



JISMONIY TARBIYA DARSLARINI TASHKIL ETISHDA ZAMONAVIY PEDAGOGIK TEXNOLOGIYALARNI QO'LLASHNING ILMIY- METODIK JIHATLARI

Duysenbaev Jaxangir Qonisbaevich

2-sonli umumta'lim maktabi oliy toifali jismoniy
tarbiya o'qituvchisi.
+998906512190

email: jaxangirduysenbaev@gmail.com

<https://doi.org/10.5281/zenodo.17157064>

Annotatsiya: Ushbu maqolada jismoniy tarbiya darslarini tashkil etishda zamonaviy pedagogik texnologiyalarni joriy etishning ilmiy-metodik asoslari, ularning o'quvchi shaxsini har tomonlama rivojlantirishdagi o'rni va samaradorligi tahlil qilinadi. Jismoniy tarbiya jarayonida interfaol metodlar, axborot-kommunikatsiya vositalari, differensial va individual yondashuv, shuningdek, raqamli platformalardan foydalanish yo'llari yoritilgan.

Kalit so'zlar: jismoniy tarbiya, pedagogik texnologiyalar, interfaol metod, sog'lom turmush tarzi, raqamli vositalar, metodika.

Abstract: This article analyzes the scientific-methodical foundations of implementing modern pedagogical technologies in organizing physical education lessons, as well as their role and effectiveness in the comprehensive development of students' personalities. The study highlights the use of interactive methods, information and communication tools, differentiated and individualized approaches, as well as the application of digital platforms in the physical education process.

Keywords: physical education, pedagogical technologies, interactive method, healthy lifestyle, digital tools, methodology.

Аннотация: В данной статье анализируются научно-методические основы внедрения современных педагогических технологий в организацию уроков физической культуры, а также их роль и эффективность в всестороннем развитии личности учащихся. Освещены пути применения интерактивных методов, информационно-коммуникационных средств, дифференцированного и индивидуального подхода, а также цифровых платформ в процессе физического воспитания.

Ключевые слова: физическая культура, педагогические технологии, интерактивный метод, здоровый образ жизни, цифровые средства, методика.

Hozirgi davrda ta'lim jarayonini modernizatsiya qilish jarayonida zamonaviy pedagogik texnologiyalarning o'rni tobora ortib bormoqda. Bu



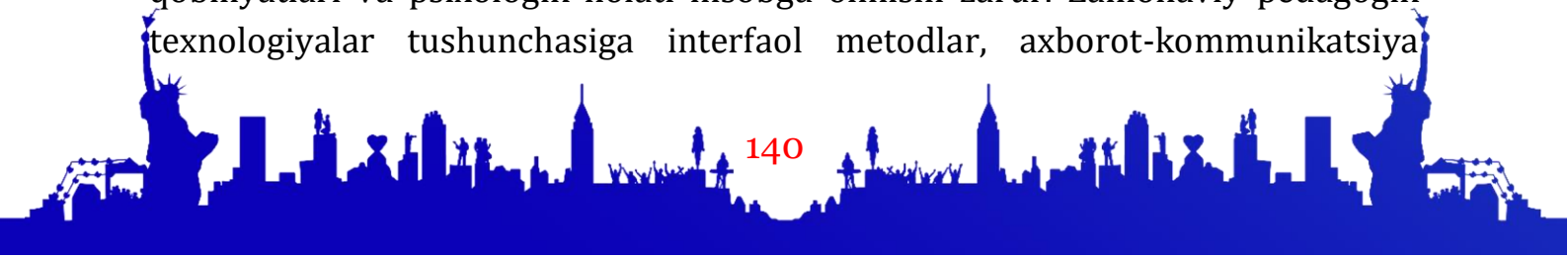


jarayon, ayniqsa, jismoniy tarbiya fanida katta ahamiyat kasb etadi, chunki jismoniy tarbiya nafaqat o'quvchilarning jismoniy rivojlanishiga, balki ularning intellektual faolligi, irodaviy sifatleri va sog'lom turmush madaniyatini shakllantirishga ham xizmat qiladi. An'anaviy mashg'ulot usullari ko'p hollarda faqat jismoniy tayyorgarlikka e'tibor qaratgan bo'lsa, bugungi kunda o'quvchi shaxsini har tomonlama rivojlantirish, uni faol, ijodkor va mustaqil qaror qabul qila oladigan individ sifatida shakllantirish dolzarb vazifa sifatida qaralmoqda.

