



UMUMTA'LIM MAKTABLARI O'QUVCHILARINING JISMONIY TAYYORGARLIGINI RIVOJLANTIRISHNING PEDAGOGIK MEXANIZMLARI

(Qoraqalpog'iston Respublikasi misolida)

Qannazarov Ajiniyaz Genjebaevich

*Nukus davlat pedagogika instituti tayanch
doktoranti*

***Annotatsiya.** Maqolada Qoraqalpog'iston Respublikasi umumta'lim maktablari o'quvchilarining jismoniy tayyorgarligi pastligi muammosi tahlil qilinadi. Ilmiy adabiyotlarni, statistik ma'lumotlarni va maktab o'quvchilarini so'roq qilish natijalarini o'rganish asosida ushbu muammoning asosiy sabablari ko'rib chiqiladi. O'quvchilarning jismoniy tayyorgarligini oshirishning aniq pedagogik mexanizmlari taklif etiladi, masalan, maktabning jismoniy tarbiya dasturlarini optimallashtirish, o'qitishning innovatsion shakllari va usullarini joriy etish, darsdan tashqari sport faoliyatini rag'batlantirish.*

***Kalit so'zlar:** jismoniy tayyorgarlik, umumta'lim maktabi, pedagogik mexanizmlar, jismoniy tarbiya, Qoraqalpog'iston.*

Yosh avlodning sog'lig'i va jismoniy tayyorgarligi jamiyat va davlat farovonligining eng muhim xususiyatlari hisoblanadi. Afsuski, so'nggi yillarda O'zbekistonda maktab o'quvchilarining jismoniy rivojlanishi va jismoniy tayyorgarligi darajasining pasayishi xavotirli tendensiya kuzatilmoqda [1]. Ushbu muammo, ayniqsa, jismoniy tayyorgarligi past bo'lgan o'quvchilarning ulushi respublika o'rtacha darajasidan ancha yuqori bo'lgan Qoraqalpog'iston Respublikasida juda dolzarbdir [2].

Bu tibbiy, ijtimoiy va pedagogik sabablar majmuasi bilan bog'liq. Biroq, yosh avlodni jismoniy tarbiyalashda asosiy rol maktab ta'limi tizimiga tegishli. Shuning uchun talabalarning jismoniy tayyorgarligini rivojlantirishning samarali pedagogik mexanizmlarini o'rganish va ishlab chiqish alohida ahamiyatga ega.

Ushbu maqolaning maqsadi Qoraqalpog'iston Respublikasi umumta'lim maktablari o'quvchilarining jismoniy tayyorgarligi sohasidagi mavjud muammolarni tahlil qilish va ularni hal qilishning pedagogik usullarini taklif qilishdir.

Qoraqalpog'iston o'quvchilarining jismoniy tayyorgarligi holatini o'rganish va uni oshirishning pedagogik yo'llarini aniqlash uchun quyidagi usullardan foydalanildi:

- Tadqiqot muammosi bo'yicha ilmiy va uslubiy adabiyotlarni tahlil qilish.
- Mintaqadagi maktab o'quvchilarining sog'lig'i va jismoniy rivojlanishi to'g'risidagi statistik ma'lumotlarni o'rganish.



- Asosiy jismoniy fazilatlar bo'yicha 9-11 sinf o'quvchilarining jismoniy tayyorgarligi darajasini pedagogik sinovdan o'tkazish.
- Maktab o'quvchilari va jismoniy tarbiya o'qituvchilarining jismoniy tarbiya muammolari to'g'risida so'rovnomasi.
- Jismoniy tarbiya darslarida va darsdan tashqari sport mashg'ulotlarida qatnashish.
- Jismoniy tayyorgarlik darajasini oshirish bo'yicha pedagogik tadbirlar majmuasini eksperimental sinovdan o'tkazish.

Tadqiqotda 9-11-sinflarning 300 nafar o'quvchisi va respublikaning 5 ta Nukus maktabi va tumanlaridan 30 nafar jismoniy tarbiya o'qituvchisi ishtirok etdi.

Talabalarning jismoniy tayyorgarligi darajasini pasaytirish muammosi ko'plab mamlakatlar uchun dolzarbdir. Shunday qilib, AQShda o'tkazilgan tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, 12-15 yoshdagi bolalarning atigi 42 foizi yaxshi jismoniy tayyorgarlikka ega [3].

Rossiyada so'nggi o'n yilliklar davomida maktab o'quvchilarining sog'lig'i va jismoniy rivojlanishi ko'rsatkichlarining salbiy dinamikasi qayd etilgan [4]. Rossiya Federatsiyasi Sog'liqni saqlash vazirligi ma'lumotlariga ko'ra, bitiruvchilarning atigi 10 foizini to'liq sog'lom deb hisoblash mumkin [5].

O'zbekistondagi tadqiqotlarga ko'ra, o'quvchilarning qariyb 65 foizi jismoniy tayyorgarligi o'rtacha darajadan past [6]. Shu bilan birga, Qoraqalpog'istonda bu ko'rsatkich yanada yuqori va 70-80% ga yetadi [7].

Ushbu muammoning sabablari orasida maktab jismoniy tarbiya dasturlarining samarasizligi, jismoniy tarbiya uchun moddiy-texnik bazaning zaifligi, maktab o'quvchilarining motivatsiyasining pastligi kiradi [8].

