

**UMUMTA'LIM MAKTABLARDA O'QUVCHILARNING JISMONIY TA'LIM
SAMARADORLIGINI NAZORAT QILISH METODLARINING
TAJRIBAVIY ASOSLANISHI**

Hamdamova Mahliyo Nizomovna

*Buxoro davlat uneverstetiga qarashli
pedagogika inistituti
2-bosqich magestranti*

Annotatsiya: *O'yin va bolalik ajralmasdir. Sotsiologlarning fikricha, sport va harakatlanuvchi o'yinlar bolalar va o'smirlar manfaatlarining eng yuqori darajada, agar kitoblar va filmlar ular bilan raqobatlasha olmasalar. Televizorni tobora kuchayib borayotgan jangovar janglar, u erda asosiy qurol harakatlanadigan o'yinlar. Maktablar, sport oilalari, kashshof lagerlari va hovlisi. Saytlardagi kurashning jazirama issiqiga ko'ra, stendlarda his-tuyg'ularni chayqash, halol raqobat ruhi, bu kichik janglar katta yoshdagi kattalar musobaqalaridan deyarli past emas. Zamonaviy hayotning ritmining ko'tarilishi pedagogikadan oldin o'sishning ko'tarilishi pedagogikadan oldin, vazifa kollektiv printsiplar, yosh avlodning jismoniy va axloqiy fazilatlarini o'qitish uchun o'yindan yanada faol foydalanmoqda.*

Kalit so'zlar: *sport, maktab o'quvchilari, kollektiv printsiplari, jismoniy va axloqiy fazilatlar, o'qitish.*

Maktab o'quvchilari orasida bir o'yinlar bo'yicha keng tarqalish bo'yicha ommaviy raqobatlashdi. O'yin nima? Katta Sovet Entsiklopediya bu savolga quyidagicha mos keladi: "O'yin, samarasiz faoliyat turadi, bu erda sabab bo'lsa, lekin bu jarayonning o'zi. O'yin insoniyat tarixi davomida insoniyat bilan birga, sehr, diniy xatti-harakatlar bilan bog'liq: sport, harbiy va boshqa mashg'ulotlar. O'yinning o'qitish va dam olish bilan munosabatlari bir vaqtning o'zida, faoliyatning amaliy faoliyatida hal qilinishi qiyin yoki imkonsiz bo'lgan mojarolarni taqlid qilish qobiliyati tufayli bir vaqtning o'zida qiyin yoki imkonsizdir. O'yin nafaqat jismoniy tarbiya, balki kelajakdagi hayotiy vaziyatlarga psixologik tayyorgarlik vositasi hamdir. Shiller: "Biror kishi erkak so'zining to'liq ma'nosi ostida o'ynaydi va u faqat u o'ynayotganida faqat odam." Psixologiyada o'yinlarning birinchi asosiy tushunchasi nemis filialsufasi va psixolog gosom (1899) tomonidan ishlab chiqilgan. Hayvonlar o'yinlarida u kelajakdagi hayot sharoitlariga instinktlarning dastlabki moslashuvini ko'rdi. Ichki psixologiyada o'yinga yondashuv ijtimoiy-tarixiy hodisa (L. Vygotskiy, A.N. Leontyev, D. B) va boshqalar sifatida ishlab chiqilgan. Xususan, bolalar

