

Hozirgi taraqqiyot bosqichida jismoniy tarbiya va sport mashg'ulotlarini tashkil qilishning istiqbollari: muammo va yechimlar. Xalqaro miqyosidagi ilmiy amaliy-anjuman. 2022 yil 28-29 aprel

**ZAMONAVIY MAKTAB SHARTOTLARIDA TA'LIM VA JISMONIY TARBIYA MUAMMOLARI**

**10.53885/edinres.2022.62.47.035**

**Abdullayev Shuxrat Djumaturdiyevich p.f.n., dotsent Buxoro davlat universiteti. [shuxrat-abdullayev@bk.ru](mailto:shuxrat-abdullayev@bk.ru)**

**Abdullaev Shukhrat Dzhumaturdiyevich Ph.D., Associate Professor, Bukhara State University. [shuxrat-abdullayev@bk.ru](mailto:shuxrat-abdullayev@bk.ru)**

**Аннотация.** So'nggi yillarda bolalar va o'smirlarning salomatligi va jismoniy rivojlanishida sezilarli yaxshilanish kuzatilmayapti, shuning uchun jismoniy tarbiya muammolari zamonaviy davrda ayniqsa dolzarbdir. Har qanday kasallikka chalingan yoki tez-tez va uzoq vaqt kasal bo'lgan bolalar, ayniqsa, tananing funktsional holatiga mos keladigan jismoniy faoliyatga muhtoj. Maktab o'quvchilarining jismoniy tarbiya muammolarini samarali hal qilish va uning maqsadiga erishish imkonini bermaydi.

**Abstract.** Significant improvement in the health and physical development of children and adolescents in recent years has not been noted, so the problems of physical education in our time are particularly relevant. Children who have suffered any disease or often and long-term ill, especially necessary motor activity corresponding to the functional state of the body. Problems of physical education of schoolchildren do not allow to effectively solve the problems of physical education and achieve its goal.

**Kalit so'zlar:** jismoniy tarbiya, maktab, o'quvchilar, bolalar tarbiyasi, ta'lim.

**Keywords:** *physical education, school, students, education of children, training.*

So'nggi yillarda, boshqa muammolar bilan bir qatorda, bolalar jismoniy tarbiyasi ayniqsa dolzarbdir. So'nggi yillarda ortib borayotgan maktab o'quv dasturiga qo'yiladigan talablar, o'zgargan turmush sharoiti gipokineziyaga - vosita faolligini pasayishiga yordam beradi. Gipokineziya mushaklarning, ligamentlarning, suyak apparatlarining zaiflashishiga, zaif jismoniy rivojlanishga, asab tizimining disfunktsiyasiga olib keladi. Ushbu ta'sirga qarshi turishning yagona to'g'ri yo'li erta bolalikdan boshlab jismoniy tarbiyani to'g'ri tashkil etishdir.

Bugungi kunda umumiy o'rta ta'lim maktablarining aksariyat o'quvchilari kun tartibiga erta uyg'onib, foydali bo'lmagan taom nonushta qilishadi, maktabga borishadi, ular kuniga olti yoki undan ko'p soatda o'tirishadi. Uyg'a qaytgach, ular uy vazifalarini bajaradilar va kunning qolgan qismini kompyuter yoki televizor qarshisida o'tkazadilar. Albatta, barcha maktab o'quvchilari bu rejimda emaslar, ammo shunga o'xshash tartibda bo'lganlar juda ko'p va katta muammolarni keltirib chiqaradi.

**Ushbu muammoni hal qilish uchun bir qator chora-tadbirlar amalga oshirishda:**

- maktabda jismoniy tarbiya darsining uchinchi soatining joriy etilishi maktab o'quvchilarining jismoniy faolligini oshirish imkonini beradi;
- jismoniy tarbiya darsini zamonaviy, va qiziqarli qilish uchun mo'ljallangan yangi ta'lim standartlarini joriy etish;

Shu bilan birga, ayrim surunkali kasalliklarga chalingan maktab o'quvchilari soni o'sib bormoqda. O'smirlarda sportga qiziqish past, o'rta va o'rta maktablarda jismoniy tarbiya darslari o'quvchilarga zerikarlilik tuyuladi. Va bunda qandaydir haqiqat bor.