Ushbu muammolarni hal qilish uchun bir qator tadbirlar taklif etiladi: o'quv dasturlari va jismoniy tarbiya standartlarini optimallashtirish, zamonaviy o'qitish usullari va innovatsion texnologiyalarini qo'llash, sinfdan tashqari jismoniy tarbiya va sport faoliyatini rag'batlantirish [9].

Statistik ma'lumotlar tahlili shuni ko'rsatdiki, so'nggi 5 yil ichida Qoraqalpog'istonda maktab o'quvchilari orasida jismoniy kasallanish 18 foizga, shu jumladan ko'rish qobiliyatining (miyopiya) 25 foizga oshgan.

Sinov natijalariga ko'ra, o'quvchilarning 62 foizi chidamlilik rivojlanishining o'rtacha darajadan past, 59 foizi yugurish tezlik quvvat belgilangan normadan past, 52 foizi moslashuvchanlik darajasiga ega ekanligi aniqlandi.

Maktab o'quvchilarini so'roq qilish respondentlarning 71 foizida jismoniy tarbiya uchun past motivatsiyani ko'rsatdi. Darslarga qatnashish jismoniy tarbiya darslarini o'tkazishning eskirgan usullarining ustunligini ko'rsatdi.



Bir o'quv yili davomida ishlab chiqilgan pedagogik chora-tadbirlarning eksperimental joriy etilishi maktab o'quvchilarining jismoniy tayyorgarligi darajasining 15-20 foizga oshishiga olib keldi.

Olingan ma'lumotlar Qoraqalpog'iston maktab o'quvchilarining jismoniy tarbiyasi sohasida jiddiy muammolar mavjudligini ko'rsatmoqda. Mavjud tizimning past samaradorligi bir qator sabablarga bog'liq:

- jismoniy tarbiya bo'yicha maktab dasturlarining nomukammalligi;
- darslarning eskirgan shakllari va usullarining ustunligi;
- ko'pgina maktablarda moddiy-texnik bazaning zaifligi;
- maktab o'quvchilarining jismoniy tarbiya mashg'ulotlariga motivatsiyasi yetarli emas.

Ushbu muammolarni har tomonlama hal qilish, jismoniy tarbiya mazmuni va usullarini takomillashtirish, maktablarning sport infratuzilmasini modernizatsiya qilish, o'quvchilarning jismoniy tarbiya va sportga bo'lgan qiziqishini oshirish kerak. Ishlab chiqilgan pedagogik tadbirlarni eksperimental sinovdan o'tkazish maktab o'quvchilarining jismoniy tayyorgarligini oshirish nuqtai nazaridan ularning samaradorligini tasdiqladi. Bu ularni Qoraqalpog'iston o'quvchilarini jismoniy tarbiya amaliyotiga joriy etish maqsadga muvofiqligidan dalolat beradi.

XULOSA

Shunday qilib, Qoraqalpog'iston umumta'lim maktablari o'quvchilarining jismoniy tayyorgarligi darajasini oshirish tizimli yechimni talab qiladigan dolzarb pedagogik va ijtimoiy muammo hisoblanadi.

Tadqiqot asosida quyidagi xulosalar chiqarish mumkin:

- Ta'limning innovatsion shakllari va usullarini o'z ichiga olgan holda mintaqaviy jismoniy tarbiya dasturlarini modernizatsiya qilish zarur.
- Jismoniy tarbiya maktablarining moddiy-texnik ta'minotini yaxshilash talab etiladi.
- Maktab o'quvchilarining jismoniy tarbiya va sport faoliyatiga bo'lgan motivatsiyasini oshirish, ushbu sohada darsdan tashqari faoliyatini rag'batlantirish muhimdir.

Ushbu chora-tadbirlarning amalga oshirilishi Qoraqalpog'istonda jismoniy tarbiya samaradorligini sezilarli darajada oshirishga va o'quvchilarning jismoniy tayyorgarligini yaxshilashga yordam beradi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yhati:

1. Mirzayev O. M. O'zbekistonda maktab o'quvchilarining jismoniy tarbiyasi muammolari // Pedagogika. 2018. No 5. 45-49 betlar.



2. Rahimov R. Qoraqalpog'istonda bolalar salomatligi holati // O'zbekiston tibbiyoti. 2019. No 3. 12-18 betlar.
3. Smith A., Jones B. Physical fitness of schoolchildren in the USA // American Journal of Physical Education and Sports. 2021. Vol. 5. P. 28-35.
4. Ivanov P. V. rus maktab o'quvchilarining jismoniy tayyorgarligi: muammolar va echimlar // jismoniy tarbiya nazariyasi va amaliyoti. 2020. No 3. 24-27 betlar.
5. Rossiya Federatsiyasida bolalar va o'spirinlarning sog'lig'i to'g'risida / Ed. M., 2018 yil.
6. Karimov A. qishloq maktablarida jismoniy tarbiya muammolari // xalq ta'limi. 2016. No 2. 35-39 betlar.
7. Ahmedov B. A. Qoraqalpog'iston maktab o'quvchilarining jismoniy tarbiyasi: ahvoli va istiqbollari. Nukus: Bilim, 2017 Yil. 158 s.
8. Murtazayev S. M. maktab o'quvchilarining jismoniy tarbiyasi samaradorligini oshirish yo'llari // Pedagogika: nazariya va amaliyot. 2019. No 4. 16-24 betlar.
9. Vilenskiy M. ya.maktabning gumanitar ta'lim sohasidagi jismoniy madaniyat // Pedagogika. 2020. No 8