o'yinlari bolani insoniyat harakatlari dunyosiga kiritish va ijtimoiy rivojlanishning bunday bosqichida, yuqori darajada rivojlangan mehnat shaklida, unda to'g'ridan-to'g'ri ishtirok etishni imkonsiz holga keltiradi. Kultivatsiya holatini kattalar bilan birga yashash istagi bilan shakllantiriladi. Pedagogik lug'at Bolalar va sport o'yinlarining ta'rifini beradi: "Bolalar o'yinlari asosiy faoliyat va bolalarni tarbiyalashning eng muhim vositasidir." Ichki psixologiya va pedagogika bolalarning o'yinlarining o'ziga xos shakli sifatida bolalarning atrofidagi munosabatlarning o'ziga xos shakli sifatida ko'rib chiqmoqda. Har qanday o'yin uchun zavq va o'yinchilarning hissiyot ohangi tavsiflanadi. Maktab yoshidagi sport o'yinlarida maxsus o'rinni egallaydi, bu bolalarning turli xil tuman faoliyatini tashkil etishning bir usuli bo'lgan. Rossiyaning inqilobiy progressiv o'qituvchilari o'yinga katta ahamiyatga ega. K.D. Ushinskiy o'yinni juda yuqori baholadi, chunki bolaning havaskorligi va ijodkorlikining ifodasi sifatida. P. Lesgafal uni jismoniy tarbiya vositasi sifatida ilgari surdi. Bolaning shaxsiyatini shakllantirishda o'yinning katta roli va uning kommunistik tarbiyalashida N.K. Krupskaya, A.S. Makarenko, o'yinda ham katta yoshdagi bolalarning hayotini pasaytirish kerakligini ko'rsatdi. O'yinlar sport musobaqalar shaklida o'tkaziladigan mobil o'yinlardir. Ushbu o'yinlar quyidagilardan iborat: voleybol, basketbol, qo'lda to'p, futbol, xokkey va boshqalar. Sport o'yinlari asosan jamoalarni o'ynaydi, shaxsiy musobaqalar faqat tennis va shaharlarda. Turli xil kombinatsiyalarda turli xil harakatlar bilan tavsiflanadi, mushaklarning yuqori intensivligi bilan ajralib turadi, bu o'yinda yuzaga keladigan vazifalarni doimiy ravishda o'zgartiradi, bu o'yinda yuzaga keladigan vazifalarni, jamoaviy harakatlar, umumiy manfaatlariga bo'ysunadi jamoa, yuqori hissiyotlar. Ushbu sport o'yinining ushbu xususiyatlari tufayli samarali vosita Maktab o'quvchilarining jismoniy tarbiya. Ular axloqiy tarbiya, kollitivism, kuz, parvarishlash istagi, sabr-toqat va boshqalar kabi fazilatlarni rivojlantirishga hissa qo'shadilar. Sport o'yinlarining darslari jismoniy tarbiya darslarida, maktabda sport bo'limlarida o'tkazilgan paytlarda o'tkaziladi. Voleybol, basketbol, qo'lda qo'llar jismoniy madaniyatda dasturga kiritilgan. Maktab o'quvchilari bolalar sport maktablari, pianino saroylari bilan shug'ullanishadi. Raqobat natijalari bo'yicha sportning mahorati va rag'batlantirilishini baholash uchun ishtirokchilarga sport zimmasiga yuklangan. O'yinlar, shu jumladan sport, bolalarning jismoniy tarbiya tizimida juda hurmatli joy beriladi. Bolalar uchun sport o'yinlari bolalar, farovonlik, ma'rifiy va ta'lim mazmuni yaxshi ma'lum ekanligi yaxshi ma'lum ekanligi yaxshi. Anatomiya-fiziologik va psixologik xususiyatlarga muvofiq barcha yoshdagi bolalar uchun o'yinlarni tanlashning keng ehtimoli uzoq vaqt davomida shifokorlar va o'qituvchini jalb qildi (E.A. Pokrovskiy,