Zamonaviy darsda jismoniy madaniyat o'qituvchisi oldida juda ko'p vazifalar turibdi. O'quvtematik rejalashtirish doirasida har bir o'quvchining individual jismoniy xususiyatlari va imkoniyatlarini hisobga olgan holda, darsning 45 daqiqasida o'quv jarayonini qanday amalga oshirish kerak. Ta'lim rivojlanishining hozirgi bosqichida o'quvchilarning jismoniy tarbiyasida avtoritar, guruhli yondashuvlardan individual imkoniyatlarga asoslangan shaxsga yo'naltirilgan ta'lim va tarbiya usullariga o'tish bolalarning sog'lig'ini yaxshilash va bolalarni tarbiyalashda vaziyatni yaxshilashga yordam beradi. Amaliyotda jismoniy tarbiyaning ilmiy asoslangan, isbotlangan an'anaviy va noan'anaviy vositalari va usullarini o'tkazish usullarini ishlab chiqish zarurligini isbotladi.

Ilmiy-texnika taraqqiyoti, ommaviy axborot vositalarining jadal rivojlanishi, ota-onalarning ta'lim saviyasining yuksalishi, o'qitish uslublarining takomillashuvi – bularning barchasi, albatta, zamonaviy yoshlarning erta va yuksak intellektual rivojlanishini belgilab beradi. Tananing jadal etukligi o'g'il bolalar va qizlarning aqliy va jismoniy qobiliyatini oshiradi, bu ularga maktab dasturlarining sezilarli darajada ortib borayotgan talablarini muvaffaqiyatli engish imkonini beradi.

Ko'p yillik amaliyot shuni ko'rsatdiki, jismoniy madaniyat aqliy rivojlanishga ham hissa qo'shadi, qimmatli axloqiy fazilatlarini - ishonch, qat'iyat, iroda, mardlik va jasorat, to'siqlarni engib o'tish

**Hozirgi taraqqiyot bosqichida jismoniy tarbiya va sport mashg'ulotlarini tashkil qilishning istiqbollari: muammo va yechimlar.** Xalqaro miqyosidagi ilmiy amaliy-anjuman. 2022 yil 28-29 aprel

qobiliyati, kollektivizm, do'stlik tuyg'ularini tarbiyalaydi. Afsuski, barcha o'quvchilar jismoniy tarbiyaning ahamiyatini tushunmaydilar. Ularning ko'pchiligi majburiy jismoniy tarbiya mashg'ulotlariga borish bilan cheklanadi. Bu hech qanday tarzda o'rta maktab o'quvchilarining jismoniy faolligining etishmasligini qoplay olmaydi, buning natijasida haddan tashqari to'liqlik, jismoniy rivojlanishda kechikish va aqliy faoliyatning pasayishi kuzatiladi. Shuning uchun ham dolzarblik nuqtai nazaridan ushbu mavzu pedagogikada birinchi o'rinni egallashi kerak. Hozirgi vaqtda maktab jismoniy tarbiyasiga oid pedagogik masalalarni tasniflash zarur. Jismoniy madaniyatdan shaxs va jamiyat tomonidan oila, maktabgacha, umumiy, kasb-hunar, oliy mustaqil va maxsus ta'lim, madaniy hordiq chiqarish va boshqalarda foydalanishning asosiy shakli. U pedagogik jarayonga xos bo'lgan tamoyillar va talablar va aniq qonuniyatlarga muvofiq amalga oshirilmog'i darkor[4].

Maktab jismoniy tarbiyasi insonning sog'lom turmush tarziga bo'lgan qadriyat yo'nalishlari tizimini shakllantiradi, unga motivatsion, funktsional va motorli tayyorgarlikni ta'minlaydi. Bu umumiy va maxsus qonunlar, tamoyillar va qoidalarga muvofiq amalga oshiriladi. Shaxsning intellektual, aqliy, axloqiy-irodaviy va boshqa sifatlariga ta'sir qiladi [1].

Zamonaviy jismoniy tarbiyada jismoniy tarbiya shaxsiga ko'p jihatdan ta'sir qilish imkonini beradi. Shu bilan birga, hozirgi vaqtda jismoniy tarbiyaning ko'plab ijtimoiy ahamiyatga ega natijalariga faqat qisman erishilmoqda. Bularning barchasi o'quvchilarning jismoniy tayyorgarligi muammosidan dalolat beradi [4].

**O'rta maktab o'quvchilarining shaxsiy jismoniy madaniyatga erishish uchun asosiy vazifalar ishlab chiqilgan, ular quyidagilardan iborat:**

➤ maktab o'quvchilarining jismoniy madaniyat darslariga bo'lgan motivatsiyasini shakllantirish;

➤ kundalik faoliyatda va jismoniy tarbiya darslarida shaxsiy jismoniy madaniyat vositalaridan foydalanish ko'nikma va malakalarini o'rgatish;

➤ shaxsiy jismoniy madaniyat ma'nosini tushunishni shakllantirish.

