

O'QUVCHILARNI SPORT MUSOBAQALARIGA TAYYORLASH JARAYONIDA JISMONIY TARBIYA O'QITUVCHISINING KASBIY KOMPETENSIYASI

Nasimov Ulug'bek Orif o'gli,

Sharof Rashidov nomidagi Samarqand davlat universiteti Sport faoliyati kafedrasida o'qituvchisi

Annotatsiya. Maqola o'quvchilarni sport musobaqalariga tayyorlash jarayonida jismoniy tarbiya o'qituvchisining kasbiy kompetensiyasi muammolariga bag'ishlangan.

Kalit so'zlar: kompetensiya, malakalar, oliy ma'lumot, jismoniy tarbiya o'qituvchisi ta'limi

Kirish. Jismoniy tarbiya o'qituvchisi ta'limi davomida olingan kasbiy kompetensiyalar va haqiqiy kompetensiyalarni idrok etish kelajakdagi ta'lim sifatiga muhim ta'sir ko'rsatadi. Universitet talabalari tomonidan olingan bilim va ko'nikmalar ish joyiga ta'sir qilishi ma'lum. O'quv jarayonida talabalar tomonidan olingan ko'nikmalar ham ish hajmiga, ham ishchining qoniqishiga ta'sir qilishi mumkin. Bundan tashqari, dastlabki tayyorgarlikdan so'ng mavjud bo'lgan ko'nikmalar va ishda talab qilinadigan ko'nikmalar o'rtasida nomuvofiqlik mavjud.

O'qituvchilarni tarbiyalash modellari so'nggi paytlarda turli xil o'zgarishlarga duch keldi, ular taniqli va mustahkamlangan an'anaviy yondashuvlardan ko'proq kompetensiyaga asoslangan yondashuvlarga aylandi. Kompetensiyaga asoslangan kadrlar tayyorlash modeli oliy ta'lim muassasalariga o'z ta'lim dasturlarini ishlab chiqishda yo'l-yo'riq ko'rsatadigan yangi ma'lumot tizimidir. Universitet ta'limi belgilangan kompetensiyalarga asoslangan yangi ta'lim modellari tatbiq etish, tahlil qilish va samaradorligini o'rganishga e'tibor qaratish orqali bosqichma-bosqich o'tadi.

«Kompetensiya» atamasining ta'rifiga kelsak, u odatda bilim, ko'nikma va individual xususiyatlar, masalan, motivatsiya, o'z-o'zini anglash, shaxsiy xususiyatlar, munosabatlar, e'tiqodlar, qadriyatlar va qiziqishlar yig'indisi sifatida tushuniladi. va ishlashdagi farqlarni belgilovchi omillar bo'lishi mumkin. Kompetensiyani o'qitish muammolarini hal qilish va ijtimoiy kontekstni yaxshilash, bilimlarni qo'llash va resurslardan samarali foydalanishga yo'naltirilgan samarali harakatlar turi bilan bog'liq.]; har doim o'z-o'zini javobgarlik nuqtai nazaridan. Muxtasar qilib aytganda, u o'lchanishi mumkin bo'lgan va duch keladigan murakkab vaziyatlarni optimal hal qilishda hal qiluvchi bo'lgan bilim, ko'nikma va individual xususiyatlardan foydalangan holda o'z-o'zidan mas'uliyat bilan kontekstli muammolarini hal qilish qobiliyatini beradi.

Ba'zi mualliflarning fikriga ko'ra, kasbiy kompetensiyalar deb ham ataladigan o'ziga xos kompetensiyalar texnik masalalar (bilim) va uslubiy jihatlar bilan bog'liq bo'lsa, transversal kompetensiyalar sifatida ham tanilgan umumiy kompetensiyalar ishtirokchi xatti-harakatlarga yaqinroq bo'lib qoladi. qanday harakat qilishni bilish) va shaxsiy xulq-atvori (qanday bo'lishni bilish).

Kengroq ma'noda aytish mumkinki, o'qitish kompetensiyasi azaldan chuqur tahlil qilingan va tadqiq qilingan tadqiqot ob'ekti bo'lib kelgan. Shunga qaramay, shuni aniqlashtirish kerakki, ushbu tadqiqotlarning ba'zilarida professional samaradorlikdan farqli o'laroq, o'qitish kompetensiyasiga qachon murojaat qilinganligini aniqlash maqsadga muvofiqdir.

