

ZAMONAVIY ILMIIY TADQIQOTLAR ASOSIDA JISMONIY TARBIYA TIZIMINI TAKOMILLASHTIRISHNING KONSEPTUAL VA TIZIMLI MUAMMOLARI

Ibraximov Sanjar Urunbayevich,

Alfraganus university "Sport faoliyati" kafedrası professor v.b,

pedagogika fanlari doktori(DSc)

ORCID 0000-0002-9347-5595

sanjar.ibraximov@mail.ru

DOI: <https://doi.org/10.5281/zenodo.18338032>

Annotatsiya. Mazkur ilmiy maqolada zamonaviy ilmiy tadqiqotlar natijalari asosida jismoniy tarbiya tizimini takomillashtirish muammolari kompleks tahlil qilinadi. Tadqiqotda jismoniy tarbiya jarayonining mazmuni, shakllari va metodlarini yangilash zarurati, shuningdek, ta'lim-tarbiya jarayoniga innovatsion pedagogik texnologiyalar, raqamli monitoring vositalari va individual yondashuv tamoyillarini joriy etish masalalari yoritiladi. Ilmiy manbalar tahlili asosida jismoniy tayyorgarlik darajasini baholash mezonlarining yetarli darajada takomillashmaganligi, o'quv mashg'ulotlari yuklamalarining ilmiy asosda differensiallashmaganligi hamda amaliyot va nazariya o'rtasidagi uzviylikning yetarli emasligi aniqlanadi. Maqolada jismoniy tarbiya tizimini takomillashtirishga qaratilgan konseptual yondashuvlar, tizimli tahlil va ilmiy asoslangan tavsiyalar ishlab chiqilgan bo'lib, ularning amaliyotga joriy etilishi jismoniy rivojlanish, sog'lom turmush tarzini shakllantirish va ta'lim samaradorligini oshirishga xizmat qilishi asoslab beriladi.

Kalit so'zlar: jismoniy tarbiya tizimini modernizatsiyalash konsepsiyasi, zamonaviy ilmiy-pedagogik tadqiqotlar integratsiyasi, jismoniy tarbiya jarayonini innovatsion boshqarish mexanizmlari, jismoniy tayyorgarlikni baholashning ilmiy-metodik asoslari, mashg'ulot yuklamalarini individuallashtirish va differensiallashtirish tamoyillari, jismoniy tarbiya samaradorligini oshirishning tizimli yondashuvi.

Аннотация. В данной научной статье на основе результатов современных научных исследований комплексно анализируются проблемы совершенствования системы физического воспитания. В исследовании освещается необходимость обновления содержания, форм и методов процесса физического воспитания, а также вопросы внедрения инновационных педагогических технологий, инструментов цифрового мониторинга и принципов индивидуального подхода в образовательно-воспитательный процесс. На основе анализа научных источников установлено, что критерии оценки уровня физической подготовленности недостаточно усовершенствованы, нагрузки тренировочных занятий не дифференцированы на научной основе, а также недостаточна преемственность между практикой и теорией. В статье разработаны концептуальные подходы, системный анализ и научно обоснованные рекомендации, направленные на совершенствование системы физического воспитания, обосновано, что их внедрение в практику будет способствовать физическому развитию, формированию здорового образа жизни и повышению эффективности образования.

Ключевые слова: концепция модернизации системы физического воспитания, интеграция современных научно-педагогических исследований, механизмы инновационного управления процессом физического воспитания, научно-методические основы оценки физической подготовленности, принципы индивидуализации и дифференциации тренировочных нагрузок, системный подход к повышению эффективности физического воспитания.

Abstract. In this scientific article, the problems of improving the physical education system are comprehensively analyzed based on the results of modern scientific research. The study examines the need to update the content, forms, and methods of the physical education process, as well as the issues of introducing innovative pedagogical technologies, digital monitoring tools, and individual approach

principles into the educational process. Based on the analysis of scientific sources, it has been established that the criteria for assessing the level of physical fitness have not been sufficiently improved, training loads have not been differentiated on a scientific basis, and there is insufficient continuity between practice and theory. The article developed conceptual approaches, systematic analysis, and scientifically based recommendations aimed at improving the physical education system, substantiating that their implementation in practice will contribute to physical development, the formation of a healthy lifestyle, and increased educational effectiveness.

Keywords: *concept of modernization of the physical education system, integration of modern scientific and pedagogical research, mechanisms of innovative management of the physical education process, scientific and methodological foundations for assessing physical fitness, principles of individualization and differentiation of training loads, a systematic approach to increasing the effectiveness of physical education.*

Kirish. Bizga ma'lumki so'nggi yillarda uzluksiz ta'limi tizimida ro'y berayotgan o'zgarishlar jismoniy tarbiya va sport kafedralari faoliyatining samaradorligiga bevosita ta'sir ko'rsatuvchi bir qator yangi tendensiyalarni yuzaga keltirdi. Ushbu tendensiyalarning eng muhimlaridan biri — ilmiy faoliyat natijadorligini oshirish bilan bog'liq jarayonlardir.

Biroq, jismoniy madaniyatni to'laqonli ilmiy bilim sohasi sifatida yetarlicha baholamaslik holati mavjud bo'lib, bu esa tadqiqotlarning chuqur va tizimli olib borilishiga to'sqinlik qiladi. Natijada, oliy ta'lim muassasalaridagi jismoniy tarbiya va sport kafedralari o'qituvchilarining ilmiy nashrlar faolligi sezilarli darajada pasaymoqda.

