



SHAXSGA YO'NALTIRILGAN TA'LIM TEXNOLOGIYALARI ASOSIDA SPORT TO'GARAKLARIDA TALABALARNING JISMONIY MADANIYATINI RIVOJLANTIRISH KOMPONENTLARI.

Xamroyev Samijon Salimovich

Navoiy davlat universiteti,
Sport faoliyati turlari kafedrası dotsenti,

p.f.b.f.d (PhD),

E-mail: hamroyev84@bk.ru

tel:+99891 332-06-67

ORCID: 0000-0002-6477-2216

<https://doi.org/10.5281/zenodo.17646582>

ARTICLE INFO

Qabul qilindi: 10-noyabr 2025 yil

Ma'qullandi: 15- noyabr 2025 yil

Nashr qilindi: 19- noyabr 2025 yil

KEYWORDS

shaxs, ta'lim, texnologiya, ehtiyoj,
qiziqish, sport, komponent,
kommunikativ, to'garak, metodika.

ABSTRACT

Ushbu maqolada shaxsga yo'naltirilgan ta'lim texnologiyalaridan foydalanish orqali sport to'garaklarida talabalarning jismoniy madaniyatini rivojlantirishning mazmuni va uning tarkibiy komponentlari yoritilgan. Tadqiqotda talabalarning shaxsiy ehtiyojlari, qiziqishlari va individual imkoniyatlarini inobatga olgan holda sport mashg'ulotlarini tashkil etishning pedagogik asoslari tahlil qilingan.

Shaxsga yo'naltirilgan yondashuv sport to'garaklarining motivatsion, nazariy-amaliy va ijtimoiy-kommunikativ komponentlarni shakllantirishga ta'siri asoslab berilgan. Mazkur texnologiyalar talabalarda sog'lom turmush tarziga intilish, jismoniy rivojlanish, sport kompetensiyalarini egallash hamda ijtimoiy faollikni oshirishda muhim omil ekanligi ilmiy dalillar bilan asoslangan.

Yangi O'zbekiston sharoitida jismoniy tarbiya va sportni ommalashtirish, aholining sog'lom turmush tarzini shakllantirish hamda mamlakatimiz sportchilari xalqaro arenalarda munosib qatnashishini ta'minlash yo'lida izchil chora-tadbirlar amalga oshirilmoqda. Aholining ayniqsa yosh avlodning jismoniy tarbiya va sport bilan muntazam shug'ullanishi, ularning salomatligini mustahkamlashga qaratilgan qonunchilik asoslarining takomillashtirilishi Yangi O'zbekiston taraqqiyot strategiyasida ustuvor vazifalardan biri sifatida belgilangan.

Jamiyat hayotida sog'lom turmush tarzini qaror toptirish, sport infratuzilmasini rivojlantirish hamda aholining sport faolligini oshirish borasidagi faoliyatlar ko'lami yanada kengayib bormoqda.

Mazkur islohotlar jarayonida talabalarning jismoniy madaniyatini yuksaltirish, ularni sport to'garaklari faoliyatiga keng jalb etish, shuningdek, o'quv yurtlarida zamonaviy pedagogik yondashuvlarni tatbiq etish masalalariga alohida e'tibor qaratilmoqda. Chunki sport to'garaklari nafaqat jismoniy tayyorgarlikni oshiradi, balki yoshlarning ma'naviy-axloqiy fazilatlarini rivojlantirish, ularni ijtimoiy hayotga faol tayyorlashning samarali vositasidir.

Yangi O'zbekiston taraqqiyotida shaxsga yo'naltirilgan ta'lim texnologiyalarini jismoniy tarbiya jarayoniga joriy etish orqali talabalarning individual qobiliyatlarini aniqlash va rivojlantirish, ularning o'z salohiyatini namoyon etishlariga keng imkoniyatlar yaratilmoqda. Sport mashg'ulotlarining mazmuni talabalarning qiziqishi va ehtiyojlariga mos tashkil etilayotgani jismoniy tarbiya tizimining samaradorligini oshirmoqda.

