



FAN, TA'LIM VA AMALIYOT INTEGRATSIYASI

ISSN: 2181-1776(E) | SJIF 2023: 6.907

¹Hotamov Mumin
Axmadovich

²Ergasheva Madina
Bahridin qizi

¹*Sh.Rashidov nomidagi SamDU Sport faoliyati fakulteti o'qituvchisi*

²*O'zbekiston-Finlandiya Pedagogika instituti, Aniq-tabiiy fanlar va jismoniy madaniyat fakulteti, Sport turlarini o'qitish metodikasi kafedra o'qituvchisi*

O'QUVCHI YOSHLARNI JISMONIY RIVOJLANISHI VA TAYYORGARLIK DARAJASINI ANIQLASH YO'LLARI

Annotatsiya. Maqolada o'quvchi yoshlarni jismoniy tayyorgarligi va jismoniy rivojlanishining mavjud monitoring tizimi samarali boshqaruv darajasini aniqlash yo'llari o'rganilgan.

Kalit so'zlar: umumiy o'rta ta'lim, jismoniy tarbiya, jismoniy tayyorgarlik, jismoniy rivojlanish, monitoring, maktab o'quvchilari.

Аннотация. В статье рассматриваются способы определения уровня эффективного управления существующей системой контроля физической подготовленности и физического развития школьников.

Ключевые слова: общее среднее образование, физическое воспитание, физическое воспитание, физическое развитие, мониторинг, школьники.

Annotation. The article examines ways to determine the level of effective management of the existing monitoring system of physical fitness and physical development of schoolchildren.

Key words: general secondary education, physical education, physical training, physical development, monitoring, schoolchildren.

Ta'lim tizimini takomillashtirishning asosiy vazifalaridan biri bu-o'quv jarayonini o'quvchilarning sog'ligi holatiga moslashtirishdir. Zamonaviy ta'lim innovatsion rejimda, ma'lumotlar hajmi muntazam ortib bormoqda, bu esa ta'limning haddan tashqari yuklanishiga, stressga olib keladi va o'quvchilarning sog'lig'iga salbiy ta'sir ko'rsatadi. Biroq, bolalarning sog'liq ko'rsatkichlari o'quv yil boshida qanday bo'lishini va ularni innovatsiyalar natijasida o'quv yili oxirida qanday natijaga ega



bo‘lishini nazorat qilish monitoringini olib borishni uzoq vaqt davomida o‘ylamagan edik.

Respublikamizda barcha darajalarda o‘quvchi-yoshlarni jismoniy tayyorgarlik va jismoniy rivojlanishi to‘g‘risidagi ma‘lumotlarni yig‘ish va qayd qilishning yagona elektron tizimi joriy qilinmagan, bu esa monitoringni amalga oshirish jarayonini ancha qiyinlashtiradi va uning sifatini pasaytiradi. Maktab o‘quvchilarining jismoniy tayyorgarligi va jismoniy rivojlanishi maktablarda ixtiyoriy shaklda yoziladi va ularning ko‘rsatkichlari turli hujjatlarda takrorlanadi, ma‘lumotlarni statistik qayta ishlash va taxlil qilish kog‘ozda amalga oshiriladi. Natijada maktab o‘quvchilarining jismoniy tayyorgarligi va jismoniy rivojlanishining mavjud monitoring tizimi samarali boshqaruv qarorlari qabul qilinishini ta‘minlamaydi.

Bugungi kunda o‘quvchilarning jismoniy rivojlanishi, jismoniy tayyorgarligi va funksional holatini monitoring qilish harqachongidan ko‘ra muhimdir. O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining 2018 yil 18-dekabrda “Yuqumli bo‘lmagan kasalliklar profilaktikasi, sog‘lom turmush tarzini qo‘llab quvvatlash va aholining jismoniy faolligi darajasini oshirish chora-tadbirlari to‘g‘risida”gi PQ-4063 sonli qarorida aholi salomatligi holatini monitoring qilishning yagona tizimini yaratish, zamonaviy axborot va innovatsion texnologiyalarni joriy etish bilan birga umrni uzaytirish va salomatlikni mustaxkamlashga oid aniq chora-tadbirlar ishlab chiqish va tavsiyalarni tadbiriq etish ko‘zda tutilgan. O‘zbekiston Respublikasi Vazilar Mahkamasining 2019 yil 13-fevraldagi “2019-2023 yillar davrida O‘zbekiston Respublikasida jismoniy tarbiya va ommaviy sportni rivojlantirish konsepsiyasini tasdiqlash to‘g‘risida”gi №118 son qarorida aholining barcha qatlamlarini, ayniqsa, yoshlarni jismoniy tarbiya va ommaviy sport bilan keng qamrab olishni ta‘minlaydigan innovatsion shakllar va mexanizmlarni ishlab chiqish va joriy etishni tashkil etish ustuvor vazifa etib belgilangan. Ushbu qarorlarni amalga qo‘llash uchun, birinchi navbatda, ta‘lim muassasalariga tegishli bo‘lgan monitoring quyi tizimini yaratish imkoniyatlariga e‘tibor qaratish zarur.