Zamonaviy bosqichda shaxsning shakllanishida, uning dunyoqarashini rivojlantirishda hamda insonning moslashuvchanlik (adaptatsion) qobiliyatlarini o'rganishda jismoniy madaniyatning funksional vazifasini qayta anglash zaruriyati keskin namoyon bo'ldi.

Respublikamizda jismoniy tarbiya va sport sohasini rivojlantirishda bo'lajak mutaxassislarning ta'lim jarayonlarini takomillashtirish, mashg'ulot yuklamalarini optimallashtirish, jismoniy sifatlarini oshirish masalalari ko'plab olimlar tomonidan tadqiq etilmoqda. "Jismoniy tarbiya va sport sohasida xalqaro standartlarga muvofiq kompleks bilimlarga ega malakali kadrlar tayyorlash sifatini yaxshilash, sportda ilm-fanni jadal rivojlantirish, yuqori malakali raqobatbardosh trener-o'qituvchilar, mutaxassislar hamda ilmiy xodimlarni tayyorlash jarayonlarini yanada takomillashtirishga qaratilgan keng ko'lamli ishlar amalga oshirilmoqda".[1]

Hozirgi sharoitda ilmiy tadqiqotlarning umumiy tamoyillari va metodlarini tanlashga bo'lgan yondashuv tubdan o'zgardi. Endilikda tadqiqotlarda xususiy muammolarni o'rganish ustuvor ahamiyat kasb etmoqda. Bu, bir tomondan, fan va ta'lim sohasidagi paradigmalarning o'zgarishi bilan, ikkinchi tomondan esa XXI asr boshidagi ilmiy tafakkur xususiyatlari bilan chambarchas bog'liqdir.

So'nggi yillarda o'tkazilgan ilmiy tadqiqotlar tahlili shuni ko'rsatadiki, jismoniy madaniyatni mustaqil va o'ziga xos xususiyatlarga ega ilmiy tadqiqot obyekti sifatida yaxlit tasavvurini shakllantirish uchun zarur bo'lgan konseptual asos yaratilgan.

Ta'limning deyarli hech bir sohasi jismoniy tarbiya singari amaliy tayyorgarlikka yo'naltirilgan emas. Shu bilan birga, XX asr oxiri va XXI asr boshlaridagi tajribalar shuni ko'rsatdiki, jismoniy madaniyat va sport nafaqat amaliy faoliyat sohasi, balki mamlakat ta'lim tizimidagi ilmiy yo'nalish sifatida ham alohida o'rinni egallaydi.

Bugungi kunda jismoniy madaniyat va sport sohasida fundamental hamda amaliy tadqiqotlarni olib borish zarurati tobora ortib bormoqda. Bu yo'nalish innovatsion g'oyalar, ilmiy izlanishlar va istiqbolli rivojlanish yo'nalishlarini o'zida mujassam etgan mustaqil fan sohasi sifatida qaralmoqda.[2]

Bu yerda gap, avvalo, yangi tadqiqot obyektlarini izlash va ularni talqin etishda pragmatik yondashuvni qo'llash zarurati haqida bormoqda.

Jismoniy madaniyatni keng ijtimoiy-madaniy makon doirasida ko'rib chiqish, uni ilmiy bilimlar tizimi bilan uyg'unlashtirish imkonini beradi. Shu bilan birga, bu yondashuv jismoniy madaniyat tushunchasi tuzilmasida mavjud ilmiy bilim elementlarini ajratib ko'rsatish va ularning o'zaro bog'liqligini aniqlashga xizmat qiladi.

Jismoniy madaniyatni ilmiy tadqiqotlarning alohida sohasi sifatida ajratib ko'rsatish — bu, avvalo, uning funksional imkoniyatlarini chuqur anglash, XX asr oxirida shakllangan ilmiy makonning o'zgarishi hamda yangi ta'limiy vazifalarni hal etish zaruratining natijasidir.

Birinchi qarashda, ushbu yo'nalishda mustaqil ilmiy tadqiqot sohasi mavjud emasdek tuyulishi mumkin. Chunki jismoniy madaniyat va sport sohasidagi ilmiy izlanishlar ko'pincha pedagogik, psixologik, biologik va shu kabi boshqa yo'nalishlar doirasida tasniflanadi.

Shunga qaramay, jismoniy madaniyat o'zining mazmuni, maqsadi va metodologiyasi jihatidan kompleks va mustaqil ilmiy tahlil obyektiga aylanib bormoqda.