Yoshlarning sportga bo'lgan rag'batini kuchaytmoqda, sog'lom turmush tarziga intilish kuchayib, mamlakatning sport salohiyati va xalqaro maydondagi nufuzi yanada ortmoqda. Bu esa Yangi O'zbekistonning yangi taraqqiyot bosqichida sog'lom va intellektual barkamol avlodni tarbiyalashda muhim omil sifatida ahamiyat kasb etadi.

Shaxsga yo'naltirilgan ta'lim texnologiyasi bu talaba yoki o'quvchining shaxsiy ehtiyojlari, qiziqishlari, imkoniyatlari va individual rivojlanish darajasini inobatga olgan holda ta'lim jarayonini tashkil etishga qaratilgan pedagogik tizimdir. Ushbu yondashuvda ta'lim oluvchi markaziy o'rinda turadi, o'qituvchi esa yo'naltiruvchi, maslahat beruvchi va sharoit yaratib beruvchi sifatida faoliyat ko'rsatadi. Shaxsga yo'naltirilgan ta'lim texnologiyasi o'quv faoliyatini motivatsion, ijodiy va mustaqil fikrlashga yo'naltirishni ko'zda tutadi, bu esa shaxsning har tomonlama va izchil rivojlanishiga xizmat qiladi.

Jismoniy tarbiya va sportda shaxsga yo'naltirilgan ta'lim texnologiyasining qo'llanilishi o'quvchi yoki talabaning jismoniy rivojlanishidagi individual farqlarni chuqur tahlil qilish va ularga mos ta'lim sharoitini yaratishga asoslanadi. Bu yondashuv jarayonida har bir ta'lim oluvchining jismoniy tayyorgarlik darajasi, sog'liq holati, sportga qiziqishi, psixologik xususiyatlari hisobga olinadi. O'qituvchi tayyor namunaviy dasturga emas, balki konkret shaxsning ehtiyojiga moslashtirilgan mashg'ulot mazmunidan foydalanadi.

Shaxsga yo'naltirilgan ta'lim sport mashg'ulotlarida moslashtirilgan yuklama, o'zlashtirish sur'ati va murakkablik darajasini tanlash, individual maqsadlarni belgilash orqali samaradorlikni oshiradi. Talaba o'z yutuqlarini mustaqil baholay olishni, jismoniy faollikning foydasini his etishni o'rganadi. Bundan tashqari, jismoniy mashg'ulotlar jarayonida erkin muloqot, ijobiy muhit va motivatsiya kuchayishi ijtimoiy kompetensiyalarning shakllanishiga yordam beradi.

Shaxsga yo'naltirilgan yondashuv jismoniy tarbiya va sport tizimida sog'lom, faol, o'z imkoniyatlarini to'g'ri baholay oladigan, sportga ongli munosabatda bo'lgan barkamol yoshlarni tarbiyalashga xizmat qiladi. Bu yondashuvning joriy etilishi jismoniy tarbiya jarayonining samaradorligini oshirish bilan birga, talabalarda sog'lom turmush tarzini shakllantirishda ham muhim omil hisoblanadi.

Refleksiv komponent rivojlanish mezonlari-o'zini bilish, o'ziga munosabat va o'z kelajagini tanlash jarayonlaridir. O'zini bilish rivojlanish darajasi o'zi to'g'risida sport faoliyati subyekti sifatida to'liq va aniq bilimlar ko'rsatkichlari bo'yicha, o'ziga munosabat-talabalarni o'zlarini sport faoliyati subyekti sifatida emotsional qabul qilish ko'rsatkichlari bo'yicha, o'z taqdirini belgilash, tanlangan sport turi sohasida o'z o'rnini va rolini mustaqil aniqlash qobiliyat ko'rsatkichlari bo'yicha aniqlanadi [1; 83-b.].

Mustaqil O'zbekiston taraqqiyotida jismoniy tarbiya, jismoniy madaniyat va sport sohalarining rivojlanishi ayniqsa, diqqatga sazovordir. Bu sohaning nazariy va amaliy asoslarini rivojlantirishga prezidentimiz Sh.M.Mirziyoyev katta e'tibor berayotganligi, erishilayotgan yutuqlarimizning poydevori bo'lib xizmat qilmoqda. Sog'lom turmush tarzini shakllantirish, millat genofondini yanada sog'lomlashtirish, barkamol avlodni

tarbiyalash borasida jismoniy tarbiya va sportni rivojlantirish ahamiyati davlat siyosatining ustuvor yo'nalishlaridan biri deb belgilangan. Qisqa muddatda bu sohada olib borilgan keng ko'lamli amaliy harakatlar o'z samarasini bera boshladi.[2; 54-b.]