Tadqiqotning maqsadi. Maktab o‘quvchilarini ishlab chiqilgan monitoring qilish dasturi orqali jismoniy tayyorgarlik va jismoniy rivojlanish darajasini aniqlash va tahlil qilish. Tadqiqotni tashkil qilish uslublari. Maktab o‘quvchilarining jismoniy tayyorgarlik va jismoniy rivojlanish darajasini aniqlash va monitoring qilish dasturi Sharof Rashidov nomidagi Samarqand davlat universiteti jismoniy madaniyat fakulteti monitoring bo‘limi tomonidan amalga oshiriladi. Maktab o‘quvchilarining (8 yoshdan 12 yoshgacha) jismoniy tayyorgarlik va jismoniy rivojlanish darajasini monitoring qilish umumiy o‘rta ta‘lim maktablarida ikki bosqichda amalga oshiriladi:

- Birinchi bosqich (1 sentyabrdan 15 sentyabrga qadar);
- Ikkinchi bosqich (1 maydan 15 mayga qadar).

Tadqiqotning natijalari va muhokamasi. Monitoring jarayonida aniqlangan jismoniy tayyorgarligi va jismoniy rivojlanishdagi farqlarni korreksion ta‘sirini aniqlash faqat ta‘lim muassasalarida ommaviy ravishda amalga oshirilishi mumkin. Avvalombor biz monitoring qilishni “Kuzatish, baholash va bashorat qilish” sifatida emas, balki olingan ishonchli ma‘lumotlar asoslangan holda jismoniy tarbiya



jarayoniga faol aralashish sifatida ham ko'rib chiqamiz. Talab me'yorlarini bajarmagan o'quvchilarga alohida e'tibor qaratish lozim.

Bunday bolalar soni katta ekanligini hisobga olgan holda, ular bilan korreksion ishlarni olib borish kerak. Buni amalga oshirish uchun, avvalo, kam rivojlangan jismoniy sifatlarni rivojlantirishga qaratilgan mashq majmualarini ishlab chiqish kerak. Shaxsiy kamchiliklarni hisobga olgan holda va har bir o'quvchi uchun mavjud bo'lgan jismoniy mashqlar to'plamlarini tuzatish uchun maxsus tavsiyalarni belgilashi lozim. Maktab o'quvchilari orasidan u yoki bu jismoniy sifatlarning kam rivojlanishidan kelib chiqqan holda, ta'lim muassasalarida turli xil korreksion ishlarni shakllarini tashkil etish zarur.

Bularga quyidagilar kiradi: maxsus korreksion mashg'ulotlar (jismoniy madaniyatda sinfdan tashqari ishlarning bir turi sifatida); Darsning korreksion qismini qo'shgan holda asosiy jismoniy madaniyat mashg'ulotlari (tayyorlov, asosiy va yakuniy qismlar), uy vazifasi va boshqalar.

Monitoring nafaqat jismoniy tayyorgarlik darajasi past bo'lgan o'quvchilarni, balki jismoniy tayyorgarligi yuqori bo'lgan o'quvchilarni ham aniqlaydi. Shubhasiz, bu toifadagi o'quvchilar uchun ham darsda va darsdan tashqari vaqtlarda mashg'ulotlarni yangi shakllarni izlash va tashkil qilish talab qilinadi. Ushbu o'quvchilarni sport bilan shug'ullanishlariga yo'naltirish uchun bolalar va o'smirlar sport maktablari bilan o'zaro hamkorlikdagi ishlarni mustaxkamlash talab etiladi. Maktabda o'quvchilarining jismoniy rivojlanishi va jismoniy tayyorgarligi holatini monitoring qilish tizimi mavjud bo'lganda jismoniy tarbiya bo'yicha o'quv dasturlarining mazmunini o'zgartirishga, umuman, o'quvchilarning jismoniy salomatligini rivojlantirish va qo'llab-quvvatlashga qaratilgan ishlarni qayta ko'rib chiqish imkoniyatlari mavjud bo'ladi. Dasturda umumta'lim maktablarining 8-12 yoshdagi o'quvchilarini jismoniy tayyorgarligi va jismoniy rivojlanish darajasini monitoring qilishni tashkil qilish va o'tkazish bo'yicha ma'lumotlar taqdim qilingan.