**Motivatsiyani shakllantirish quyidagi ehtiyojlarga asoslanadi:**

➤ fiziologik (faol vosita harakatlari);

➤ xavfsiz (og'riq, noqulaylik, azob-uqubatlar, g'azab, tartibsizlikdan);

➤ ijtimoiy munosabatlarda (jamoada identifikatsiya qilish, muayyan guruhda ijtimoiy ishtirok etish, do'stlik, mehr va boshqalar);

➤ o'z-o'zini hurmat qilishda (muvaffaqiyatga erishish, boshqalar tomonidan tan olinishi, oqsoqollar, shu jumladan o'qituvchilarni ma'qullash);

➤ o'z-o'zini amalga oshirishda (individual imkoniyatlarni, qobiliyatlarni amalga oshirish, atrofda dunyoni tushunish va tushunish).

Kundalik faoliyatda va jismoniy tarbiya darslarida shaxsiy jismoniy madaniyat vositalaridan foydalanishga bilim, ko'nikma va malakalarni o'rgatish.

**Jismoniy madaniyat quyidagi ko'nikmalarga ega bo'lishni anglatadi:**

➤ shaxsiy jismoniy madaniyat darslarining maqsadini mustaqil ravishda belgilash;

➤ belgilangan maqsadga erishish uchun adekvat vositalar va usullarni tanlash;

➤ shaxsiy jismoniy madaniyat darslarini mustaqil tashkil etish;

➤ jismoniy mashqlarni texnik jihatdan to'g'ri bajarish;

➤ mashqlarni nazorat qilish, tanangizning mashg'ulot yukiga javobini baholash.

Maqsadga yo'naltirilganligi va xolisligi bilan jismoniy mashqlar, sportning darsdan tashqari shakllarida, o'quvchilarning kundalik va darsdan tashqari havaskorlik faoliyatini tashkil etish va mazmunida ko'rsatiladi. Jismoniy tarbiyaning bunday tizimli tashkil etilishi nafaqat o'zlashtirilgan o'quv materialini mustahkamlash yoki uning asosiy negizini kengroq o'zlashtirishni ta'minlash, balki o'quvchilarga o'z ta'lim natijalarini ko'rsatish uchun sharoit va imkoniyatlar yaratish hamda, ularning ijobiy ta'sirini kuchaytirish imkonini beradi.

**Adabiyotlar:**

1. Абдуллаев Ш. Дж. Влияние межличностных отношений на мотивацию юных спортсменов. Психология XXI столетия Сб. по материалам ежегодного Конгресса «Психология XXI столетия» (Ярославль, 15 – 17 мая 2020) / Под ред. Козлова В.В. –Ярославль, ЯрГУ, ЯГПУ, МАПН, 2020 год. - С. 26-32.

2. Абдуллаев Ш. Дж. Создание условий для социальной адаптации подрастающего поколения. Педагогическое образование и наука. Научно-методический журнал. Международная академия наук педагогического образования (МАНПО) № 6, 2019.- С. 135-140.

**Hozirgi taraqqiyot bosqichida jismoniy tarbiya va sport mashg'ulotlarini tashkil qilishning istiqbollari: muammo va yechimlar.** Xalqaro miqyosidagi ilmiy amaliy-anjuman. 2022 yil 28-29 aprel