O'zbekistonda jismoniy tarbiya va sport tizimini 2025 yilgacha rivojlantirish konsepsiyasiga ko'ra hozirgi sharoitda talabalar sportini rivojlantirishni boshqarishning an'anaviy ravishda yuzaga kelgan sxemalaridan mamlakatda yuz berayotgan ijtimoiy-iqtisodiy va siyosiy o'zgarishlarga mos ravishda javob beradigan innovatsion boshqaruvga o'tishning jiddiy zarurati paydo bo'ldi.

Ushbu konsepsiyaning maqsadi "Oliy ta'lim muassasalari talabalariga sog'lom turmush tarzini olib borish, jismoniy tarbiya va sport bilan tizimli shug'ullanish, rivojlangan sport infratuzilmasidan foydalanish imkoniyatini yaratish, shuningdek, O'zbekiston sportining raqobatbardoshligini oshirish imkoniyatini ta'minlovchi sharoit yaratish"dan iborat. [2; 56-b.]

Ajratilgan mazkur komponentlar, mezonlar, rivojlanish ko'rsatkichlari va metodik texnologiyalar talabalarda sport to'garaklari orqali jismoniy madaniyat rivojlanishining uch darajasini belgilab oldik: reproduktiv, optimizatsiya va ijodiy.

Reproduktiv darajada talabalar sport to'garaklarida harakatlarni muvofiq mexanik tarzda bajaradi.

Optimizatsiya darajada talabalar o'zini shaxsiy imkoniyatlari bilan, aniq holatni obyektiv va subyektiv sharoitlar bilan kelishilgan holda, sport faoliyatini ayrim bajariladigan operatsiyalar va harakatlar darajasida amalga oshiriladigan usullarga o'zgarishlar kiritish tayyorligini namoyon qiladi.

Ijodiy darajada talaba shaxsini mavjud qobiliyatlarni inobatga olgan holda sportdagi faoliyatini hayotda tatbiq etadi. [3; 214-b.]

O'zbekistonda talabalar sportini rivojlantirishni boshqarish jarayonini takomillashtirishning muhim yo'nalishlaridan biri bo'lib "Oliy ta'lim muassasalarining jismoniy tarbiya, sport va sog'lomlashtirish ishlarini, shuningdek, umuman O'zbekistonda talabalar sportini rivojlantirishni ta'minlaydigan ustuvor yo'nalishlar tizimi"ning ilmiy-nazariy asoslanishi hisoblanadi.

Talabalar sportini rivojlantirishning me'yoriy-huquqiy asoslari tahlili shuni ko'rsatadiki, Yangi O'zbekiston sharoitida ta'lim tizimida, xususan sport to'garaklari faoliyatini takomillashtirish orqali talabalarning jismoniy madaniyatini rivojlantirish uchun zarur shart-sharoitlar yaratilgan. Shaxsga yo'naltirilgan ta'lim texnologiyalarining jismoniy tarbiya jarayoniga joriy etilishi davlat siyosatining ustuvor yo'nalishlaridan biri bo'lib, bunda har bir talaba shaxsining qiziqishlari, ehtiyojlari va individual imkoniyatlarini hisobga olgan holda sport faoliyatini tashkil etish ko'zda tutiladi.

Zamonaviy ijtimoiy-iqtisodiy rivojlanish sharoitida sport to'garaklarida talabalarning jismoniy madaniyatini shakllantirish masalalarini boshqarishning nazariy-metodik asoslarini chuqur o'rganish katta dolzarblik kasb etadi. Shu bois mazkur maqola quyidagi vazifalarni hal etishga qaratiladi:

Sport to'garaklari jarayonida talabalarning jismoniy madaniyatini shaxsga yo'naltirilgan ta'lim texnologiyalari asosida rivojlantirishning pedagogik tamoyillari, funksiyalari va usullarini aniqlash.