Adabiyotlar tahlili. Ushbu sohada olib borilgan tadqiqot ishlarini tahlil etadigan bo'lsak O'zbekistonlik olimlari tomonidan jismoniy tarbiya tizimini takomillashtirish masalalari ko'plab ilmiy izlanishlarning markazida turadi. Masalan, Asatova G.R. o'z tadqiqotlarida jismoniy tarbiya jarayonida pedagogik innovatsiyalarni joriy etishning metodologik asoslarini yoritib, o'quv jarayonini individuallashtirish zarurligini ta'kidlaydi.[3]

Nurullaeva D.S. esa sport faoliyatida ilmiy izlanishlarning natijadorligini baholash tizimini ishlab chiqib, jismoniy madaniyatni fan sifatida takomillashtirishda ilmiy faoliyatni tahlil etishning o'rni haqida tadqiqotlar olib borgan.[4]

Narimanov B.A. va Xaiotov A.X. tomonidan yaratilgan qo'llanmalarda esa jismoniy tarbiya tizimining nazariy va amaliy asoslari, sportchi tayyorgarligini rivojlantirishda kompleks yondashuvning o'rni keng yoritilgan.[5, 6]

Qosimov U.R. o'z ishlarida innovatsion ta'lim texnologiyalarining jismoniy tarbiya tizimiga integratsiyasi bo'yicha amaliy tavsiyalar ishlab chiqqan.[7]

MDH mamlakatlari olimlari va tadqiqotlari, xususan Rossiya, Belarus va Qozog‘iston olimlari tomonidan olib borilgan ishlar, jismoniy tarbiya tizimini modernizatsiya qilishda muhim manba hisoblanadi.

Alekseev S.V. sport faoliyatining huquqiy-me‘yoriy asoslarini yoritib, sport tizimini boshqarishda ilmiy va normativ tamoyillarni asoslagan.[8]

Matveev L.P. jismoniy tarbiya nazariyasining fundamental tamoyillarini yaratib, zamonaviy sport pedagogikasi va trening nazariyalariga ilmiy asos bergan. Platonov V.N. esa sport trenirovkalari tizimini ilmiy asoslash orqali sportchilarning jismoniy tayyorgarligini takomillashtirish modelini ishlab chiqqan.[9]

Shuningdek, Volkov L.V. va Kuznetsov V.S. asarlarida o‘quvchi-yoshlarning jismoniy rivojlanish dinamikasi, adaptatsiya jarayonlari va sport psixologiyasining o‘ziga xos jihatlari o‘rganilgan. [10, 11]

Xorijiy tadqiqotlarda jismoniy tarbiya tizimini takomillashtirish sog‘lom turmush tarzi, ta‘limdagi inkluzivlik, va zamonaviy texnologiyalarning integratsiyasi bilan bog‘liq yo‘nalishlarda tahlil qilinadi.

Hardman K. va Green K. jismoniy tarbiyani global ta‘lim tizimining muhim tarkibiy qismi sifatida baholab, ta‘lim siyosatida sport va harakat madaniyatining o‘rnini asoslab bergan.[12]

Bailey R. jismoniy tarbiyaning inson salomatligi, kognitiv va ijtimoiy rivojlanishga ta‘siri haqida empirik tadqiqotlar o‘tkazgan.[13]

Tinning R. va Kirk D. asarlarida jismoniy tarbiya pedagogikasining zamonaviy model va konsepsiyalari, ta‘limdagi refleksiv yondashuvlar, sportdagi insonparvarlik qadriyatlarini asoslab berilgan.[14]

Shuningdek, WHO (Jahon sog‘liqni saqlash tashkiloti) tomonidan 2018-yilda e‘lon qilingan “Global Action Plan on Physical Activity” hujjatida harakat faolligi orqali jismoniy tarbiya tizimlarini modernizatsiya qilish bo‘yicha global strategik yo‘nalishlar belgilab berilgan.

Tadqiqot metodologiyasi. Mazkur ilmiy tadqiqotda jismoniy tarbiya tizimini takomillashtirish muammolarini o‘rganish jarayonida bir necha turdagi metodlardan foydalanildi. Tadqiqot nazariy, empirik va statistik yo‘nalishdagi metodlarga asoslandi.

Birinchi, nazariy metodlar yordamida jismoniy tarbiya tizimining ilmiy asoslari o‘rganildi. O‘zbekiston, MDH va xorijiy davlat olimlarining ilmiy ishlaridan foydalanilib, jismoniy tarbiya sohasida olib borilgan tadqiqotlar tahlil qilindi. Qiyosiy tahlil orqali turli mamlakatlardagi jismoniy tarbiya tizimlari solishtirildi, ularning ijobiy tajribalari aniqlanib, mahalliy sharoitga mos takliflar ishlab chiqildi.

Ikkinchi, empirik metodlar orqali amaliy ma‘lumotlar to‘plandi. So‘rovnomalar, suhbatlar va kuzatuvlar yordamida o‘qituvchilar, talabalar hamda sport mutaxassislarining fikrlari o‘rganildi. Tajriba-sinov ishlarida innovatsion metodikalar joriy etilib, ularning samaradorligi nazorat guruhi bilan taqqoslab baholandi.

Uchinchidan, statistik metodlar yordamida olingan ma'lumotlar tahlil qilindi.

Tadqiqot davomida pedagogik tajriba metodi ham qo'llanildi. Bu usul orqali jismoniy tarbiya mashg'ulotlarini yangi ilmiy-metodik asosda tashkil etishning amaliy samaradorligi o'rganildi. Tajriba natijalarida o'qituvchilar tomonidan ilmiy yondashuvga qiziqish ortgani va samaradorligi oshgani kuzatildi.

Umuman olganda, tadqiqot metodlari bir-biri bilan uzviy bog'liq holda tanlandi va ular jismoniy tarbiya tizimini ilmiy asosda tahlil qilish hamda uni takomillashtirish imkonini berdi.