O'quvchilarni sport musobaqalariga tayyorlash jarayoni bir necha asosiy bosqichlarni o'z ichiga oladi. Bu erda odatiy jarayonning umumiy ko'rinishi:

Talabalar qobiliyatlarini baholash: Birinchi qadam talabalarning malakasini, jismoniy tayyorgarligini va musobaqaga umumiy tayyorgarligini baholashdan iborat. Buni dastlabki sinovlar, baholashlar yoki kuzatishlar orqali ularning kuchli, zaif tomonlari va yaxshilanishi kerak bo'lgan sohalarini aniqlash mumkin.

Maqsadlarni belgilash: Baholash tugallangach, maqsadlar belgilanishi kerak. Ushbu maqsadlar individual yoki jamoaviy yo'naltirilgan bo'lishi mumkin va muayyan ko'nikmalarni oshirish, shaxsiy yutuqlarga erishish yoki muayyan musobaqada muvaffaqiyatga erishishni o'z ichiga olishi mumkin. Haqiqiy va erishish mumkin bo'lgan maqsadlarni qo'yish motivatsiya va taraqqiyot uchun muhimdir.

O'quv dasturini rejalashtirish: Yaxshi tuzilgan o'quv dasturi talabalarni musobaqalarga tayyorlash uchun juda muhimdir. Dastur ko'nikmalarni rivojlantirish, fitnes darajasini oshirish va umumiy ish faoliyatini yaxshilash uchun turli tadbirlarni o'z ichiga olishi kerak. Shuningdek, u sportning o'ziga xos talablarini, mavjud resurslarni va musobaqagacha bo'lgan vaqtni hisobga olishi kerak.

Ko'nikmalarni rivojlantirish: O'quv dasturi sport uchun zarur bo'lgan maxsus ko'nikmalarni rivojlantirish va takomillashtirishga qaratilgan bo'lishi kerak. Bu asosiy texnikalarni, taktik mashqlarni, o'yin simulyatsiyalarini va strategiya seanslarini o'z ichiga olishi mumkin. Ko'nikmalarni bosqichma-bosqich rivojlantirish, asosiylardan boshlab va asta-sekin murakkabroq ko'nikmalarga o'tishni ta'kidlash kerak.

Jismoniy tayyorgarlik: Jismoniy tayyorgarlik musobaqaga tayyorgarlikning muhim jihati

hisoblanadi. Trening dasturi kuch, chidamlilik, tezlik, chaqqonlik va moslashuvchanlikni yaxshilash uchun mashqlar va tadbirlarni o'z ichiga olishi kerak. Konditsioner mashqlari, yurak-qon tomir mashqlari, kuch mashqlari va intervalli mashg'ulotlar o'quvchilarning jismoniy qobiliyatini oshirishga yordam beradi.

Strategiya va o'yindan xabardorlik: sportning strategik jihatlarini tushunish raqobat uchun zarurdir. Murabbiylar va o'qituvchilar talabalarga o'yin taktikasi, jamoani shakllantirish, hujum va mudofaa strategiyalari, qaror qabul qilish ko'nikmalarini o'rgatishlari kerak. O'yin stsenariylarini tahlil qilish va mashg'ulotlar o'tkazish o'quvchilarning strategik fikrlash qobiliyatlarini rivojlantirishga yordam beradi.

Ruhiy tayyorgarlik: Sport musobaqalarida qatnashish ruhiy kuch va chidamlilikni talab qiladi. O'qituvchilar va murabbiylar maqsadni belgilash, vizualizatsiya, ijobiy o'z-o'zidan gapirish, diqqatni jamlash, diqqatni jamlash va ishlash tashvishlarini boshqarish kabi usullarni o'rgatish orqali aqliy tayyorgarlik ustida ishlashi kerak. Aqliy tarbiya mashqlari va ongni rivojlantirish amaliyotlari o'quvchilarning aqliy mustahkamligini rivojlantirishga yordam beradi.

