



## UNIVERSITETDA “JISMONIY TARBIYA VA SPORT” FANIDAN DARSLARNI TASHKILASHTIRISH JARAYONLARI

**Babajanov Parxat Polatovich**

*Toshkent davlat transport universiteti  
katta o'qituvchi*

**Annotatsiya:** Maqolada oliy ta'limning eng dolzarb muammolaridan biri - talabalarning jismoniy madaniyatini shakllantirishni hal qilishning nazariy, uslubiy va amaliy jihatlari ko'rib chiqiladi.

**Kalit so'zlar:** jismoniy madaniyat, mashg'ulotlarni tashkil etish va o'tkazishni takomillashtirish, shaxsiy motivatsiya, jismoniy fazilatlarni rivojlantirish.

**Annotation:** The article considers theoretical and methodological and practical aspects of solving one of the most urgent problems of the higher school - the formation of the physical culture of students.

**Key words:** physical culture, improving the organization and conduct of classes, personal motivation, development of physical qualities.

Ta'lim sohasidagi islohotlar, O'zbekistonda kelib chiqishi, universitetlarning xalqaro ta'lim makoniga kirishga intilishi va shu bilan bog'liq ta'lim tizimidagi o'zgarishlar jarayoni, oliy maktablar oldiga ta'lim jarayonida jismoniy tarbiya sohasida sifat jihatidan yangi vazifalar qo'yilmoqda. va tashqi ta'lim faoliyatida. Zamonaviy jismoniy tarbiya tizimi o'quvchilarning shaxsiy jismoniy madaniyatini shakllantirishga, ix jismoniy hodisalarni rivojlantirishga, natijada jismoniy holat darajasini darhol oshirmasdan, barkamol mutaxassislarni tarbiyalashga qaratilishi kerak.

Jismoniy tarbiya pedagogik jarayon bo'lib, yosh avlodning sog'ligi, jismonan yetuk, ijtimoiy faol, axloqan sog'lom o'suvchi avlodni shakllantirishni takomillashtirishga yo'naltirilgan bir tarbiyaviy vositadir.

Jismoniy tarbiya jarayonida organizm funksional va morfologik takomillashtiriladi, harakat ko'nikmalari, jismoniy harakat sifatлари: epcillik, tezkorlik, chaqqonlik, egiluvchanlik, chidamkorlik maxsus bilim bilan shakllanadi. Shuning uchun jismoniy tarbiya darslarining samaradorlik darajasini orttirish, unda qo'llaniladigan usul va vositalarning zamonaviy pedagogik imkoniyatlaridan, darsda milliy o'yinlardan foydalanish – davr talabidir.

Jismoniy tarbiya va sport mashg'uloti jarayonida intizomlilikni, hamjihatlilikni tarbiyalash belgilangan qoidalarga amal qilishni o'rgatish, ba'zi bir holatlarda an'anaviy bo'lib borilishi (axborot (raport) berish tartibi, mashqlarni bajarishni to'xtatish, o'qituvchi, hakamning ishorasiga ko'ra o'yinni to'xtatish) nazarda tutiladi. Safda turish mashqlari, qayta saflanish, safni yoymoq ko'rsatmalarni aniq bajarilishini talab qilinishi ham intizomga o'rgatadi. Saflanishni nazorat qilish – tashkillashtirilgan va tartiblanganlikni tekshirishning yaqqol misolidir. Ozodalik, tejamkorlik, jamoa mulkiga



va insonlar mehnatiga hurmatda bo'lish kabi sifatlar jismoniy-madaniy va sport tadbirlarini o'tkazishda an'anaviy talablar asosida tarbiyalanadi (ishtirokchilarning ozoda kiyimlari, jihozlarni astoydil tayyorlash va tozalash, ozodalikka rioya qilish va boshqalar). Jamoaviylikni tarbiyalash o'z ichiga xushmuomilaliylik, odoblilik, o'rtoqlariga izzat-hurmatda bo'lishni qamrab oladi. Bunday me'yorlarning bajarilishini talab qilish bir qator qoidalar bilan mustahkamlanadi.

