rnini bo'lib, har bir talaba har bir fanni chuqur o'zlashtirishi zarur. Ularning kelgusidagi faoliyatlarida ushbu fanlardan olingan bilimlar muhim ahamiyat kasb etadi. Bularning ichida ahamiyatlisi bo'lgan Jismoniy tarbiya va sport pedagogikasi fani talabalarning kasbiy faoliyatlarida o'z o'rnini chuqur egallaydi. Jismoniy tarbiya va sport pedagogikasi fanining maqsadi – talabalarda jismoniy tarbiya va sport pedagogikasining rivojlanish qonuniyatlari, g'oyalari, tizimlari, asosiy shakllari, usullari va vositalari to'g'risidagi ilmiy-nazariy bilimlarni shakllantirishdir. Fanning vazifasi - «Jismoniy tarbiya va sport pedagogikasi» fanini o'zlashtirish jarayonida amalga oshiriladigan masalalar doirasida talaba: jismoniy tarbiya va sport pedagogikasi fanining kelib chiqish tarixi; bugungi kunda pedagogik mahoratni amaliyotga tatbiq etish; pedagogik mahoratni rivojlantirish bo'yicha bilim, ko'nikma va bilimlargaega bo'lishi kerak[2]

Shularni hisobga olgan holda oliy ta'lim tashkilotlaridagi dars mashg'ulotlarini samaradorligini oshirish zaruriyati tug'iladi. Shuning uchun dars mashg'ulotlarini qayta ko'rib chiqish va dars mashg'ulotlarini sifatini oshirish maqsadida yangi usullarni ishlab chiqishga urindik.

Ushbu fanning ta'lim berish usullari

- Ma'ruzalar
- Seminarlar
- Mustaqil o'rganish
- Taqdimot

Yuqorida ta'lim berish usullaridan sanalgan seminar mashg'ulotlarni samaradorligini oshirish va talabalarni vaqtini unumli band qilish maqsadida talabalarga mashg'ulot davomida tarqatma materillardan foydalanishga urindik.

Tarqatma materialning tarkibiy qismi:

1. Mavzu nomi
2. Mavzu yuzasidan savollar to'plami.

3. Mavzu yuzasidan test topshiriqlari.

4. Izoh

Tarqatma materiallardan foydalanish jarayonida talabalarning barchasi band bo'lishiga erishiladi. Chunki har bir talabaning qo'lida material bo'lib, o'qituvchi topshirig'iga asosan faoliyat yuritadi. Talaba materialdagi xilma-xillikdan zerikib qolmaydi. Sababi unda ixtiyoriy 5 ta savollarni tanlay olish imkoni bo'lgan savollar to'plami, mavzuga oid testlar jamlanmasi mavjud. Talaba o'z qobiliyatiga tayangan holda topshiriqlarni bajarishga urinadi. Tarqatma materialni quyida keltirishga urindik.

JISMONIY TARBIYA VA SPORT PEDAGOGIKASINING UMUMIY ASOSLARI

Mavzu yuzasida savollar to'plami.

1. Jismoniy tarbiya va sport pedagogika fani nimani o'rganadi?
2. Jismoniy tarbiya va sport pedagogika fanining vazifalarinimalardan iborat?
3. Jismoniy tarbiya va sport pedagogika fanining tarmoqlari haqida tushuncha bering?
4. Jismoniy tarbiya va sport pedagogikaning paydo bo'lishi va rivojlanish tarixi haqida tushuncha bering?
5. Jismoniy tarbiya va sport pedagogika fanining metodologik asosi nima?
6. Jismoniy tarbiya va sport pedagogikasining ta'lim-tarbiya jarayonida muhim metodlarni qo'llashning ahamiyati nimada deb uylaysiz.
7. Ta'lim va tarbiyaning birligi deganda nimani tushunasiz?
8. Jismoniy tarbiya va sport pedagogika asosiy ilmiy tadqiqot metodlarini tushuntiring?
9. Shaxsni shakllantirish jarayonida sport pedagogikasining ahamiyati nima?
10. Jismoniy tarbiya va sportning shaxs shakllanishiga qanday ta'siri bor?

Izoh: Yuqoridagi mavzuga oid savollardan ixtiyoriy 5 tasini tanlab, misollar orqali yoriting.

Mavzu yuzasidan test topshiriqlari

1. Jismoniy tarbiya va sport pedagogikasi fani uchun ilmiy baza bu:
a) Psixologiya, umumiy pedagogika.
b) Gigiena, anatomiya
c) Umumiy va yosh fiziologiyasi
d) Falsafa, etnografiya, etika, estetika

2. O'qituvchini kasbiy pedagogik madaniyati mazmunida 3 ta komponent ko'rsatilgan:

- a) Akseologik, texnologik, shaxsiy ijodiy.
- b) Gnostik, xis tuyg'uga beriluvchan, xulqiy
- c) Shaxsiy ijodiy, gnostik, nazariy
- d) Akeologik, texnologik, gnostik

3. Pedagoik mahorat tizimiga quyidagilar kiradi....

- a) Kasbga oid bilimlar, pedagogik qobiliyat, pedagogik texnika
- b) His hayajonni anglatuvchi so'zlar ishlatish.
- c) Tadbirni tanlash, uni tayyorlash, o'tkazish
- d) Nafas olish, ovoz o'zgarish, nutq madaniyati

4. Tizimlilik va izchillik prinsipining vazifasi nima?

- a) Bilim tizim asosida berilishini, butun o'zlashtirish jarayoni ketma ketlikda bo'lishini
- b) Ilmiy bilim, ko'nikma va malakalarni
- c) Aniq dars materialining mazmuni maqsadi va vazifasi.
- d) Ta'limni tashkil etish.

5..Ta'limda onglilik....

- a) O'quvchilarning fikrlash faolligi
- b) O'quvchilarning irodaviy faolligi
- c) Jismoniy faoliligi
- d) Kuzatuv faolligi

Yuqoridagi tarqatma materillardan foydalangan har bir talabani band bo'lishiga erishiladi. Talabalar o'z bilim saviyasini turli topshirilar shaklida sinab ko'radi. Mavu yuzasidan takrorlashlar amalga oshiriladi va mustahkamlanadi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO'YXATI: (REFERENCES)

1. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2020-yil 24- yanvardagi "Jismoniy tarbiya va sportni takomillashtirish va ommalashtirish chora - tadbirlari to'g'risidagi 5924-sonli farmoni.
2. Jismoniy tarbiya va sport pedagogikasi fanidan o'quv-uslubiy majmua. A.Gofurov F.Boqiyev. Farg'ona – 2022
3. A.Abdullayev. Jismoniy madaniyat nazaryasi va metodikasi. Bakalavr talabalar uchun darslik.- T. 2018. -410.b.
4. Arabboyev Q.T. Jismoniy madaniyat nazariyasi va metodikasi. O'quv uslubiy majmua. Qo'qon 2021 y.