Raqobat simulyatsiyasi: Raqobat yaqinlashganda, o'yinga o'xshash vaziyatlarni simulyatsiya qilish foydalidir. Bu boshqa jamoalarga qarshi yoki bir jamoa ichida o'yinlar, o'yinlar yoki o'rtoqlik musobaqalarini tashkil etishni o'z ichiga olishi mumkin. Simulyatsiya talabalarga raqobat muhitiga ko'nikishga, jamoa dinamikasini tushunishga va bosim ostida o'z ko'nikmalarini qo'llashga yordam beradi.

Ish faoliyatini tahlil qilish va fikr-mulohazalar: Tayyorgarlik jarayonida murabbiylar va o'qituvchilar o'quvchilarning ish faoliyatini nazorat qilishlari, fikr-mulohazalarini bildirishlari va yaxshilash bo'yicha ko'rsatmalar berishlari kerak. Video tahlillari, individual baholashlar va konstruktiv fikr-mulohaza seanslari o'quvchilarga o'zlarining kuchli tomonlari va rivojlanish sohaslarini tushunishlariga yordam beradi.

Dam olish va tiklanish: Talabalar charchashning oldini olish va ish faoliyatini optimallashtirish uchun etarli dam olish va tiklanish davrlari zarur. Murabbiylar va o'qituvchilar tayyorgarlik bosqichida dam olish, uxlash, to'g'ri ovqatlanish, namlanish va jarohatlarning oldini olish strategiyalarining muhimligini ta'kidlashlari kerak.

Musobaqa oldidan tayyorgarlik: Musobaqadan oldingi kunlarda yakuniy tayyorgarlikka e'tibor qaratish lozim. Bu talabalarning jismoniy va ruhiy tayyorligini ta'minlash, o'yin rejaları va strategiyalarini ko'rib chiqish, logistikani tashkil qilish va har qanday so'nggi daqiqada tashvish yoki tuzatishlarni hal qilishni o'z ichiga oladi.

Ijobiy mustahkamlash va motivatsiya: Rag'batlantirish, ijobiy mustahkamlash va motivatsiya o'quvchilarni musobaqalarga tayyorlashda muhim rol o'ynaydi. Murabbiylar, o'qituvchilar va jamoadoshlar qo'llab-quvvatlashlari, o'ziga ishonchni mustahkamlashlari va talabalar uchun ijobiy va ilhomlantiruvchi muhit yaratishlari kerak.

Tayyorgarlik jarayoni sport turiga, raqobat darajasiga va talabalarning o'ziga xos ehtiyojlariga qarab farq qilishi mumkin. Tayyorgarlik jarayonini vaziyatning o'ziga xos talablariga moslashtirish uchun moslashuvchanlik va moslashuvchanlik muhimdir.

O'quvchilarni sport musobaqalariga tayyorlashda jismoniy tarbiya o'qituvchisining kasbiy mahorati hal qiluvchi rol o'ynaydi. Jismoniy tarbiya o'qituvchisi malakasini namoyon qilishi kerak bo'lgan asosiy yo'nalishlar:

Mavzu bo'yicha bilimlar: Barkamol o'qituvchi sport va jismoniy tarbiya tamoyillari, jumladan, turli sport turlari bo'yicha qoidalar, uslublar, strategiyalar va mashg'ulotlar usullarini yaxshi tushunishi kerak. Ular o'quvchilar musobaqalashayotgan sport turi bo'yicha chuqur bilimga ega bo'lishlari kerak.

Rejalashtirish va tashkil etish: Samarali tayyorgarlik puxta rejalashtirish va tashkil etishni talab qiladi. Vakolatli o'qituvchi keng qamrovli o'quv rejasini ishlab chiqishi kerak, shu jumladan amaliyot jadvallari, malaka oshirish tadbirlari va fitnes mashg'ulotlari. Shuningdek, ular o'quvchilarning individual ehtiyojlarini hisobga olishlari va mashg'ulotlarni shunga moslashtirishlari kerak.

Ko'nikmalarni rivojlantirish: Jismoniy tarbiya o'qituvchisi o'quvchilar musobaqalashadigan sport turi uchun zarur bo'lgan aniq ko'nikmalarni o'rgatish va takomillashtirishda mohir bo'lishi kerak. Ular aniq ko'rsatmalar berishlari, texnikani ko'rsatishlari va o'quvchilarning qobiliyatlarini yaxshilashga yordam berish uchun konstruktiv fikr-mulohazalarni taklif qilishlari kerak.