1888, 1901; M.V. Leukin, 1947; Vt Yakovlev va boshqalar). Maxsus e'tibor o'yinlarda to'plangan va sistedatsiya qilingan o'yinlarga loyiqdir. P. LESGAFeta "Bolalar jismoniy tarbiya bo'yicha ko'rsatmalar maktab yoshi", 1901 p. p. Lesgafa, bolalarning xatti-harakatlari va odatlari asosini tashkil etadigan harakatlarga qarshi bo'lgan harakatlar bilan shug'ullanadigan o'yin o'yinlarida haqli ravishda ko'rdi. Shu nuqtai nazardan, u "o'yin - bu bola hayotga tayyorlanayotgan jismoniy mashqlardir" deb ishonadi. To'g'ri tashkil etilgan o'yinlar halollik, halollik hissi, sheriklik hissi, jamoaning umumiy foydasiga shaxsiy intilishlarga ega bo'lish qobiliyatiga xizmat qiladi. O'yin jarayonida jiddiy o'quv ahamiyatiga ega bo'lgan jismoniy mashqlar qo'llaniladi. Harakatlanayotgan o'yinlar va ularning elementlari nafaqat maktab o'yinlarining boshlanishiga emas, balki maktab yoshidagi bolalar uchun o'qitishning barcha davrlarida foydalanish kerak, texnik va funktsional imkoniyatlarni kengaytirish. Ilmiy adabiyotda o'quv va kognitiv faoliyatni kuchaytirish uchun ko'plab tartiblovchi o'yinlar taklif etildi, ammo, afsuski, biz mashqlar, ta'lim, ta'lim vazifalarini hal qilish uchun juda kamdan-kam hollarda ular kamdan-kam hollarda foydalaniladi. Maktab o'quvchilari uchun mo'ljallangan dastur individual texnik usullarni tayyorlash (uchish-qo'nish yo'lagidan uzunroq sakrash va boshqalar) talabalarning manfaatlarini jismoniy tarbiyagacha bo'lgan qiziqishni kamaytiradigan darajada aks ettiriladi. Maktab o'qituvchilarining tajribasi har bir sinfda o'yinlarning faoliyatini kiritish foizlar va darslarga bo'lgan ijobiy munosabatlarga qo'shilishiga yordam beradi. Jismoniy madaniyat saboqlarida ijobiy motivatsiyani shakllantirish uchun shartlar. Ichki psixologlar va o'qituvchilar ishlarida sabablar va boshqa sabablarning mohiyatini (Le.n. Leonbobi, Leonobiev, L.m. Ja.M. Slavbina, L.M. Slavbina va boshqa sabablarning mohiyatini o'rganishdi (PM Yakobson, RA Zhdanova)), maktab o'quvchilarining motivatsiyasining ta'lim xususiyatlari aniqlandi (VM Antipova, M.7. Alekseeva). Motoliyat tushunarli, insoniy harakat manbai sifatida tushuniladi (Z.I. ravkin). Harakatni yoki shaxsning maqsadga erishish uchun, uni maqsadga erishish yo'llarini tanlash, uni maqsadga erishish uchun yo'l tanlash, maqsadga erishish uchun. L.Iga ko'ra. Bojovich, motivlik insonning xatti-harakati, keyinchalik ushbu faoliyatdan farqli o'laroq, ushbu faoliyat yo'naltirilgan maqsaddan farqli o'laroq, bu faoliyat ko'rsatayotganidan farqli o'laroq. P.M. Jacobson maqsadli harakatlarni amalga oshirishga hissa qo'shadigan jarayonning tarkibiy qismi sifatida niyatni belgilaydi. Merlin vs Belgilangan: "Mo'tal vaziyatda aniq harakatlarga sababdir." Uning fikricha, harakatlarning maqsadli tabiati sabablarga bog'liq. A.N. Leontyev motani "ob'ekt" sifatida tushunadi, ular bir yoki boshqa ehtiyojga javob beradigan

va inson faoliyatini rag'batlantiradi. A.I nuqtai nazaridan motivlar. Leontiev, ikki tomonlama funktsiyani bajaring. Birinchidan, ular faoliyatni rag'batlantiradi va yuboradi, ikkinchidan, ular faoliyatning shaxsiy mazmunini biriktiradi. Binobarin, niyat jihatdan aniqlanadi. U niyatsiz hech qanday faoliyat yo'qligini tushuntiradi. Faoliyat sabablarini aniqlash zarur, chunki Ular erkakni tashkil qiladi: "Ish beruvchiga amal qiladigan sabab - hech bo'lmaganda uning Ibtidoida, shuningdek, fe'l-atvorining kelajakdagi xususiyati, shuningdek, xarakterli sabablarga ko'ra, hayot sharoitlarini olgan. va tirik yo'l va maxsus samaradorlik va barqarorlik bo'yicha ta'lim (Rubinshteyn C.). Motivlarning mohiyatini tushunish bo'yicha marksist nuqtai nazaridan, D.N. Leontyevning fikricha, sabablarning rivojlanishi insoniy munosabatlarni dunyoga rivojlantirish bilan belgilanadi. Mashqning ijobiy motivatsiyasi ostida P.M. Jacobson talabaning fuqarolik va axloqiy niyatlari bilan bog'liq bo'lgan motivatsiyani tushunadi. Aniq faoliyatni rag'batlantiruvchi sabablar mashg'ulot faoliyatidan tashqarida birlashtirilib, shaxsga ijtimoiy intilishlar bilan belgilanadi. Ruhij jihatdan qat'iyon muhim o'rinni egallagan bu intilishlar, shuningdek, uning ichki dunyosining ichki dunyosini yaratishda qiyinchiliklar bilan tanishishda talabalarning sa'y-harakatlarini tashkil etishda, o'qitish jarayonida, o'qitish jarayonida, o'qitish jarayonida bu intilishlar boshlanayotgan bu intilishlar boshlanmoqda. - tangliklarga tayyorlikni shakllantirishda, vaqt va kuchning narxiga tushishlar va istaklarning ierarxiyasi. Ushbu motivatsiya keng ijtimoiy naqshlar bilan belgilanadi. Shartli ravishda nomlangan motivatsiyaning boshqa turi. Jacobson "salbiy" noqulaylik, muammo tug'dirishi bilan bog'liq. V.S. Ilin "harakatni motivatsiya qilish" motivatsiyasining ushbu turini chaqiradi. Tadqiqotda I.i. Bozovich va uning talabalariga sabablarni rivojlantirishning ikkita usuli ko'rsatilgan. Buning usullaridan biri, mototlar tashqi tomondan so'riladi va keyinchalik shaxsiyatning mulkiga aylanadi. Ikkinchisi, faoliyat jarayonida motiflar yuzaga kelganda. Shu bilan birga, motivatsion sohaning tuzilishini rivojlantirish alohida ahamiyatga ega, ya'ni "o'zaro aloqa va motiflarning nisbati va motiflarning nisbati". Yosh avlod salomatligini saqlash va mustahkamlash muammosi zamonaviy jamiyatning eng muhim muammolaridan biridir. Bugungi kunga qadar ommaviy axborot vositalarida ko'pincha sog'lomlar uchun juda yaxshi ko'rinadi, ammo haqiqiy statistika yoshlar salomatligining yomonlashishi, yurak-qon tomir patologiyasi va yuqumli kasalliklarning kuchayishi. Bundan tashqari, ilmiy-texnik rivojlanishning zamonaviy darajasi, urbanizatsiya, konfor surunkali "motorli ochlik" sababi. Talabalar, ayniqsa, mashg'ulotlarning boshlang'ich bosqichida yoshlarning eng zaif qismidir, chunki O'quv yukini ko'payish, kam