Shaxsga yo'naltirilgan pedagogik boshqaruv mexanizmlarining mazmuni hamda sport faoliyatini tashkil etishning tashkiliy-didaktik tuzilmasini ilmiy jihatdan asoslash.

Sport to'garaklari jarayonida talabalarning jismoniy madaniyatini shaxsga yo'naltirilgan ta'lim texnologiyalari asosida rivojlantirishning pedagogik tamoyillari, funksiyalari va usullari bu o'quvchi yoki talabaning individual rivojlanish xususiyatlarini chuqur hisobga olgan holda sport mashg'ulotlarini tashkil etish, boshqarish va baholashga qaratilgan ilmiy-metodik yondashuvlar majmuasidir.

Ushbu jarayon quyidagilarni o'z ichiga oladi:

Pedagogik tamoyillar:

- talaba shaxsining ustuvorligi va individual imkoniyatlarini hisobga olish;
- qiziqish va ehtiyojlarga mos sport faoliyatini tanlashga yo'naltirish;
- mustaqil faoliyat va o'zini baholashni rag'batlantirish;
- ijobiy motivatsiyani shakllantirish va qo'llab-quvvatlash;
- sog'lom raqobat hamda ijtimoiy faollikni rivojlantirish.

Pedagogik funksiyalar:

- talabalarning jismoniy, ruhiy va ijtimoiy rivojlanishini ta'minlash;
- jismoniy madaniyat bo'yicha nazariy va amaliy bilimlarni shakllantirish;
- sog'lom turmush tarzi ko'nikmalarini mustahkamlash;
- sport faoliyatiga barqaror motivatsiya yaratish;
- talabaning sport kompetensiyalarini rivojlantirish va ijtimoiy moslashuviga yordam berish.

Pedagogik usullar:

- individual va differensial yondashuv asosidagi mashg'ulotlarni tashkil etish;
- o'yin va interfaol mashq usullaridan foydalanish;
- muammoli-topshiriqli sport mashqlarini qo'llash;
- talabaning o'zini baholash va o'z ustida ishlash faoliyatini rivojlantirish;
- rag'batlantirish va shaxsiy maqsadlarni belgilash mexanizmlaridan foydalanish.

Shaxsga yo'naltirilgan ta'lim konsepsiyasi jismoniy tarbiya va sport jarayonida talaba shaxsining individual xususiyatlari, ehtiyoj va qiziqishlarini asosiy mezon sifatida belgilaydi. Ushbu yondashuvning pedagogik boshqaruv mexanizmlari talabalarda ichki motivatsiyani rivojlantirish, o'z-o'zini boshqarish ko'nikmalarini shakllantirish, jismoniy imkoniyatlar va sport tayyorgarligi darajasiga moslashtirilgan mashg'ulotlarni loyihalashni o'z ichiga oladi. Mazkur boshqaruv jarayonida murabbiyning vazifasi buyruq beruvchi subyektdan ko'proq maslahat beruvchi, yo'naltiruvchi va rag'batlantiruvchi rolga o'tishi bilan tavsiflanadi.

Sport faoliyatini tashkiliy-didaktik jihatdan to'g'ri yo'lga qo'yish esa mazkur jarayonning samaradorligini belgilovchi muhim omildir. Uning tuzilmasi quyidagi tarkibiy qismlarda namoyon bo'ladi:

Maqsad: talabalarda jismoniy madaniyat, sport ko'nikmalari, sog'lom turmush tarzi kompetensiyalarini shakllantirish.

Mazmun: individual rivojlanish trayektoriyasiga asoslangan mashg'ulot dasturlari, nazariy va amaliy bilimlarning uyg'unligi.

Metodlar: interfaol, o'yin, kompetensiyaga yo'naltirilgan, differensial va individual yondashuvga asoslangan treninglar.

Vositalar: zamonaviy sport anjomlari, axborot-kommunikatsiya texnologiyalari, monitoring va baholash tizimlari.

Shakllar: sport to'garaklari, kichik guruhlar, mustaqil tayyorgarlik mashqlari, sport musobaqalari va loyihaviy faoliyat.

