

**BO‘LAJAK JISMONIY TARBIYA MUTAXASSISLARINI
TAYYORLASHDA INFOKOMMUNIKATSION
TEXNOLOGIYALARNING ROLI**

Ravshanov Bexruz Xasanovich

Buxoro muhandislik-texnologiya instituti

bexruzravshanov5@gmail.com

Annotatsiya. Ushbu maqolada jismoniy tarbiya va sport sohasidagi bo‘lajak mutaxassislar, va sportchilar farazida infokommunikatsion texnologiyalaridan foydalanishning dolzarb muammolari yoritilgan.

Kalit so‘zlar: infokommunikatsiya, axborot, axborot texnologiyalar, kompyuter dasturlar, ijtimoiy tarmoqlar, check, stabiloplatforma.

**THE ROLE OF INFOCOMMUNICATION TECHNOLOGIES IN TRAINING
FUTURE PHYSICAL EDUCATION SPECIALISTS**

Abstract. This article highlights the current problems of using information and communication technologies in the case of future specialists and athletes in the field of physical education and sports.

Key words: information, Information Technology, Information Communication Technology, Computer Applications, social networks, check, stabiloplatforma.

KIRISH. Mamlakatimizda raqamli iqtisodiyotni faol rivojlantirish, barcha tarmoqlar va sohalarda, eng avvalo, davlat boshqaruvi, ta’lim, sog‘liqni saqlash, sportda zamonaviy axborot-kommunikatsiya texnologiyalarini keng joriy etish bo‘yicha kompleks chora-tadbirlar amalga oshirilmoqda.

Xususan, elektron hukumat tizimini takomillashtirish, dasturiy mahsulotlar va axborot texnologiyalarining mahalliy bozorini yanada rivojlantirish, respublikaning barcha hududlarida IT-parklarni tashkil etish, shuningdek, sohani malakali kadrlar bilan ta'minlashni ko'zda tutuvchi 220 dan ortiq ustuvor loyihalarni amalga oshirish boshlangan.

O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2020 yil 5 oktabrdagi PF-6079-son Farmoniga binoan tasdiqlangan «Raqamli O'zbekiston – 2030» Strategiyasida hududlarda hokimlar, davlat organlari va tashkilotlar xodimlarining raqamli savodxonligini va malakasini oshirish, ularni axborot texnologiyalari va axborot xavfsizligi bo'yicha o'qitish uchun tegishli oliy ta'lim muassasalari birlashtirilgan hamda ularning 12 ming nafar xodimi axborot texnologiyalari sohasida o'qitiladi.

Jismoniy tarbiya va sport sohasida axborot-kommunikatsiya texnologiyalarini rivojlantirish hozirgi zamon talabiga aylangan. Soha mutaxassislarini kompyuter texnologiyalari bo'yicha bilim, ko'nikma va malakalari asosida sport ta'lim jarayonlar samaradorligiga ta'sir ko'rsatuvchi omillarni aniqlash va faoliyatini takomillashtirish yo'nalishlaridagi mavjud vaziyatlarni, ehtiyoji va qiziqishini o'rganish masalasi dolzarbligicha qolmoqda.

ADABIYOTLAR TAHLILI VA METODOLOGIYA. I.V.Robertning fikricha "Ta'limni kompyuterlashtirish - bu ta'limni, tarbiyalashning psixologik va pedagogik maqsadlarini amalga oshirishga yo'naltirilgan zamonaviy axborot texnologiyalaridan foydalanish va ulardan maqbul foydalanish metodologiyasi va amaliyoti bilan ta'minlangan jarayon." Ta'rif yetarlicha aniq, ammo uni bevosita amaliy qo'llash uchun, ayniqsa, maxsus ta'lim ehtiyojlari uchun juda umumiydir.

Jismoniy tarbiya va sportda axborot texnologiyalaridan foydalanishning asosiy yo'nalishlari birinchi navbatda quyidagilarga bog'liq.