Dastur 5 yilga mo'ljallangan bo'lib. Test sinovlarini o'tkazish bo'yicha savollar batafsil taqdim qilinadi. O'quvchilarni jismoniy rivojlanish va jismoniy tayyorgarligi bo'yicha tasdiqlangan standartlar va hisobot shakllari taqdim qilingan.

Dastur maqsadidan kelib chiqqan xolda quyidagi vazifalarni oldimizga maqsad qildik:

maktab o'quvchilarining jismoniy tayyorgarlik va jismoniy rivojlanish darajasini aniqlash va monitoring dasturini ishga tushirish asosida viloyatdagi maktab o'quvchilari sog'ligi va jismoniy tayyorgarlik darajasini oshirishga yordam berish.

maktab o'quvchilar sog'ligi holati bo'yicha ma'lumotlarni to'plash, qayta ishlash va tahlil qilish uchun tizim yaratish va olingan natijalar asosida jismoniy madaniyat o'qituvchilari foydalanishlari uchun uslubiy ko'rsatma va qo'llanmalar ishlabchiqish.

umumiy o'rta ta'lim maktablari o'quvchilarning (8-12 yosh) jismoniy rivojlanish darajasini yillik monitoringini o'tkazish. Bunda tana uzunligi, tana og'irligi, ko'krak qafasi doirasi hisobga olinadi.

har yilgi monitoringini o'tkazish asosida viloyatdagi 8-12 yoshli o'quvchilarni jismoniy sog'ligida mumkin bo'lgan salbiy holatlarni aniqlash va ularni korreksiya



qilish uchun yetarli choralarni ko'rish. Shu bilan birga, quyidagi harakat sifatilarni aniqlash: tezlik, koordinatsiyalilik, tezlik-kuch, kuch va chidamlilik hamda egiluvchanlik.

o'quvchilarning jismoniy tayyorgarlik va jismoniy rivojlanish darajasini sinovdan o'tkazish natijalari asosida, statistikani qayta ishlash, tahlil qilish va saqlash (bosqichli monitoring sifatida) uchun elektron ma'lumotlar bazasini yaratish.

umumiy o'rta ta'lim maktablarida o'quvchilarning (8-12 yosh) jismoniy tayyorgarlik va jismoniy rivojlanish darajasi bo'yicha elektron ma'lumotlar bazasini yaratishdan iborat.

Xulosa qilib aytganda. Monitoring murakkab axborot-tahliliy tizim hisoblanadi va uning asosi axborotdir. Monitoring natijalari bo'yicha olingan ma'lumotlar o'sib kelayotgan yosh avlodni sog'ligini mustahkamlashga oid aniq boshqaruv qarorlarini qabul qilish uchun zarurdir. Uzoq muddatli qo'shma faoliyat uchun monitoring, umumiy o'rta ta'lim maktablarida amalga oshirish taklif etiladi. Bundan tashqari, monitoring bo'limi natijalarni qayta ishlashni amalga oshiradi va bolalarni jismoniy tayyorgarligi va jismoniy rivojlanishini mustahkamlash uchun boshqaruv qarorlari qabul qilish bo'yicha metodik tavsiyalar beradi.

Adabiyotlar:

1.O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2015 yil 4 sentyabrdagi "Jismoniy tarbiya va sport to'g'risida"gi O'zbekiston Respublikasi Qonuniga o'zgartish va qo'shimchalar kiritish haqidagi O'RQ-394-son qonuni;

2.O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2017 yil 3 iyundagi «Jismoniy tarbiya va ommaviy sportni yanada rivojlantirish chora-tadbirlari to'g'risida»gi PQ-3031-son qaror.

3.O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2018 yil 18-dekabrdagi "Yuqumli bo'lmagan kasalliklar profilaktikasi, sog'lom turmush tarzini qo'llab quvvatlash va aholining jismoniy faolligi darajasini oshirish chora-tadbirlari to'g'risida"gi PQ-4063-son qaror.

4.O'zbekiston Respublikasi Vazirlar Mahkamasining 2019 yil 29 yanvardagi "O'zbekistonda sog'lom turmush tarzini keng targ'ib qilish va aholini jismoniy tarbiya va ommaviy sportga jalb etish to'g'risida"gi 65-son qaror.

Kerimov F. A. Sport sohasidagi ilmiy tadqiqotlar. T., "Zar qalam", 2004,