Jismoniy tarbiya darslarida zamonaviy pedagogik texnologiyalarni qo'llash ta'lim jarayonini o'quvchi markazida tashkil etishga imkon beradi. Bu esa har bir o'quvchining yosh va fiziologik xususiyatlarini, jismoniy tayyorgarlik darajasini, qiziqishlari va ehtiyojlarini hisobga olgan holda darslarni samarali olib borish imkonini yaratadi. Pedagogik texnologiyalar — bu nafaqat darsda foydalaniladigan metod va vositalar majmui, balki jarayonni rejalashtirish, boshqarish, monitoring qilish va natijani kafolatlashga qaratilgan ilmiy asoslangan tizimdir. So'nggi yillarda O'zbekiston ta'lim tizimida, jumladan, umumiy o'rta ta'lim maktablarida ham jismoniy tarbiya faniga bo'lgan e'tibor ortib, bu sohada davlat dasturlari, metodik tavsiyalar, zamonaviy o'quv-uslubiy majmualar ishlab chiqilmoqda. Axborot-kommunikatsiya texnologiyalarining rivojlanishi, mobil qurilmalarning keng qo'llanilishi, raqamli sport platformalarining yaratilishi jismoniy tarbiya darslarini yanada qiziqarli va samarali tashkil etish imkonini bermoqda. Shuningdek, interfaol metodlar, gamifikatsiya, virtual simulyatorlar, sog'lom turmush tarzini targ'ib qiluvchi onlayn treninglar ta'lim jarayonining ajralmas qismiga aylanmoqda.

Shu bois, jismoniy tarbiya darslarini tashkil etishda zamonaviy pedagogik texnologiyalarni qo'llash masalasini ilmiy-metodik jihatdan o'rganish, bu texnologiyalarning samaradorligini tahlil qilish va amaliyotga tatbiq etish yo'llarini aniqlash bugungi kun ilmiy izlanishlarining dolzarb yo'nalishlaridan biri hisoblanadi.

Jismoniy tarbiya darslarini tashkil etishda zamonaviy pedagogik texnologiyalardan foydalanish, avvalo, o'quvchi shaxsini har tomonlama rivojlantirishga yo'naltirilgan tizimli va ilmiy asoslangan yondashuvni talab qiladi. Zamonaviy pedagogik texnologiyalar ta'lim jarayonida o'quvchining faol ishtirokini ta'minlaydi, ularni mustaqil fikrlashga, o'z jismoniy holatini baholash va rivojlantirish bo'yicha ongli qarorlar qabul qilishga o'rgatadi. Bu jarayonda o'quvchining yosh xususiyatlari, jismoniy tayyorgarlik darajasi, individual qobiliyatlari va psixologik holati hisobga olinishi zarur. Zamonaviy pedagogik texnologiyalar tushunchasiga interfaol metodlar, axborot-kommunikatsiya





texnologiyalari, gamifikatsiya, individual va differensial yondashuv, shuningdek, integratsion o'qitish usullari kiradi. Masalan, interfaol metodlar orqali o'quvchilar dars davomida faqatgina harakatlarni takrorlab qolmay, balki o'z fikrlarini bayon etadi, vazifalarni mustaqil bajaradi, mashqlarni to'g'ri bajarish texnikasini tahlil qiladi. Axborot texnologiyalaridan foydalanish esa harakatlarni 3D formatda yoki video tahlil orqali o'rganish imkonini beradi, bu esa murakkab sport elementlarini xavfsiz va samarali o'zlashtirishga yordam beradi.