Tadqiqot natijalar va ularning tahlili. So'nggi yillarda jismoniy madaniyatning o'zgarayotgan sharoitlarda faoliyat yuritish mohiyatini aks ettiruvchi yangi ilmiy bilimlar tizimi shakllandi. Bugungi islohotlar jarayonida jismoniy madaniyat haqidagi bilim mazmunida yuz berayotgan o'zgarishlarning sabablari faqat ushbu soha doirasidagina emas, balki uning chegaralaridan tashqaridagi omillar bilan ham bog'liqdir.

Xususan, jamiyat hayotidagi tub ijtimoiy o'zgarishlar tabiiy fanlar (tirik va jonsiz tabiatni o'rganishga yo'naltirilgan) hamda gumanitar fanlar (inson shaxsiyati, huquqlari va manfaatlariga yo'naltirilgan) kompetensiya doirasining kengayishiga olib keldi. Natijada, ushbu fanlar o'rtasida integrativ tendensiyalar shakllanib, yangi ilmiy obyektlarning paydo bo'lishiga va yangi bilim sohalarining shakllanishiga zamin yaratdi.

Hozirgi davrda jismoniy madaniyat sohasida falsafiy va psixologik mazmundagi muammolar ilgari surilayotgani diqqatga sazovordir. Bu jarayon, avvalo, falsafa fanining o'z problematik maydonini kengaytirishi natijasida yuzaga keldi. Ya'ni, falsafa qadimiy, abadiy savollardan tashqari, endilikda metodologik yo'nalishdagi masalalarni ham qamrab olmoqda.

Eng muhim o'zgarishlar jismoniy madaniyat, psixologiya va madaniy antropologiya fanlari o'rtasidagi o'zaro yaqinlashuv va integratsiyada yaqqol namoyon bo'lmoqda. Bu holat jismoniy madaniyatning faqat jismoniy rivojlanish emas, balki insonning ruhiy, ijtimoiy va madaniy taraqqiyotini ham o'z ichiga oluvchi murakkab tizim ekanligini ko'rsatadi.

Shu sababli jismoniy, ijtimoiy-madaniy va psixologik jihatlarining o'zaro bog'liqligi va o'zaro ta'siri masalalari yangi ilmiy nuqtai nazardan talqin etilmoqda. Ana shu o'zaro aloqadorlik natijasida jismoniy madaniyat sohasida yangi ilmiy yo'nalishlar shakllandi.

Jismoniy madaniyat sohasidagi ilmiy tadqiqotlar hozirgi kunda ta'lim tizimidagi ustuvor yo'nalishlardan biri sifatida e'tirof etilmoqda. Shuningdek, bu sohada olib borilayotgan tadqiqotlarni kengaytirish, ularni amaliy va fundamental yo'nalishlarda rivojlantirish istiqbolli hamda samarali yo'nalishlardan biri hisoblanadi.

Mazkur yondashuv jismoniy tarbiya ta'limining ilmiy asoslarini chuqurlashtirish, pedagogik amaliyotni boyitish va ta'lim jarayoniga innovatsion texnologiyalarni joriy etish imkonini beradi.

Jismoniy madaniyat haqidagi fan taraqqiyoti jismoniy madaniyat sohasida uzluksiz ta'lim tizimini shakllantirish va amalga oshirish jarayoniga sezilarli ta'sir ko'rsatmoqda. Uzluksiz jismoniy tarbiya ta'limi g'oyasi bugungi kunda ilmiy jihatdan samarali va istiqbolli yo'nalish sifatida qaralmoqda.

Biroq, shunga qaramay, ushbu yo'nalishda hali ham to'liq ishlab chiqilmagan masalalar mavjudligi e'tirof etiladi. Uzluksiz jismoniy tarbiya ta'limining rivojlanishini uning barcha bosqichlari va darajalarining yaxlitligi hamda integratsiyalashganligi sari yo'naltirilgan harakat sifatida ko'rish lozim.

Uzluksiz jismoniy tarbiya ta'limi tizimini tadqiq etish jismoniy madaniyat fani bilan pedagogika fanining o'zaro hamkorligi asosida amalga oshirilishi maqsadga muvofiqdir. Bu ayniqsa muhim, chunki so'nggi yillarda ta'lim tizimining maqsad va ustuvor yo'nalishlari tubdan o'zgardi.

Shu nuqtai nazardan, hozirgi bosqichda jismoniy madaniyat fani va jismoniy tarbiya ta'limining metodologik hamda qadriyat asoslari shakllanayotgan davr sifatida qaralmoqda. Mazkur jarayon jismoniy madaniyatni zamonaviy fan sifatida takomillashtirish va uning ta'lim tizimidagi rolini mustahkamlash uchun ilmiy poydevor yaratadi.[16]

Alohida ta'kidlash joizki, jismoniy madaniyat bir vaqtning o'zida ilmiy hamda ta'limiy fan sohasi sifatida shakllanib borar ekan, uning rivojlanish jarayonidagi yangi yo'nalishlarga befarq bo'lishi mumkin emas.

Bugungi kunda jismoniy madaniyat sohasida akvaerobika, aerobika, kallanetika, tay-bo, yoga kabi yangi yo'nalishlar paydo bo'lib, ular nafaqat amaliy mashg'ulotlarning shaklini, balki jismoniy tarbiya tizimining mazmunini ham boyitmoqda.

