

МАВЗУ: Жисмоний маданият дарсларидат алаба-ёшларни ҳар тамонлама ривожлантиришнинг педагогик психологик хусусиятлари.

*Сам ИСИ Жисмоний маданият кафедраси.
Ўқитувчиси Коссе Рулен Бекирович.*

Аннотация

Мақолада: Талаба-ёшлар ўртасида педагогик ва психологик ривожлантириш, соғломлаштирувчи жисмоний машқлар билан шўғурланиш орқали улар ўртасида жисмоний тарбия ва спортга бўлган қизиқишини ортириш жисмоний машқлар орқали спортнинг, барча турлари билан мунтазам равишда шуғуланиб юксак натижаларга эришишдан иборатдир.

Аннотация

В статье описывается мысли о педагогическом и психологическом, значении физической культуры и спорта человека теоретические знания и познания, развития у студентов и молодежи физической культуры спорта в том числе некоторые пути и мысли по решению задач, и проблем.

Annotation

The article illustrates minds about knowledge and experience needing in social protection. Helping to population and improving extension in sphere of service and tourism. Some ways and thoughts for decision tasks and problems.

Keyword: Theoretic knowledge about tourism, thought, social protection, problems and decision, developing, scan knowledge.

Ключевые слова: Физическая культура, спорт, знания, мысли, познания проблема и решение, развитие, анализ знаний, педагогика, психология.

Калит сўзлар: Жисмоний маданият ва спорт, соғломлаштириш, чидамлик, эгилувчанлик, ўзига ишонч, жисмонан бақувват, тетик соғломлаштирувчи машқлар, педагогика, психология.

Ўзбекистонда мустақиллик сиёсати тарбиядан бошланади. Талаба-ёшларни баркамол қилиб тарбиялашда, комиллик сари интилиб яшаш барча сай-харакатлар ва эзгу амаларнинг асосини ташкил қилади. Жисмонан соғлом, маънан етук баркамол авлодни тарбиялаш масаласи мустақиллигимизнинг дастлабки кунлариданоқ устивор йўналиш деб эълон қилиниши муҳим вазифалардан бири бўлиб қолмакда. Ўзбекистон республикасида давлат таълим стандартлари дастурлари йўналишларида жисмоний маданият дарслари алоҳида ўрин тутди. Бугунки кунда республикамизда йуздан ортиқ таълим йўналишлари мавжуд бўлиб ҳар бир

таълим йўналишлари бўйича каспий мутахассисликлар таёрлашда жисмоний маданият дарс машғулотларини алоҳида ўрни борлигини кўрамиз. Ўқувчи талаба-ёшларни ҳар томонлама каспий мутахассисликка йўналтириш борасида педагогик ва психологик фанларни қўлланилиши ўқувчи талаба-ёшларни тарбиялашда алоҳида ўрин касб этади. Жисмоний таълим тарбия жараёнини ташкил этишда педагогик ва психологик тамойилларга асосланган ҳолда ташкил этилиб келиниши талаба-ёшларда ҳар томонлама мураккаб бажариладиган машқларга ишонч ҳосил қилади. Жисмоний тарбия машғулотларида олиб борилган кўзатишлар олий ўқув ютларида ташкил этилган жисмоний маданият дарс машғулотларини назорат остига олиб унда иштирок этаётган талаба-ёшлар томонидан жисмоний машқларни бажаришда педагогик тамойилларидан бири бўлган осондан-қийинга ўргатиш ва бажариш жараёнини қай даражада амалга оширилаётганлиги таҳлил этилди. Таҳлил натижалари шуни кўрсатмоқдаки, жисмоний маданият дарс машғулотларида оддий осон йўл билан бажариладиган жисмоний машқларни ўқувчи талаба-ёшлар ўртасида қийинчилар тўғдирмоқда, яъни бунда осон йўл билан бажариладиган жисмоний машқларни, удалай олишларини тагида сўзсиз талаба-ёшларни рўхий қобилиятлари етарли даражада шакилланганлигида деб биламиз.