Shuningdek, jismoniy tarbiya darslarida mobil ilovalar va raqamli qurilmalardan foydalanish keng imkoniyatlar yaratmoqda. Pedometrlar, puls o'lchash qurilmalari, sog'liq monitoring dasturlari o'quvchiga o'z jismoniy yuklamasini real vaqt rejimida nazorat qilishga imkon beradi. Bu esa jismoniy tayyorgarlikning ilmiy asoslangan tarzda rivojlanishini ta'minlaydi. Gamifikatsiya elementlarini joriy etish orqali darslar yanada qiziqarli bo'lib, o'quvchilar raqobat, o'yin va sport ruhida shug'ullanishadi, natijada ularning motivatsiyasi oshadi.

Metodik jihatdan qaralganda, zamonaviy pedagogik texnologiyalar o'quvchilarda mustaqil ishlash ko'nikmalarini rivojlantirish, o'z sog'lig'iga mas'uliyat bilan qarash, sport va jismoniy faoliyatga barqaror qiziqish uyg'otish imkonini beradi. Jismoniy tarbiya mashg'ulotlari faqatgina jismoniy sifatlarni — kuch, chidamlilik, chaqqonlik va tezkorlikni rivojlantirish bilangina cheklanmaydi, balki irodaviy sifatlarni — qat'iyatlilik, o'zini boshqara bilish, jamoada ishlash, yetakchilik qobiliyatlarini ham tarbiyalaydi. Shu bois, zamonaviy pedagogik texnologiyalar yordamida tashkil etilgan darslar o'quvchi shaxsini jismoniy, intellektual, ijtimoiy va ma'naviy jihatdan uyg'un rivojlantirishga xizmat qiladi.

Amaliyot shuni ko'rsatmoqdaki, o'qituvchi zamonaviy texnologiyalardan foydalanganda dars samaradorligi ancha ortadi. Bunda o'qituvchi faqat tayyor bilim beruvchi emas, balki o'quvchilarni yo'naltiruvchi, ularga sharoit yaratuvchi, motivatsiya beruvchi, jismoniy faoliyatni tashkil qiluvchi yetakchi sifatida namoyon bo'ladi. Har bir mashg'ulot oldindan aniq maqsad va kutilayotgan natijalarni belgilash, mashqlarni ilmiy asoslangan tartibda tanlash, ularni bosqichma-bosqich murakkablashtirish, jarayonni doimiy nazorat va tahlil qilib borish orqali yanada samarali bo'ladi.

Shu tarzda, jismoniy tarbiya darslarida zamonaviy pedagogik texnologiyalarni qo'llash nafaqat jismoniy tayyorgarlik darajasini oshiradi, balki sog'lom turmush tarzini shakllantirish, mustaqil sport faoliyatiga tayyorlash va umuman, o'quvchilarning hayot sifatini yaxshilashga xizmat qiladi.





Xulosa. Jismoniy tarbiya darslarida zamonaviy pedagogik texnologiyalardan foydalanish ta'lim jarayonining samaradorligini oshiradi, o'quvchilarning sog'lom turmush madaniyatini shakllantirishga xizmat qiladi hamda ularning jismoniy va ruhiy rivojlanishini ta'minlaydi. O'qituvchining texnologik savodxonligi va ijodkorligi bu jarayonning eng muhim omili hisoblanadi. Shu bois pedagoglar o'z metodikasini zamon talablari asosida muntazam yangilab borishi zarur.

Adabiyotlar ro'yxati:

1. Xolmatov, A., & Shodiev, S. (2021). Jismoniy tarbiya jarayonida zamonaviy pedagogik texnologiyalardan foydalanishning metodik asoslari. Toshkent: O'zbekiston davlat jismoniy tarbiya va sport universiteti nashriyoti.
2. Ergashev, B. (2019). Umumta'lim maktablarida jismoniy tarbiya darslarini samarali tashkil etish. Toshkent: "Fan va texnologiya" nashriyoti.
3. Axmedov, M., & Norboyeva, D. (2020). "Jismoniy tarbiya jarayonida interfaol metodlardan foydalanish tajribasi". O'zbekiston pedagogika jurnali.
4. UNESCO. (2015). Quality Physical Education: Guidelines for Policy-Makers. Paris: United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization.
5. Bailey, R. (2006). "Physical Education and Sport in Schools: A Review of Benefits and Outcomes". Journal of School Health, 76