Jismoniy tayyorgarlik: Sport musobaqalarida qatnashish sportchilardan jismonan sog'lom bo'lishni talab qiladi. Barkamol o'qituvchi o'quvchilarning chidamliligi, kuchi, tezligi, chaqqonligi va moslashuvchanligini oshirish uchun tegishli fitnes dasturlarini ishlab chiqishi kerak. Shuningdek, ular o'quvchilarning muvaffaqiyatini kuzatishlari va mashg'ulotlar rejimiga zarur tuzatishlar kiritishlari kerak.

Motivatsiya va ilhom: Malakali o'qituvchi motivatsiyaning muhimligini tushunadi va talabalarni

eng yaxshi kuchini berishga ilhomlantirishga intiladi. Ular ijobiy va qo'llab-quvvatlovchi muhit yaratishi, jamoaviy ishlashni rag'batlantirishi va talabalarga real maqsadlar qo'yishiga yordam berishi kerak. Ularning sportga bo'lgan ishtiyoqi va ishtiyoqi o'quvchilarning motivatsiyasi va samaradorligiga sezilarli ta'sir ko'rsatishi mumkin.

Xavfsizlik va jarohatlarning oldini olish: Vakolatli jismoniy tarbiya o'qituvchilari o'z o'quvchilarining xavfsizligini birinchi o'ringa qo'yishadi. Ular xavfsizlik qoidalari va protokollari haqida yaxshi tushunchaga ega bo'lishlari, to'g'ri isitish va sovitish tartiblarini amalga oshirishlari va talabalarga mashg'ulotlar va musobaqalar paytida jarohatlar xavfini kamaytirish uchun to'g'ri texnikani o'rgatishlari kerak.

Muloqot va hamkorlik: Jismoniy tarbiya o'qituvchisi uchun samarali muloqot juda muhimdir. Ular ko'rsatmalarni aniq tushuntira olishlari, konstruktiv fikr bildirishlari va dalda berishlari kerak. Bundan tashqari, ular o'quvchilarning har tomonlama qo'llab-quvvatlanishini ta'minlash uchun boshqa o'qituvchilar, murabbiylar va ota-onalar bilan hamkorlik qilishlari kerak.

Baholash va baholash: Vakolatli o'qituvchilar kuchli, zaif tomonlarini va yaxshilash kerak bo'lgan sohalarni aniqlash uchun muntazam ravishda o'quvchilarning yutuqlarini baholaydilar va baholaydilar. Ular o'quvchilarning musobaqaga tayyorgarligini o'lchash va shunga mos ravishda mashg'ulotlarni moslashtirish uchun mahorat testlari, jismoniy tayyorgarlikni baholash va o'yin simulyatsiyasi kabi turli baholash usullaridan foydalanishlari kerak.

Uzluksiz kasbiy rivojlanish: Barkamol jismoniy tarbiya o'qituvchisi umrbod ta'lim olish va kasbiy rivojlanishga intilishi kerak. Ular sport mashg'ulotlari va o'qitish usullaridagi so'nggi tadqiqotlar, tendentsiyalar va innovatsiyalar bilan yangilanib turishlari kerak. Seminarlarda, konferentsiyalarda qatnashish va ilg'or sertifikatlariga ega bo'lish ularning kasbiy o'sishiga hissa qo'shishi mumkin.

Umuman olganda, jismoniy tarbiya o'qituvchisining o'quvchilarni sport musobaqalariga tayyorlashdagi kasbiy kompetensiyasi mavzu bo'yicha tajriba, samarali rejalashtirish, ko'nikmalarni rivojlantirish, motivatsiyani oshirish, xavfsizlikni ta'minlash, hamkorlikni rag'batlantirish, muvaffaqiyatni baholash va kasbiy rivojlanishni saqlashni o'z ichiga oladi. O'qituvchilar ushbu sohalarda muvaffaqiyat qozonish orqali o'z talabalari uchun har tomonlama va samarali ta'lim tajribasini taqdim etishlari mumkin.