motorning past faolligi, talabalar hayotining nisbiy erkinligi, ijtimoiy va shaxslararo aloqa muammolari bilan bog'liq bir qator qiyinchiliklarga duch keladi. Albatta, jismoniy tarbiya dasturlari tashqi niyatlardan foydalanishni ta'minlaydi. Biroq, o'quv jarayonining qurilishi faqat talabalarning manfaatlariga mos bo'lmagan tashqi ko'rsatkichlarning yo'nalishi bilan bog'liq bo'lib, salbiy motivatsiyani keltirib chiqaradi, I.E. Jismoniy tarbiya bilan shug'ullanishga chidamli istamaslik. Aksincha, talabalarning qiziqishi va ehtiyojlarini hisobga olgan holda o'quv dasturi, shuningdek jismoniy tarbiya va individual imkoniyatlar darajasini hisobga olgan holda, jismoniy tarbiya darslari uchun ijobiy motivatsiyani shakllantirishga hissa qo'shadi, muammolarni hal qiladi Davomat, ishlash, talabalarning shaxsiy yutuqlari o'sishini kafolatlaydi va kelajakdagi hayotdagi boshqa mustaqil jismoniy ta'lim mashqlariga olib keladi. Shuning uchun, agar universitetda o'quv jarayoni tashkil etilgan bo'lsa, jismoniy tarbiya mashg'ulotlari shaxsiy ma'noga ega, barqaror qiziqish uyg'otadi, keyin bunday universitet talabalari ijobiy motivatsiyaga ega, I.E. Shaxsning ichki ehtiyojlarida siz tashqi belgilangan faoliyatning tashqi ehtiyojlarini o'zgartirish haqida gaplashishingiz mumkin. Talabalarga jismoniy madaniyat va sportga bo'lgan qiziqishni shakllantirish - bu jarayon shubhasiz qiyin. An'anaga ko'ra, o'quvchilarning jismoniy madaniyat va sportga nisbati sabab bo'lgan omillar:

- o'qituvchining shaxsiyati;
- universitetning o'quv jarayonida jismoniy ta'limni egallaydigan joy;
- zamonaviy sport bazasi, sport uchun inventarizatsiya va uskunalarning mavjudligi;
- talabalar manfaatlariga mos keladigan turli sport turlari bo'yicha bo'limlar mavjudligi;
- jamoa jamoalarining sport orqali mavjudligi va universitetlararo, shahar va xalqaro musobaqalarda muvaffaqiyatlarning muvaffaqiyatli bo'lishi;
- talabalar va universitet bitiruvchilarining sport yutuqlari (axborot stendlari va galereya yutuqlari) misollari mavjudligi Ilmiy-ma'rifiy adabiyotlar tahlili, jismoniy tarbiya mashg'ulotlari uchun quyidagi sabablarni ajratishga imkon beradi:
 1. Ma'muriy motiflar: Kredit yoki imtihonni olish va universitet va universitet ma'muriyati bilan mojarolardan qochish.
 2. Sog'lomlik motiflari:sog'lom turmush tarzini shakllantirish va saqlash, sog'liqni saqlash va kasalliklarning oldini olish.
 3. Motor-faollik motiflari:rivojlanish, barcha organizmlarning malakalari, birinchi navbatda yurak-qon tomir va nafas olish.