Baholash tizimi: talabaning shaxsiy yutuqlar portfeli, jismoniy tayyorgarlik dinamikasi, o'zaro va o'zini baholash mexanizmlariga tayangan diagnostika.

Ushbu tashkiliy-didaktik tuzilma shaxsga yo'naltirilgan pedagogik boshqaruv bilan uyg'un qo'llanilganda talabalar sport faoliyatida yuqori natijalarga erishish bilan bir qatorda jismoniy madaniyatning ijtimoiy-psixologik ahamiyatini anglaydi, mustaqil sport faoliyatini tashkil etish ko'nikmalarini rivojlantiradi.

Shuni ham alohida aytib o'tishimiz lozimki, ijtimoiy-kommunikativ komponentlar jismoniy tarbiya va sport jarayonida talaba shaxsining jamoadagi o'zaro munosabatlari, muloqot madaniyati va ijtimoiy faoliyatda ishtirok etish qobiliyatlarini belgilovchi tarkibiy jihatlar tushuniladi.

Bu jihatlarini quyidagi mazmun bilan ilmiy uslubda ifodalash mumkin:

Ijtimoiy-kommunikativ komponent talabaning sport faoliyatida jamoadagi o'rni, o'zaro hamkorlik qilish, muloqot olib borish, yetakchilik va konfliktlarni boshqarish qobiliyatlarini aks ettiradi.

Ushbu komponent quyidagi ko'rsatkichlar orqali tavsiflanadi:

Jamoda ishlash ko'nikmalari. Sport mashg'ulotlari jarayonida hamkorlik, mas'uliyatni bo'lishish, vazifalarni adolatli taqsimlash.

Muloqot madaniyati. O'yin paytida maqsadga yo'naltirilgan kommunikatsiya, fikrni aniq ifodalash, tinglash va o'zaro fikr almashish qobiliyatlari.

Sport etikasiga rioya qilish. Qoidalariga amal qilish, hurmat, halollik, raqibga nisbatan adolatli munosabat.

Liderlik va tashabbuskorlik. Jamoda yetakchi rolini bajara olish, ijobiy ruhiy muhit yaratish.

Konfliktlarni boshqarish. To'qnashuvlarni tinch yo'l bilan bartaraf etish, emotsiyalarni nazorat qilish.

Sport kompetensiyalari bu talabaning sport faoliyatida muvaffaqiyatli ishtirok etishi uchun zarur bo'lgan bilim, ko'nikma, malaka, shaxsiy sifatlar va tajribalar majmui hisoblanadi. Ular sport mashg'ulotlari jarayonida jismoniy, psixologik, ijtimoiy hamda intellektual jihatdan tayyorgarlikni ta'minlaydi.

Ilmiy talqinda sport kompetensiyalari quyidagilarni o'z ichiga oladi:

Nazariy bilimlar - sport asoslari, sog'lom turmush tarzi, mashg'ulotlar metodikasi, xavfsizlik qoidalari bo'yicha bilimlarga ega bo'lish.

Amaliy harakat ko'nikmalari - texnik-taktik usullarni puxta egallash, jismoniy sifatlarini (kuch, chidamlilik, tezlik va boshqalar) rivojlantirish.

Shaxsiy-axloqiy fazilatlar - mas'uliyat, intizom, iroda, halollik, sport etikasi talablariga rioya qilish.

Ijtimoiy-kommunikativ qobiliyatlar - jamoda ishlash, muloqot qilish, hamkorlik, o'zaro yordam va liderlik ko'nikmalari.

Refleksiv va o'zini boshqarish qobiliyatlari - o'z faoliyatini tahlil qilish, maqsad qo'yish, o'z ustida ishlash, emotsiyalarni nazorat qilish.

Sport kompetensiyalari talabada sport madaniyatini shakllantiradi, sog'lom hayotga intilish va barqaror jismoniy faollikni ta'minlaydi.