Mazkur tendensiya jismoniy madaniyatning doimiy rivojlanishda ekanligini, uning ilmiy-nazariy asoslarini muntazam ravishda yangilab borish zarurligini ko'rsatadi. Shu bois jismoniy madaniyat fani yangi yo'nalishlarning paydo bo'lishiga moslashuvchan, innovatsion va integrativ yondashuv asosida javob berishi lozim.

Shu boisdan hozirgi davrda jismoniy tarbiya ta'limi va tarbiyasi, shuningdek, turli yosh va ijtimoiy guruhlariga mansub insonlarda sog'lom turmush tarzini shakllantirish masalalari bilan bog'liq ilmiy dasturlar va muammolar eng faol muhokama qilinayotgan hamda rivojlantirilayotgan yo'nalishlardan biri hisoblanadi.

Bu jarayon, avvalo, bolalar, yoshlar va kattalar jismoniy tarbiyasining turli jihatlariga bag'ishlangan fundamental va amaliy tadqiqotlarni qamrab oladi. Ushbu tadqiqotlarda jismoniy faollik, sog'lomlashtirish texnologiyalari, psixologik tayyorgarlik va ijtimoiy moslashuv masalalari chuqur o'rganilmoqda.

Ayniqsa, yuqori malakali sportchilar hamda yosh sportchilar tayyorlov tizimini takomillashtirish masalalari so'nggi yillarda jadal ravishda ilmiy izlanishlar markaziga aylangan. Mazkur yo'nalish sport ta'limi tizimining sifatini oshirish, metodik

yondashuvlarni yangilash va zamonaviy ilmiy natijalarga asoslangan tayyorgarlik modellarini ishlab chiqishni taqozo etadi.

An'anaviy ravishda jismoniy madaniyat sohasida fundamental tadqiqotlar yo'nalishi alohida ajratib ko'rsatiladi. Mazkur yo'nalish jismoniy madaniyatning ilmiy xususiyatini belgilovchi eng muhim tarkibiy qism sifatida e'tirof etiladi.

Fundamental ilmiy tadqiqotlar quyidagi asosiy masalalarga bag'ishlanadi:

1. Jismoniy madaniyat va sportning tibbiy hamda valeologik muammolari, ya'ni inson sog'lig'i, jismoniy rivojlanish, harakat faoliyati va organizmning moslashuv imkoniyatlarini o'rganish;

2. Zamonaviy sharoitlarda ommaviy jismoniy madaniyat va sport muammolari, ya'ni aholining keng qatlamlarini jismoniy faollikka jalb etish, sog'lom turmush tarzini targ'ib etish;

3. Yuqori malakali sportchilarni tayyorlash masalalari, ularning jismoniy, psixologik va funksional tayyorgarligini ilmiy asosda takomillashtirish;

4. Kadrlar tayyorlash va malaka oshirish tizimini o'rganish hamda tahlil qilish, ya'ni sport va jismoniy tarbiya sohasidagi pedagogik salohiyatni rivojlantirish.

Mazkur yo'nalishlar jismoniy madaniyat fanining nazariy poydevorini shakllantiradi va uning amaliy rivojlanish yo'nalishlarini belgilab beradi.

Bizning fikrimizcha, eng istiqbolli ilmiy yo'nalishlardan biri bu — turli sport turlarida sportchilarning tayyorgarlik darajasini baholash, saralash tizimini yaratish va ularni kompleks nazorat qilishning ilmiy-metodik asoslarini ishlab chiqishga bag'ishlangan tadqiqotlardir.

Mazkur tadqiqotlarda axborot texnologiyalaridan foydalanish, sportchilarning malaka va individual xususiyatlarini o'lchash, shuningdek psixologik tayyorgarlikni shakllantirish tamoyillarini ishlab chiqish alohida ahamiyat kasb etadi.

Bundan tashqari, mashg'ulot jarayonini rejalashtirish va dasturlashtirish tizimini takomillashtirish masalalari ham jismoniy tarbiya va sport ilmiy tadqiqotlarining dolzarb yo'nalishlaridan biri sifatida qaralmoqda. Ushbu yo'nalish sportchilar tayyorgarligining samaradorligini oshirish, ularning funksional imkoniyatlarini chuqur tahlil qilish hamda mashg'ulot jarayonini ilmiy asosda boshqarish imkonini beradi.

Fundamental ahamiyatga ega tadqiqotlar, avvalo, insonning biososiomadaniy mohiyatini anglash nuqtai nazaridan jismoniy madaniyatni tahlil qilishga yo'naltirilgan ilmiy izlanishlar bo'lishi mumkin.

Bunday yondashuv jismoniy madaniyatni mazmuniy, tuzilmaviy, funksional, qadriyat va faoliyat jihatlarida tavsiflovchi turli ilmiy qarashlarni yagona tizimli konsepsiya asosida birlashtirish imkonini beradi.

Natijada, jismoniy madaniyatning integrativ, ma'naviy va jismoniy mohiyatini chuqurroq ijtimoiy-madaniy nuqtai nazardan tushunish imkoniyati yaratiladi. Bu esa jismoniy madaniyatni insonning biologik, ijtimoiy va ma'naviy mavjudot sifatidagi

kompleks tabiatini ifodalovchi, barqaror rivojlanishga xizmat qiluvchi ilmiy yo‘nalish sifatida shakllantiradi.[17]

Inson tabiatidagi ijtimoiy va biologik omillar o‘zaro munosabati haqidagi ilmiy munozaralar jismoniy madaniyat haqidagi fan taraqqiyotini sezilarli darajada boyitdi.