Шунинг билан бир қаторда мураккаб гимнастик жихозларда, ва спорт ўйинларида мураккаб бажариладиган жисмоний машқларни талаба-ёшлар томонидан бажаришда кўрқув, тортинчоқлик, пассивлик, инжихлик, каби психологик хусусиятлар сезилиб туради. Жисмоний маданият дарс машғулотларида фаолият кўрсатиб келаётган талаба-ёшларнинг ёш хусусиятларини, унинг жинси, жисмоний таёргарлиги ва жисмоний ривожланганлиги натижасида мураккаб бажариладиган жисмоний машқларни кўрқмай эркин ҳолда бажарадиган талаба-ёшлар купчиликни ташкил этади. Олинган натижаларга кўра жисмоний маданият дарс машғулотларни ташкил этишда, авваламбор, талаба-ёшларни ҳар томонлама педагогик ва психологик тарбиясини ўрганиб чиқиб, шу асосида жисмоний маданият дарс машғулотларини ташкил этиш мақсадга мувофиқ бўлади. Чунки ҳар бир ташкил этилаётган жисмоний маданият дарс машғулотлари, ўз олдига педагогик ва психологик тарбиявий мақсадаларни қўяди. Юқорида зикир этилган жисмоний маданият дарс машғулотларини назорат қилганимизда, жисмоний маданият дарс машғулотларида педагогик ва психологик махсатлар амалга оширилаётганлигини гувоҳи бўламиз. Бундай йўсинда жисмоний маданият дарс машғулотларини ташкил этиш, талаба-

ёшларда машғулот жараёнида қўлланиладиган осон ва мураккаб бажариладиган жисмоний машқларни бажаришда қийнчиликлар туғилади.

Жисмоний маданият дарс машғулотларида педагогик ва психологик тамойиллардан фойдаланиш ва талаба-ёшларнинг қизиқишларидан келиб чиққан ҳолда жисмоний маданият дарс машғулотларини қизиқарли, самарали ва фойдали ташкил этишда қўйидагиларга эътибор беришларини тавсия этамиз.

1. Жисмоний маданият дарс машғулотларида педагогик ва психологик тарбия жараёнини ташкил этиш ва амалга ошириш.
2. Жисмоний маданият дарс машғулотларида осон ва мураккаб бажариладиган жисмоний машқларни бажаришда, талаба-ёшларни олдиндан педагогик ва психологик қобилиятларини ўрганиб чиқиш зарур.
3. Жисмоний маданият дарс машғулотларида талаба-ёшлар организмига тушадиган юкларни ҳар бир талаба жисмоний ривожланишига, жисмоний таёргарлигига ва ҳаракат фаолиятига қараб ташкил этиб бориш.

Талаба-ёшларни ҳар тамонлама касбий мутахассисликка йўналтириш борасида педагогик ва психологик фанларни қўлланилиши ўқувчи талаба-ёшларни тарбиялашда муҳим хусусиятлардан иборат эканлигини кўрамиз. Жисмоний тарбия машғулотлари жараёнини ташкил этишда педагогик ва психологик тамойилларга асосланган ҳолда ташкил этилиб келиниши талаба-ёшларда ҳар тамонлама мураккаб бажариладиган машқларга ишонч ҳосил қилади. Жисмоний тарбия машғулотларида олиб борилган кўзатишлар шуни кўрсатдики, ўқув ютларида ташкил этилган жисмоний маданият дарс машғулотларини назорат остига олиб унда иштирок этаётган талаба-ёшлар томонидан жисмоний машқларни бажаришда педагогик тамойилларидан бири бўлган осондан-қийинга ўргатиш ва бажариш жараёнини қай даражада амалга оширилаётганлиги таҳлил этилди.

Юқоридаги кўрсатиб ўтилган тавсияларни ҳар бир жисмоний маданият мутахассиси, жисмоний маданият таълим тарбия жараёнида қўллаб боришлари педагогик ва психологик тарбияни шакллантиришга олиб келади деб фикр билдирамиз.