So'nggi yillarda Yangi O'zbekiston taraqqiyot strategiyasining ustuvor yo'nalishlaridan biri sifatida aholining, ayniqsa yoshlarning jismoniy tarbiya va sport bilan muntazam shug'ullanishini ta'minlash, sog'lom turmush tarzini keng targ'ib qilishga alohida e'tibor qaratilmoqda. Bu jarayon jismoniy tarbiya va sport sohasini rivojlantirish ko'rsatkichlarining sezilarli yaxshilanishiga olib kelmoqda. Mazkur islohotlar sport to'garaklarini talabalarning jismoniy madaniyatini shakllantirishda muhim pedagogik maydon sifatida tan olinishiga xizmat qilmoqda.

Shaxsga yo'naltirilgan ta'lim texnologiyalariga asoslangan holda talabalarning jismoniy madaniyatini rivojlantirish mazkur jarayonning tarkibiy tuzilishini aniqlashni talab qiladi.

Tadqiqotimizda jismoniy madaniyatni quyidagi zaruriy komponentlar orqali izohlash maqsadga muvofiq deb topildi: motivatsion, shaxsiyatli-axloqiy, jismoniy, axborotli, operatsion va refleksiv komponentlar.

Motivatsion komponent talabaning sport faoliyatiga bo'lgan ehtiyoji, ichki rag'bat va qiziqishlarini ifodalaydi. "Sport bilan shug'ullanish" metodikasi asosida talabalarda sportga yo'naltirilish uch darajada namoyon bo'lishi aniqlandi: jismoniy sog'lomlashtiruvchi, yarim sportli va sport darajalari.

Shaxsiyatli-axloqiy komponent talabaning sportga bo'lgan barqaror ijobiy munosabati, musobaqalardagi irodaviy xulq-atvori, o'ziga ishonchi va psixologik barqarorlik darajasini belgilaydi. Bu komponent "O'zidagi ishonch testi", "Shaxsiyatli xavotir" va "Irodaviy sifatlar" metodikalari asosida baholandi.

Jismoniy komponent organizmning ishlash qobiliyati, jismoniy rivojlanish ko'rsatkichlari va harakat sifatlarini o'z ichiga oladi.

Axborotli komponent jismoniy kamolot nazariyasi, sport mashg'ulotlari asoslari, gigiyena talablarini bilish va amalda qo'llay olishni anglatadi.

Operatsion komponent harakat ko'nikmalari, texnika, taktikani o'zlashtirish va mashg'ulotlarni mustaqil tashkil etish imkoniyatlarini qamrab oladi.

Refleksiv komponent shaxsning sport jarayonidagi o'z imkoniyatlarini baholashi, maqsadlarni mustaqil belgilashi, sportdagi o'rni va rolini anglashiga xizmat qiladi.

Mazkur komponentlar sport to'garaklari jarayonida shaxsga yo'naltirilgan ta'lim texnologiyalarini qo'llash orqali talabaning sportga integratsiyalashuv darajasini oshiradi. Ular jismoniy sifatlarining kompleks rivojlanishiga, sport kompetensiyalari hamda sog'lom turmush tarzini egallashga bevosita ta'sir etadi.

Ilmiy-metodik manbalar tahlili shuni ko'rsatadiki, talabalarning jismoniy madaniyat rivojlanishi mezon va ko'rsatkichlarini aniqlash, shuningdek ularga mos baholash metodikalarini ishlab chiqish borasida hali yechimini kutayotgan masalalar mavjud. Shu bois tadqiqotimizda sport to'garaklari orqali jismoniy madaniyat komponentlari, mezonlari va ko'rsatkichlari ishlab chiqildi hamda o'quv-amaliy jarayonda sinovdan o'tkazildi.

Natijalar shuni tasdiqladiki, shaxsga yo'naltirilgan ta'lim texnologiyalarini sport to'garaklari tizimiga joriy etish talabalarning jismoniy madaniyatini kompleks rivojlantirishda yuqori samaradorlikka ega bo'lib, jismoniy rivojlanish, sportga qiziqish, irodaviy sifatlar va o'z-o'zini baholash darajalarining sezilarli oshishiga olib keladi.

Sport to'garaklari jarayonida talabalarning jismoniy madaniyatini rivojlantirishning har bir komponenti tegishli diagnostik mezonlar asosida baholanadi. Ushbu baholash integratsiyalangan yondashuv orqali amalga oshiriladi. Ya'ni, har bir komponentning rivojlanish darajasi uning tarkibiy mezonlarini yig'ma tahlili orqali, jismoniy madaniyatning umumiy shakllanishi esa barcha komponentlarning rivojlanish ko'rsatkichlari integratsiyalangan bahosi orqali aniqlanadi.

Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatadiki, sport tayyorgarligining barcha bosqichlarida motivatsion, shaxsiy-axloqiy, jismoniy, axborotli, operatsion va refleksiv komponentlarni uyg'unlashtirilgan holda rivojlantirish zarur. Bu o'quv jarayonining barcha tarkibiy turlariga shaxsga yo'naltirilgan ta'lim texnologiyalarini samarali mujassam etishni talab etadi.

Sport to'garaklari orqali jismoniy madaniyatni shakllantirish muammosi dolzarb bo'lib, tanlangan sport turi asosida talabalarni jismoniy tarbiyalashning maqsadli, mazmunli va tashkiliy-metodik jihatdan puxta yo'lga qo'yilishini taqozo etadi. Bunda o'quv mashg'ulotlarining texnologik ta'minoti ham muhim o'rin tutadi.

Talabalarni sportga bo'lgan munosabatini aniqlash, ularning sport faoliyatiga qiziqishlari va ehtiyojlarini o'rganish, sport mashg'ulotlarini yanada samarali tashkil etishga yordam beradi. Bu jarayon ularni muntazam jismoniy mashqlarga ongli ravishda jalb etish, sog'lig'iga mas'uliyatli munosabatni shakllantirishga xizmat qiladi.

Talabalarining sportning ayrim yo'nalishlariga bo'lgan qiziqishlari va ehtiyojlariga tayangan holda, ularni ixtiyoriy sport to'garaklariga birlashtirish va sport musobaqalarida ishtirokini rag'batlantirish mumkin. Bularning barchasi ta'lim muassasalarida sport to'garaklari faoliyatini ilg'or pedagogik texnologiyalar asosida tashkil etish uchun zarur shart-sharoit yaratadi va jismoniy madaniyatning izchil rivojlanishini ta'minlaydi.

Xulosa sifatida ta'kidlash joizki, sport to'garaklari talaba-shaxsning har tomonlama rivojlanishiga kompleks tarzda ijobiy ta'sir ko'rsatadi. Ushbu jarayon nafaqat jismoniy tayyorgarlikni, balki hayotiy ko'nikma va malakalarning shakllanishini, ma'naviy-axloqiy hamda aqliy o'sishni qo'llab-quvvatlaydi. Sport faoliyati talabalarda mardlik, iroda, ruhiy barqarorlik, o'z-o'zini boshqarish, maqsadga intilish kabi irodaviy fazilatlarini mustahkamlaydi.

Shuningdek, sport jamoaviylik muhiti orqali o'zaro hurmat, do'stlik, hamkorlik, oliyanoblik va halollik tuyg'ularini rivojlantiradi. Baynalmillik ruhini singdirish, ijtimoiy faollikni kuchaytirish ham sportning muhim tarbiyaviy funksiyalaridan biridir.

Sport faoliyati keng ma'noda sog'lomlashtirish vositasi bo'lib, faol dam olish, emotsional yengillik va jo'shqin hordiqni ta'minlaydi. Bu esa sog'lom turmush tarzining asosiy tarkibiy qismi hisoblanadi. Shu bois sport to'garaklarini shaxsga yo'naltirilgan ta'lim texnologiyalari asosida tashkil etish talabalarda jismoniy madaniyatni izchil rivojlantirish va ularni kelajak hayotiga sog'lom, faol hamda ma'suliyatli shaxs sifatida tayyorlashning muhim omilidir.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Алексеев Н.Г. Проектирование и рефлексивное мышление // Развитие личности. – 2002, №2. – С. 85 - 103.
2. Xamroyev S.S. "Sport to'garaklari orqali o'quvchilarning jismoniy madaniyatini rivojlantirish". Pedagogika fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD) dissertatsiyasi. Samarqand-2022 y. 163 b.

3. Хазиахметова М.С., Ханкельдиев Ш.Х. Особенности физического воспитания студенческой молодёжи. // Мат. межд. научн. метод. конф. Казань – 2003. С-236.



INNOVATIVE
ACADEMY