Mazkur ilmiy yondashuv jismoniy madaniyatni faqat biologik jarayon sifatida emas, balki insonning ijtimoiy mohiyati, qadriyatlari va madaniy rivojlanishi bilan uzviy bog‘liq tizim sifatida tushunishga imkon yaratdi. Shu tariqa, inson organizmining tabiiy imkoniyatlari bilan uning ijtimoiy faoliyati o‘rtasidagi o‘zaro aloqadorlik jismoniy madaniyat fanining asosiy tadqiqot yo‘nalishlaridan biriga aylandi.

So‘nggi o‘n yillikda ilmiy tadqiqotlarning markazida inson ma‘naviyati muhim izlanish yo‘nalishi sifatida qaralmoqda. Ma‘naviyat – bu insonning ijtimoiy hayotidagi faol prinsip bo‘lib, u boshqalarga foyda yetkazishga yo‘naltirilgan ezgu amaliy harakatni ifodalaydi. Shu bois, ilgari teologik adabiyotlarda muhokama qilingan ma‘naviyat masalasi bugungi kunda ilmiy konferensiyalar va amaliy tadqiqotlar doirasida ham faol o‘rganilmoqda.

Sport faoliyati, odatda, insonning jismoniy imkoniyatlari chegarasida amalga oshiriladi. Tadqiqotchilar fikricha, aynan yuqori darajadagi ma‘naviylik insonning ruhiy va jismoniy kuchlarini safarbar etishda, ularni imkoniyatlar chegarasida to‘liq namoyon etishda muhim omil hisoblanadi.

Bu yerda so‘z diniy shakldagi ma‘naviyat haqida emas, balki insonning ichki ruhiy barkamolligi, iroda kuchi, o‘zini boshqarish qobiliyati va ijtimoiy mas‘uliyatini ifodalovchi ijtimoiy-axloqiy ma‘naviyat haqida bormoqda.

Sport bilan muntazam shug‘ullanish insonda faoliyat motivlarini shakllantiradi, irodaviy sifatlarni rivojlantiradi, shuningdek, jismoniy, ruhiy va ma‘naviy salohiyatini takomillashtirishga xizmat qiladi. Shu tarzda sport nafaqat jismoniy rivojlanish vositasi, balki insonning ruhiy-ma‘naviy kamolotini ta‘minlovchi ijtimoiy hodisa sifatida namoyon bo‘ladi.

So‘nggi yillarda amaliy yo‘nalishdagi ilmiy tadqiqotlar alohida ahamiyat kasb etmoqda. Bunday tadqiqotlar qatoriga, eng avvalo, jismoniy madaniyat va sport sohasidagi psixologik muammolarni o‘rganishga bag‘ishlangan ilmiy izlanishlar kiradi.

Yaqin vaqtgacha “sport karyerasi”, “kasbiy-karyera” tushunchasi ilmiy muammo sifatida deyarli ko‘rib chiqilmagan edi.

Kasbiy-karyera tayyorloviga asoslangan ta‘lim esa talabani ma‘lum bir kasbga yoki soha talablariga tayyorlashga yo‘naltirilgan bo‘lib, bunda talabalarning qiziqishlari, qobiliyatlari va kelajakdagi kasbiy yo‘nalishlari inobatga olinadi. O‘qitish jarayoni amaliy mashg‘ulotlar, stajirovkalar, real ish muhitidagi tajriba asosida tashkil etiladi. Baholash mezonlari ham loyihaviy ishlarga, amaliyot natijalariga va kasbiy ko‘nikmalarni namoyon etishga asoslanadi. Bu yondashuvda o‘qituvchi nafaqat bilim beruvchi, balki mentor

sifatida faoliyat yuritadi va talabning karyera yo'liga yo'naltirilgan holda rivojlanishiga yordam beradi.

Shuningdek, kasbiy tayyorlovga asoslangan ta'lim ijodiy yondashuvlar va innovatsion metodlarni qo'llashga imkon yaratadi, bu esa zamonaviy mehnat bozorida muvaffaqiyatli faoliyat yuritish uchun zarur bo'lgan kompetensiyalarni shakllantiradi.[18]

Biroq sportchilar tayyorgarligining psixologik ta'minoti sohasida olib borilgan zamonaviy tadqiqotlar natijasida sport karyerasi inqirozi muammosi alohida ilmiy masala sifatida ajratib ko'rsatildi.

Ma'lumki, sport faoliyati davomida inqiroz davrini yenga olmagan, biroq yuqori motivatsiyani saqlab qolgan sportchilar odatda ommaviy sportda faoliyatini davom ettiradi yoki sport bilan bog'liq kasbni tanlaydi.

Mazkur holat sportchilar psixologik tayyorgarligini chuqur o'rganish, ularning kasbiy yo'nalishini shakllantirish va sportdagi inqiroz holatlarini bartaraf etish mexanizmlarini ishlab chiqish zarurligini ko'rsatadi.

Sportchilar orasida muayyan qismi turli sabablarga ko'ra sport faoliyatini tark etadi. Ilmiy adabiyotlarda sportchi karyerasi davomida yuz beradigan bir necha turdagi psixologik inqiroz bosqichlari ajratib ko'rsatiladi.