- shaxsni rivojlantirish va bo'lajak mutaxassislarni axborot jamiyatida farovon hayot uchun tayyorlash bilan;

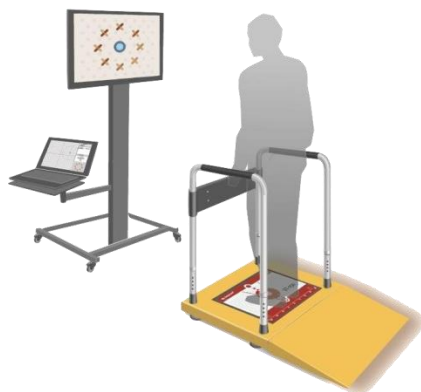
- jismoniy tarbiya va sport sohasini axborotlashtirish tufayli jismoniy tarbiya va sport sohasidagi mutaxassislar uchun ijtimoiy buyurtmani amalga oshirish bilan;

- barcha darajadagi o'quv va o'quv jarayonlarining kuchayishi bilan. Shuni yodda tutgan holda, biz jismoniy tarbiya va sportda axborot texnologiyalaridan foydalanish sohalarini aniqlashimiz mumkin.

NATIJALAR. Soha mutaxassislari sportchilarning trenirovka jarayoni borishini samarali boshqarish, ularning yetakchi jismoniy va sport ko'rsatkichlarini tizimli baholab borishi kerak bo'ladi. Sportning asosiy turlarida bunday yetakchi jismoniy ko'rsatkichlar sifatida kuch, tezlik, chidamlilik, egiluvchanlik va ularning birgalikdagi namoyon bo'lishi – quvvat hisoblanadi. Har qanday mutaxassis va sportchiga yordam beradigan juda foydali texnik yangilik Finning FAM SPORTS kompaniyasi tomonidan ishlab chiqilgan. Bu past kuchlanishli tok uchun mo'ljallangan portativ qurilma. Bu miyaning ma'lum bir nerv-mushak reaksiyasini qo'zg'atish uchun xizmat qiladi. Qurilma deyarli 15 soniya ichida sportchining holatini baholaydi. U yaqinlashib kelayotgan mashg'ulot yuki charchoq va hatto mumkin bo'lgan jarohatlarga olib kelishi mumkin bo'lgan vaqtni e'lon qiladi.

Mutaxassislar tomonidan ishlab chiqilgan qurilma Check deb nomlanadi.

Sportchi holatini va organizmi funksional faoliyati darajasini aniqlash jismoniy tarbiya va sport faoliyatidagi eng muhim va hal qiluvchi jarayon bo'lib, uning qanchalik to'g'ri tashkil etilganlik hamda ulardan samarali foydalanish darajasiga ko'p narsa bog'liq bo'ladi. Bular qatoriga sportchining holatini aniqlash, ma'lumotlarni jamlash, tahlil qilish, xulosalar chiqarish va shart-sharoitga bog'liq holda kerakli tuzatmalar kiritish kabilarni kiritish mumkin. Bunday tadqiqotlarni ma'lum ketma-ketlikda amalga oshirish maqsadga muvofiq. Odatda, ular sportchining tinch holatidan boshlanadi. Sportchini tinch holatini stabiloplatforma va kompyuter yordamida tahlili va tekshirish sinovdan boshlanadi.



Sportchini tinch holatida “Stabiloplatforma” va kompyuter tahlili yordamida tekshirish

MUHOKAMA

Kompyuterning amaliy dasturlari ma'lum bir sport yo'nalishi bo'yicha sportchini o'quv-mashq va musobaqa jarayonidagi holatini nazorat va tahlil qilishga mo'ljallangan. Bunday amaliy dasturlar yordamida sportchilar uchun eng maqbul dasturni tanlash va amalda qo'llash sport rejasini tuzish imkoniyatini beradi. Kompyuter dasturlaridan foydalangan sport mutaxassislari jarayonning vaqt va fazoviy harakatini hisobga olgan holda ob'ektning batafsil o'rganish imkoniyatiga ega bo'ladi.

Ushbu texnologiyalar tufayli qisqa vaqt ichida o'quv-mashq va musobaqa faoliyati samaradorligini oshirishga erishish mumkin. Hozirgi vaqtda jismoniy tarbiya va sport bo'yicha o'quv-mashq jarayonida zamonaviy axborot texnologiyalaridan foydalanish asosida sport-ta'limidagi pedagoglar, murabbiy-o'qituvchilar, sport yo'riqchilari va sport uslubchilari yuqori samarali kasbiy yo'naltirilgan tayyorgarlik imkonini beradigan kompyuter dasturlarini tahliliy tizimlarida qo'llashi zamon talabidir.