3. Абдуллаев Ш. Дж. Использование современных методов в процессе обучения студентов легкой атлетике. «Проблемы науки» Научно-методический журнал. № 2 (61), 2021г.- С. 32-35.
4. Абдуллаев Ш. Дж. Физическое образования в школах Научно-методический журнал. Вестник науки и образования. Издательства “Проблемы науки ” 2021.№15 (118).Часть-3 стр. 48-51
5. Вайнер Э. Н. Формирование здоровьесберегающей среды в системе общего образования // Валеология. 2004. №1. С. 21-26.
6. Karomatovich I. A. PSYCHOLOGICAL AND PEDAGOGICAL SUPPORT OF YOUNG TEAM ATHLETES //Web of Scientist: International Scientific Research Journal. – 2022. – Т. 3. – №. 02. – С. 1011-1016.
7. Ibragimov A. K. DEVELOPING THE PROFESSIONAL COMPETENCE OF TEACHERS AS A PEDAGOGICAL PROBLEM //E-Conference Globe. – 2021. – С. 333-338.
8. Karomatovich I. A. METHODS OF TEACHING CHILDREN FOR MOVEMENT ACTIVITIES IN THE PROCESS OF PHYSICAL EDUCATION //Web of Scientist: International Scientific Research Journal. – 2022. – Т. 3. – №. 1. – С. 242-249.
9. Ibragimov A. K. Catalog of training tasks for training special endurance of young girl handball players. *Academicia: An International Multidisciplinary Research Journal*. Year: 2020, Volume: 10, Issue: 11. P: 486-492. DOI: 10.5958/2249-7137.2020. 01410. X.
10. Narzullayev, Farrux. "Qizlar sporti yo'nalishi bo'yicha tahsil olayotgan qizlarning yengil atletika darslarida kuch siaftlarini rivojlantirishning pedagogik asoslari." *ЦЕНТР НАУЧНЫХ ПУБЛИКАЦИЙ (buxdu. uz)* 1.1 (2020).
11. Ashrapovich, N. F. (2021). Determination of physical development of primary school students through national movement games. *Middle European Scientific Bulletin*, 11.
12. Ashrapovich, N. F. (2022). FORMS OF CONTROL OVER THE PROFESSIONAL AND PEDAGOGICAL ACTIVITY OF THE TRAINER AND ITS PEDAGOGICAL SIGNIFICANCE. *Web of Scientist: International Scientific Research Journal*, 3(1), 372-379.
13. Narzullayev, Farrux Ashrapovich, and Dinara Olimovna Begimkulova. "Sport psixodiagnostikasi fanini o'qitishda ta'lim texnologiyalardan foydalanishning o'ziga xos xususiyatlari." *Science and Education* 3.4 (2022): 1724-1730.
14. Nematovich K. S. Abdueva Sitorabonu Savridin kizi, Fatullayeva Muazzam Azimovna, Kurbanov Shukhrat Kuldoshevich. Using of innovation terms in physical education and sport lessons and their social and educational features //Journal of Critical Reviews. doi. – Т. 10. – С. 470-471.
15. Abdueva S. S. Q. Determining the speed and strength of 14-15 year old handball players in jumping //ACADEMICIA: An International Multidisciplinary Research Journal. – 2020. – Т. 10. – №. 11. – С. 1212-1220.
16. Abdueva S. S., Khurbonov S., Sabirova N. Evolution of physical performance and techniques of handball girls aged 11-12 //International Journal of Advanced Research in Science, Engineering and Technology (IJARSET). – 2019.
17. Abdueva S. S. Activities that increase children's interest in the sport of handball //Innovatsionnoerazvitienauki I obrozovaniemejdunarodnayanauchno-prakticheskayakonferensiya. – 2020.
18. Rasulovna S. N. THE PLACE OF PHYSICAL TRAINING AND SPORTS IN THE LIFE OF SCHOOL STUDENTS //Web of Scientist: International Scientific Research Journal. – 2021. – Т. 2. – №. 04. – С. 306-312.
19. Rasulovna S. N. TOOLS FOR DEVELOPING SPECIAL PHYSICAL TRAINING AND PHYSICAL QUALITIES IN SPORTS GAMES //E-Conference Globe. – 2021. – С. 299-305.
20. Sabirova Nasiba Rasulovna. Basics and Advantages of Individual Training to Increase Technical and Tactical Training of Basketball Players. *AMERICAN JOURNAL OF SOCIAL AND HUMANITARIAN RESEARCH*. ISSN: 2690-9626 Vol.3, No 1, 2022
21. Akmalovich, D. B., Khalilovich, T. M., Rasulovna, S. N., & Savrievich, F. F. (2020). Psychological impact of football games to the formation of individuality of the student. *Journal of Critical Reviews*, 7(6), 466-469.
22. Сабирова Н. Р. Значение физической культуры в современном обществе //Проблемы педагогики. – 2020. – №. 6 (51).

**Hozirgi taraqqiyot bosqichida jismoniy tarbiya va sport mashg'ulotlarini tashkil qilishning istiqbollari: muammo va yechimlar.** Xalqaro miqiyosidagi ilmiy amaliy-anjuman. 2022 yil 28-29 aprel

23. Усмонов, Ш. Х., Самадов, С. С., & Фармонов, А. Ч. (2021). Физкультурно-спортивные интересы и мотивационные установки студентов. *Вопросы науки и образования*, (4), 129.

24. Xujamurodovich, U. S. (2022). CORRECTIONS IN JUMPING IN THE DEFENSIVE BLOCK AGAINST AN OPPONENT IN VOLLEYBALL. *Web of Scientist: International Scientific Research Journal*, 3(1), 442-450.

25. Azimovna F. M. The quality assessment technology and development techniques in volleyball players //Web of Scientist: International Scientific Research Journal. – 2021. – Т. 2. – №. 04. – С. 242-248.