Bular jumlasiga quyidagilar kiradi:

sport ixtisoslashuvining boshlanish bosqichi inqirozi – sportchi o'z yo'nalishini tanlash jarayonida duch keladigan psixologik moslashuv qiyinchiliklari;

tanlangan sport turi bo'yicha chuqurlashtirilgan mashg'ulot bosqichiga o'tish inqirozi – yuklama va talablarning ortishi natijasida yuzaga keladigan stress holatlari;

ommaviy sportdan yuqori natijali sportga o'tish yoki o'smirlik sportidan kattalar sportiga o'tish inqirozi – yangi raqobat muhiti va psixologik bosimga moslashish zaruriyati;

havaskorlik sportidan professional sportga o'tish inqirozi – iqtisodiy, ijtimoiy va ruhiy omillar bilan bog'liq moslashuv jarayonlari;

sport karyerasining cho'qqisidan yakuniy bosqichiga o'tish inqirozi – motivatsiyaning susayishi va faoliyat ma'nosining o'zgarishi;

sport faoliyatini yakunlab, boshqa kasbiy yo'nalishga o'tish inqirozi – yangi hayotiy va kasbiy sharoitlarga moslashish jarayoni.

Sport karyerasidagi bu inqirozlarni tahlil qilish sportchining shaxsiy rivojlanishini chuqur tushunish imkonini beradi. Eng muhimi, bunday tahlil nafaqat sportchini ushbu bosqichlarga psixologik jihatdan tayyorlash, balki unga moslashtiruvchi yordam ko'rsatish va inqirozdan muvaffaqiyatli chiqish strategiyasini ishlab chiqish imkonini yaratadi.

Jismoniy madaniyat gumanitar fanlar tizimiga mansub bo'lib, so'nggi yillarda uning gumanitar ahamiyati sezilarli darajada ortib bormoqda. Shu boisdan jismoniy madaniyatning tuzilmaviy komponentlarini chuqur ilmiy tahlil qilish zarurati vujudga keldi.

Xususan, jismoniy madaniyatning aksiologik (qadriyaviy), operatsion (amaliy-faoliyatga oid) hamda shaxsiy-ijodiy tarkibiy qismlarini o'rganish masalalari dolzarb ilmiy yo'nalish sifatida qaralmoqda. Bu yondashuv jismoniy madaniyatni nafaqat harakat faoliyati, balki inson qadriyatlarini, ma'naviy kamolot va ijodiy o'zini namoyon etish jarayoni sifatida talqin etish imkonini beradi.

Natijada, jismoniy madaniyatni o'rganishda yangi ilmiy konsepsiyalar va integrativ yondashuvlar shakllandi. Masalan, insonning ijtimoiy-biologik mohiyati va ma'naviylik o'rtasidagi o'zaro bog'liqlikni o'rganish zamonaviy integrativ antropologiya fanining shakllanishiga va rivojlanishiga zamin yaratdi.

Antropologiya — inson tabiatini va uning o'zgaruvchanlik xususiyatlarini o'rganadigan bilim sohasi sifatida — ko'plab fan yo'nalishlari, jumladan, jismoniy madaniyat fani uchun ham keng ilmiy istiqbollari ochib berdi.

Jismoniy madaniyat haqidagi fan an'anaviy tarzda ko'proq sport tayyorgarligi va amaliy vazifalarni hal etishga yo'naltirilgan bo'lib kelgan. Shu bilan birga, antropologik yondashuv jismoniy madaniyatni insonning biologik, psixologik va ijtimoiy tabiati o'rtasidagi murakkab o'zaro bog'liqlikni aks ettiruvchi fan sifatida yanada kengroq ilmiy kontekstda talqin etish imkonini yaratdi.

Sportchilarning harakat qobiliyatlari rivojlanishini diagnostika qilish va tahlil etish ishlari amalga oshirildi. Shu bilan birga, jismoniy madaniyat haqidagi yaxlit ilmiy bilimlarga asoslangan tadqiqotlarni olib borish zarurati aniqlangan.

Fundamental tadqiqotlar rivoji bilan o'quv-tarbiya jarayonining uzviy uyg'unligi ta'limni eng so'nggi ilmiy yutuqlar asosida tashkil etish hamda uni ilmiy-tadqiqot va ilmiy-pedagogik faoliyat bilan chambarchas bog'lash imkonini beradi.

Ilmiy tadqiqotlar natijalarining o'quv jarayoniga bevosita tatbiq etilishi fan va amaliyot o'rtasidagi tafovutni bartaraf etib, yangi avlod mutaxassislarini sifat jihatidan yuqori darajada tayyorlashga xizmat qiladi.

Qo'yilgan vazifalarni samarali amalga oshirish uchun, avvalo, ilgari to'plangan ijobiy tajribani tahlil qilish, shuningdek jismoniy madaniyat fanining yutuqlarini oliy ta'lim tizimi rivoji, uning isloh jarayoni va pedagogika fanidagi o'rni bilan uzviy bog'liq holda baholash zarur.

Mazkur yondashuv jismoniy madaniyatni zamonaviy ilmiy paradigmalarga mos holda rivojlantirish, ta'lim jarayonini ilmiy asoslash va amaliy samaradorligini oshirishga xizmat qiladi.