XULOSA

Xulosa sifatida jismoniy tarbiya va sport sohasiga zamonaviy axborot kommunikatsiya texnologiyalari keng joriy etilishi sportchilarning o'quv-mashg'ulot va musobaqa jarayonini samarali boshqarish, ularning jismoniy hamda sport ko'rsatkichlarini tizimli ob'ektiv baholashda, ilmiy axborotni taqdim etish, tahliliy qayta ishlash, saqlash hamda amaliyotda qo'llashning eng maqbul yo'llarini ishlab chiqishni alohida ahamiyat kasb etishini ta'kidlash mumkin. Sport ta'lim jarayonida axborot-kommunikatsiya texnologiyalaridan foydalanish usullari qanday bo'lishidan qat'iy nazar samarali foydalanish muhim ahamiyatga ega. Metodik jihatdan pedagogik dasturiy vositalar sifatida quyidagilardan foydalanish samaralidir: elektron darsliklar, trenajyor dasturlar, nazorat qiluvchi dasturlar (test qobiqlari), ma'lumotnomalar

(ensiklopediyalar), virtual laboratoriyalar, modellashtiruvchi dasturlar, taqdimot va namoyish dasturlari (slydlar yoki videofilmlar), o‘quvo‘yin dasturlari (mantiqiy o‘rgatuvchi va h.q.).

O‘qituvchining faoliyati uning axborotlardan xabardorligi va axborotlardan samarali foydalanish qobiliyatiga ko‘p jihatdan bog‘liq. Demak, birinchidan, Zamonaviy sport mutaxassis axborot oqimlarida erkin yo‘nalish olishi uchun kompyuterlar, telekommunikatsiya va axborotning boshqa vositalari yordamida axborotlarni olishni, qayta ishlashni va ulardan foydalanishni bilishi lozim. Ikkinchidan, mutaxassisning zarur bo‘lgan axborot madaniyati darajasini ta‘minlash, faqatgina bitta o‘quv fanining maqsadi bo‘lib qolmasligi lozim. Uchinchidan, zamonaviy axborot texnologiyalarini barcha o‘quv fanlariga tatbiq etish lozim va bu holat o‘qituvchilarning ma‘lum bir kasbiy tayyorgarligini, axborot texnologiyalarining imkoniyati bilan tanishganligini, ushbu imkoniyatlar dan o‘zining ilmiy va amaliy faoliyatida foydalana olishini talab qiladi.

Ushbu holat juda dolzarb va pedagogik jihatdan ahamiyatli hisoblanadi, chunki o‘quvchilar o‘quv mashg‘ulotlari jarayonida, ilmiy tadqiqotlarni o‘tkazishda zamonaviy axborot texnologiyalarining imkoniyatlari va ustunliklarini o‘zlarida sinab ko‘rishadi.

ADABIYOTLAR RO‘YXATI

1. *O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining 2020 yil 28 apreldagi “Raqamli iqtisodiyot va elektron hukumatni keng joriy etish chora-tadbirlari to‘g‘risida” gi PQ-4699-sonli Qarori.* <https://lex.uz/docs/4800657>

2. *O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining Axborot texnologiyalari va kommunikatsiyalari sohasini yanada takomillashtirish chora-tadbirlari to‘g‘risida” gi PF-5349-sonli Farmoni.* <https://www.lex.uz/docs/3564970>.

3. Gurev S. V. "Sovremennye informatsionnye texnologii v fizicheskoy kulture i sporte"/ Monografiya, Rossiyskiy gosudarstvennyy professionalno-pedagogicheskiy universitet, Yekaterinburg, 2014.

4. Tolametov A.A. Jismoniy tarbiya va sport ta'limida axborot kommunikasiya texnologiyalaridan foydalanish samaradorligini oshirish omillari. // "Jismoniy tarbiya va sport" jurnal № 10, 2019. 8-9 betlar.

5. Mirzayev O. S., Ravshanov B. X. SPORTNING VOLEYBOL TURI BO'YICHA MASHQLARNING KETMA-KETLIGINI TASHKIL ETISH //Scientific Impulse. – 2022. – T. 1. – №. 4. – С. 163-166.

6. Тухтамурадова Н. А., Равшанов Б. Х. ЗНАЧЕНИЕ ГИМНАСТИКИ ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ //INTERNATIONAL SCIENTIFIC CONFERENCE" INNOVATIVE TRENDS IN SCIENCE, PRACTICE AND EDUCATION". – 2022. – Т. 1. – №. 3. – С. 122-126.