4. Raqobatbardosh raqobatbardosh naqshlar: O'rtoqlarning yutuqlari bilan taqqoslaganda o'z sport yutuqlarini yaxshilash istagi.

5. Estetik motiflar:tashqi ko'rinish, "muammoli joylar" fizikasini takomillashtirish, harakatlarning plastiksining ko'payishi, tendentsiyada bo'lish istagi, tendentsiyada bo'lish istagi.

6. Aloqaviy motif:o'z teng sport manfaatlariga asoslangan tengdoshlar bilan aloqa.

7. Kasbiy yo'naltirilgan motiflar:yaqinlashib kelayotgan ish uchun jismoniy tayyorgarlikni oshirish.

8. Hissiy motiflar:o'ziga bo'lgan ishonchni oshirish, aqliy va hissiy stressni olib tashlash, stressning oldini olish, jismoniy faoliyatdan zavq olish.

9. Holat motiflari:yuqori natijalarga erishilganda shaxsiy holatni yaxshilash. Motivatsion jarayonning psixologik tarkibiy qismini o'rganib, jismoniy madaniyat darslari uchun asosiy sabablarni ta'kidlab, biz shoshilinch talabalarni o'tkazishni maqsadga muvofiq deb topdik. Buning uchun anketa, javobni tanlash imkoniyatiga ega bo'lgan 5 ta savolni o'z ichiga olgan so'rovnomani ishlab chiqildi. Tadqiqotda SGEUning ikkinchi kursining 58 talabasi, shundan 39 nafari (67%) va 19 nafar o'g'il (33%) ishtirok etdi. Jismoniy tarbiya darslariga dominant niyatlarining tuzilishi tahlili shuni ko'rsatdiki, talabalar uchun ustuvorlik, shuningdek, estetik (27%), shuningdek sinovni olish (19%) va jismoniy bo'lish uchun ma'muriy harakat bo'lish muhimdir yaxshilanish (13%). Raqobatbardosh va raqobatbardosh, maqom, hissiy va kommunikativ niyatlar dominant yoki ko'rinmaydigan yoki biroz ifodalanmagan.

ADABIYOTLAR RO'YXATI:

1. Talabalarda jismoniy madaniyat darslarining motivatsiyasini shakllantirish / V. V. Graxeva // Jismoniy madaniyat va SAT integratsiyalashuvi: fan va amaliy integratsiya. Ilmiy San'at. Vol.

2. Saratov: fan, 2009. 6 p. 2. Kasatkin, A. A. A. A. A. A.A. Kasatkin, O. V. Yakubovskaya, O. V. Yakubovskaya, V. On. Interddlar Balki - MGG, 2002. - Ch. II. 117-20 p.

3. Nikolaev P.P., Belova Y.V.. Talabalarni sog'lom turmush tarziga motivatsiya // fundamentalning amaldagi yo'nalishlari: II xalqaro ilmiy va amaliyot materiallari. Konferentsiyalar, 10-11 oktyabr. 2013 yil Moskva. - 60-63-p.

4. Nikolaeva I.V., Shixovtsova L.G., Nikolaev P.P. Sog'lom turmush tarzini shakllantirishning ba'zi jihatlari: Yoshlarning jismoniy tarbiya individual

ko'rsatmalari: Rossiyaning jismoniy tarbiya sohasidagi ko'rsatmalar: Rossiyaning jismoniy ta'lim sohasidagi ilmiy-amaliy anjuman, Samara. - 62-65 bet.

5. Piskaykina m.n., Smirnova W.V., Lagutenkov V.G. Sog'lom turmush tarzini oshirish // Izvestiya SGeu menejment tizimlari instituti. - 2015 yil. № 1 (11). - 61-64 bet.

6. Sirvacheva I.S.S.S. Tinglovchilarning mustaqil jismoniy va maxsus tayyorgarligi (talabalar). / I. Syzwacheva, ya.k. Yakubovskiy ya.k. va boshqalar // darlar (Grafik TVM rmm). Vladimirostok.- 2001. - 104 p.