Xulosa. Zamonaviy sharoitda jismoniy madaniyat va jismoniy tarbiya tizimi jamiyatning ijtimoiy, madaniy va pedagogik taraqqiyotida muhim o'rin tutuvchi fan sohasi sifatida tobora yangicha mazmun kasb etmoqda. Jismoniy madaniyatni mustaqil ilmiy tadqiqot sohasi sifatida qarash, uning nazariy, amaliy va falsafiy asoslarini chuqur tahlil qilish imkonini yaratadi.

Tadqiqotlar natijalari shuni ko'rsatadiki, jismoniy tarbiya tizimini takomillashtirish ilmiy asosda olib borilgandagina u samarali bo'lishi mumkin. Bunda fundamental, amaliy va innovatsion tadqiqotlarning uyg'unligi muhim o'rin tutadi. Xususan, insonning biososiomadaniy mohiyatini, ruhiy va jismoniy imkoniyatlarini, shuningdek, sport faoliyatining psixologik, ijtimoiy va pedagogik jihatlarini o'rganish jismoniy madaniyat fanining rivojlanishiga yangi ilmiy yo'nalishlar olib kirdi.

Uzluksiz jismoniy tarbiya ta'limi konsepsiyasining shakllanishi, ilmiy-tadqiqot natijalarining o'quv jarayoniga tatbiq etilishi va sportda axborot texnologiyalaridan foydalanish tizimni modernizatsiya qilishda muhim ahamiyat kasb etmoqda. Jismoniy madaniyatning gumanitar, ma'naviy va ijtimoiy qadriyat sifatidagi o'rni ortib borayotgani esa bu sohani faqat sport faoliyati emas, balki shaxs kamolotini ta'minlovchi ijtimoiy-madaniy hodisa sifatida talqin etish imkonini beradi.

Umuman olganda, zamonaviy ilmiy tadqiqotlar jismoniy madaniyat va jismoniy tarbiya tizimini sifat jihatidan yangi bosqichga ko'tarish, uning nazariy-metodologik poydevorini mustahkamlash va amaliy samaradorligini oshirish uchun mustahkam ilmiy asos yaratmoqda.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2020-yil 3-noyabrdagi PQ-4877-son "Jismoniy tarbiya va sport sohasida kadrlar tayyorlash tizimini takomillashtirish va ilmiy salohiyatni oshirish chora-tadbirlari to'g'risida"gi Qarori.
2. Пономарев Г. Н. Подготовка специалистов физической культуры: интеграция образования и спортивной науки // Культура физ. и здоровье. 2011. № 6 (36). С. 11–14.
3. Asatova G.R. Jismoniy tarbiya jarayonida shaxsiy yondashuvning ilmiy-metodik asoslari. – Toshkent: O'zbekiston davlat jismoniy tarbiya va sport universiteti, 2021.
4. Nurullaeva D.S. Sport faoliyatida ilmiy izlanishlar samaradorligini baholash tizimi. – Toshkent: Alfraganus universiteti nashriyoti, 2024.
5. Narimanov B.A. Xalqaro sport huquqining nazariy asoslari. – Toshkent: Iqtisod-moliya nashriyoti, 2019.
6. Xaiotov A.X. Jismoniy madaniyat nazariyasi va metodikasi. – Toshkent: Innovatsion rivojlanish nashriyoti, 2020.
7. Qosimov U.R. Jismoniy tarbiya tizimida innovatsion yondashuvlarning pedagogik asoslari. – Samarqand: SamDU, 2022.
8. Alekseev S.V. Спортивное право: договорные отношения в спорте. – Москва: Юрайт, 2020.
9. Матвеев Л.П. Теория и методика физического воспитания. – Москва: Физкультура и спорт, 2010.
10. Волков Л.В. Педагогика физического воспитания. – Минск: Вышэйшая школа, 2008.
11. Кузнецов В.С. Психология физического воспитания и спорта. – Москва: Академия, 2012.
12. Hardman, K., & Green, K. Contemporary Issues in Physical Education: International Perspectives. – London: Routledge, 2011.
13. Bailey, R. Physical Education and Sport in Schools: A Review of Benefits and Outcomes. Journal of School Health, Vol. 76, No. 8, 2006, pp. 397–401.
14. Tinning, R. Pedagogy and Human Movement: Theory, Practice, Research. – London: Routledge, 2010.
15. World Health Organization. Global Action Plan on Physical Activity 2018–2030: More Active People for a Healthier World. – Geneva: WHO Press, 2018.

16. Пономарев Г. Н. Физическая культура – обязательная составляющая общегуманитарного и профессионального образования // Пед. образование и наука. 2013. № 14. С. 15–18.
17. Николаев Ю. М. Теоретико-методологические основы физической культуры в преддверии XXI века. СПб., 1998.
18. Xolboyeva G.X Jismoniy tarbiya mutaxassislarini kasbiy-karyera faoliyatiga tayyorlash tizimini modernizatsiyalash. // 13.00.04-Jismoniy tarbiya, sport mashg'ulotlari, sog'lomlashtirish va adaptiv jismoniy tarbiya nazariyasi va metodikasi.13.00.01-Pedagogika nazariyasi. Pedagogik ta'limotlar tarixi Pedagogika fanlari doktori (DSc) dissertatsiyasi. Chirchiq-2025