Xususan, har bir musobaqaning tugashi bilan uning ishtirokchilari yuzaga kelgan his-to'yg'ularga qaramasdan bir-birini qutlashi kerak; bexosdan qoidani buzgan o'yinchi qulini ko'tarish orqali xabar berishi kerak va boshqalar. Ayniqsa, o'yin eng qizg'in nuqtasiga chiqqanda, o'zining manfatlari yo'lida harakat qilganda o'rtog'iga yordam berish maqsadida o'zini tiyishi judayam qadrlanadi. Sayohatli safarlar ishtirokchilariga ularda o'rtog'ining xavfsizligiga javobgarligini tarbiyalovchi maxsus ehtiyot qilish va yordam berish ko'nikmalarini o'rgatishadi. Jamoaviylik burchini, jamoa oldida javobgarlikni tarbiyalash jamoaviy topshiriqlarni bajarish jarayonida, o'yinlar vaqtida har bir ishtirokchi umumiy maqsadlar ostida harakat qilganda muvaffaqiyatli amalga oshiriladi. Jismoniy tarbiya jarayonida o'quvchi-yoshlarda fuqarolik javobgarligini shakllantirish judayam zarurdir.

Har bir darsdagi mavzu va o'quv predmetining o'ziga xos texnologiyasi mavjud. Ya'ni o'quv jarayonidagi pedtexnologiya, bu yakka tartibdagi jarayon bo'lib, u o'quvchi ehtiyojidan kelib chiqqan holda bir maqsadga yo'naltirilgan, loyihalashtirilgan va kafolatlangan natija berishga qaratilgan pedagogik jarayondir. "Uzluksiz ta'lim tizimi uchun o'quv adabiyotlarining yangi avlodini yaratish konsepsiyasi" da milliy istiqloq g'oyasiga sodiq, yetarli intellektual salohiyatga ega, ilm- fanning zamonaviy yutuqlari asosida mustaqil fikr va mushohada yurita oladigan shaxslarni tarbiyalash hamda raqobatbardosh, yuqori malakali kadrlarni tayyorlash masalasi o'quv adabiyotlarining yangi avlodini yaratish va mafkuraviy jihatdan eskirgan, to'liq an'anaviy (bosma) usulida nashr etilayotgan darsliklar ma'lum qismining yangi ta'limiy ehtiyojlarni qondira olmayotganligi ko'rsatilgan.

Jismoniy tarbiya va sportda bunday xussiyat va omillarning mavjudligi jismoniy tarbiya va sport taraqqiyotida ijtimoiy-madaniy omillarning ahamiyatini ko'rsatadi.

Xulosa o'rnida suni aytish mumkinki, jamiyatimizda jismoniy tarbiya va sportning o'rni yildan-yilga ortib, davlatimiz jadal qadamlar bilan xalqimizni jismoniy tarbiya va sportga yanada kengroq jalb etishga xizmat qiladigan tegishli chora-tadbirlarni amalga oshirishga intilmoqda. Shuningdek, xalqaro musobaqalarda sportchilarimiz har yili eng yuqori natijalarni ko'rsatib, turli sport turlari bo'yicha jahon rekordlarini o'rnatmoqda. ulosa o'rnida aytish mumkinki, butun dunyoda jismoniy tarbiya va sport bosqichma-bosqich rivojlanib, kundan-kunga ko'proq odamlar sport



tadbirlariga jalb qilinib, ularda qatnashishga intilmoqda. Ayni paytda mamlakatimizda sogʻlom turmush tarziga faol qiziqish rivojlanmoqda. Darhaqiqat, Oʻzbekistonda aholining barcha qatlamlarini bir vaqtning oʻzida jismoniy tarbiya va sportga ommaviy jalb etish orqali fuqarolarning sogʻligʻini saqlashdan oʻtkir manfaatdorligida ifodalangan yangi ijtimoiy hodisa yuzaga kelmoqda, deyishimiz mumkin.

## Foydalanilgan adabiyotlar roʻyxati

1. Мирзакулов И.М. Ёшлар тарбиясида жисмоний ва амалий тайёргарлик жараёнлари. PEDAGOGS jurnali. 27.2 (2023): 17-20.
2. KB Mukhammadiev, IM Mirzakulov, AH Karimov. Methodological fundamentals of formation of ecological culture in students. AIP Conference Proceedings 2432 (1), 030054
3. M.K. Burkhonovich. Physical Education and Sport and Student Health Factor. Berlin Studies Transnational Journal of Science and, 2021.