

JISMONIY MADANIYAT FAN SIFATIDA TUTGAN O‘RNI

Isroilov Quyoshbek Jaxongir o‘g‘li

Andijon davlat universiteti,
jismoniy madaniyat yo‘nalishi 2-bosqich talabasi

Annotasiya. *Ushbu maqola bugungi kunda jismoniy madaniyat fanining yoshlarning ta‘lim tarbiyasida tutgan o‘rni xususida so‘z boradi. Ma‘lumki, jismoniy madaniyat fan sifatida shakllanib, ommalashuvi pedagogik texnologiyalar bilan bog‘liqdir. Mazkur maqolada jismoniy madaniyat fganining rivojlanish bosqichlari xususida ilmiy adabiyotlarda keltirilgan qarashlar umumlashtirilib, fan sohasini o‘qitishdagi muammo va kamchiliklar yuzasidan taklif va tafsiyalar keltiriladi.*

Kalit so‘zlar: *Jismoniy madaniyat, sog‘lom turmush tarzi, pedagogik texnologiyalar, nazariy va mertadologik asoslar.*

Bugungi kunda mamlakatimizda sog‘lom turmush-tarzini yo‘lga qo‘yish hamda o‘smir yoshdagi bolalarni sporting barcha yo‘nalishlarida chiniqtirish, jismonan va ruhan tetik bo‘lishida ta‘limning barcha shakllarida jismoniy madaniyat fani yo‘lga qo‘yilgan. Jismoniy madaniyat fani nazariy hamda amaliy mashg‘ulotlardan iborat dars soatlarini tashkil qiladi. Shu sohaga doir nazriy hamda amaliy bilimlarni tahlil qiladigan bo‘lsak, fan sohasi sifatida o‘zining ped texnologiyalariga ega.

Fanni o‘qitishdan maqsad – bo‘lajak kadrlarga jismoniy madaniyat nazariyasi va metodikasi bo‘yicha atroflicha va chuqur kasbiy bilimlar berish. Kelajkdagi ish faoliyatlarida kasbiy-amaliy ahamiyat kasb etuvchi jismoniy madaniyat bo‘yicha kasbiy bilimlar, ko‘nikma va malakalar hamda yangi pedagogik texnologiyalardan foydalana olish kabi bilimlar bilan qurollantirishni ko‘zda tutadi[1,B.222]. Fanning vazifasi – bo‘lajak jismoniy madaniyat o‘qituvchilariga o‘quv muassasalari maktabgacha talim muassasalari, umumtalim maktab, akademik litsey hamda kasb-

hunar kollej o‘quvchilarini jismoniy madaniyat mashg‘ulotlarida umumrivojlantiruvchi mashqlardan, umumiy va maxsus mashqlardan foydalanish hamda sport musobaqalari, sport bayramlarini tashkil qilish va o‘tkazish hamda sinfdan tashqari to‘garaklarni tashkil qilish kabi bilimlarini shakllanishini o‘rganishga ko‘maklashadi. Jismoniy tarbiya nazariyasi va metodikasi fani mutaxassislikka yo‘naltirilgan o‘quv predmeti sifatida jismoniy tarbiya mutaxassislari uchun fundamental bilimlar tizimi, inson jismoniy barkamolligi va unga erishish hamda boshqarishning umumiy qonuniyatlarini o‘rgatadi. Jismoniy tarbiya nazariyasi ilmiy fan tarzida jismoniy tarbiyaga oid mavjud faktlarni izohlab beradi va umumlashtiradi [2, B.22]. Amaliy fan sifatida insonni jismoniy kamolotining vositalari, jismoniy tarbiyasi shakllari va uning usuliyatlari haqidagi amaliy, nazariy bilimlarni beradi, hayotiy-zaruriy harakat malakalari va ko‘nikmalari zahirasini boyitadi. Jismoniy tarbiya nazariyasi va uning amaliyoti hamisha rivojlanishda va takomillashib boradi. Amaliyot natijalari, ilmiy tadqiqot malumotlari jismoniy tarbiya nazariyasini va uslubiyatini yangicha tamoyillar va qonunlar bilan boyita boradi. Shuning uchun ham jismoniy tarbiya nazariyasi va usuliyati predmeti qotib qolgan, o‘zgarmas malumotlardan iborat bo‘lishi mumkin emas. Jismoniy tarbiya nazariyasi va usuliyati ijtimoiy, tabiiy, pedagogika fanlari erishgan yutuqlarga tayanadi. Jismoniy tarbiya nazariyasi va usuliyati har qanday holatda ilmiy pedagogikaning negizini tashkil etuvchi eng umumiy qonunlardan, tamoillardan usuliyatlardan foydalanadi, shu jumladan, barcha sport fanlari uchun ham bu qonunlar, qoidalar mos keladi va o‘ziga xos ma’no kasb etadi. O‘quv fani sifatida shakllanishi va uning rivojlanishiga jamiyat a‘zolarining jismoniy tayyorgarligini oshirish mumkinligi quyidagi nazariy fikrning vujudga kelishi va unga intilish sabab bo‘ldi. Bu bilan insonning jismoniy rivojlanishini boshqarish mumkinligi hayidagi qoida va qonunlar ijtimoiy mehnat va harbiy amaliyotda yuqori samara berishligi isbotlanadi. Jismoniy tarbiya nazariyasi va metodikasining mazmuniga quyidagilar kiradi:

- jismoniy tarbiya va uni ijtimoiy hodisa tarzida jamiyat mahsuli tarbiyaning boshqa shakllari bilan bog‘liqligiga oid bilimlar;

- jismoniy madaniyatning maqsadi, uning umumiy vazifalari va nazariy tamoillari;
- jismoniy tarbiyaning vositalari va uni usuliyatlarining tamoillari;
- harakatga o‘rgatish, o‘qitishning uslubiyatlari;
- jismoniy sifatlarni rivojlantirish;
- jismoniy mashqlar va uni o‘qitish jarayonining tuzilishi;
- jismoniy mashqlar bilan shug‘ullanish mashg‘ulotlarini tashkillashning shakllari;
- jismoniy tarbiya jarayoni va uni rejalashtirish;
- jismoniy tarbiya uslubiyatining xususiyatlari;
- maktabgacha yoshdagi va maktab yoshidagi bolalar jismoniy tarbiyasi;
- sport trenirovkasi jarayoni xarakteristika[3, B.56-57].

Pedagogik jarayon tarzida jismoniy tarbiyaning umumiy qonuniyatlari jismoniy tarbiya nazariyasining o‘rganish predmeti hisoblanadi. Umumiy qonuniyatlar deganda, aholining har qanday tabaqasini: bolalar, o‘smirlar, yoshlar, o‘rta yoshdagilar, kattalar va qariyalar o‘amda jismoniy mashqlar bilan shug‘ullanishni endigina boshlaganlarni, malakali sportchilarning jismoniy tarbiyasining xususiy tomonlari tushuniladi. Bundan tashqari jismoniy tarbiya usuliyatlari jismoniy tarbiyani ajratib olingan ayrim xususiy qonuniyatlarini ham o‘rganish predmeti qilib belgilaydi va pedagogik jarayonning umumiy qonuniyatlarini amalga oshirishda «Umumiy, maxsus kasb jismoniy tayyorgarligi», «Sport tayyorgarligi» usuliyati deb aniq yo‘nalishdagi metodikalardan foydalanadi. Bunday usuliyatlarni har birini ichida o‘zlarini xususiy usuliyatlari mavjud.

Xulosa qilib aytganda jismoniy madaniyat fan sifatida yoshlarning jismoniy hamda ruhan tetik bo‘lishida fan sifatida o‘rni beqiyos. Ammo bugungi kunda ta’limning barcha bosqichlarida mazkur fan uchun ajratilgan dars soatlari qisqarib bormoqda. Misol uchun oliy ta’lim muassasalarida ikki kurs davomida o‘qitiladigan fan tizmi optimallashtirilib nazriy bilimlarga asoslanib qolmoqda. Maktablar kesmida olib qaraganda soha doirasida amaliy mashg‘ulotlarning soatlari belgilangan o‘quv

dasturlaridan hajman ortiqdigi, nazariy salohiyatni yaxshi shakllanishiga to‘siq bo‘lmoqda. Umumiy soha doirasiga to‘xtaladigan bo‘lsak, ta’limning barcha bosqichlarida nazariy adabiyotlar yetarli emas. Taklif o‘rnida aytish joizki, jismoniy madaniyat fani doirasida ilmiy va o‘quv adabiyotlarini sonini yanada orttirish lozim.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO‘RXATI

- 1. K.Mahkamdjanov, R.Salamov, I.Ikramov Jismoniy madaniyat nazaryasi va metodikasi.Toshkent. 2008.**
- 2. <https://medlife.uz/encyclopedia/j/jismoniy-madaniyat/>**
- 3. Vollrat, L. O. *Jismoniy madaniyat va sportda tadqiqot*. Deporte.unam.mx-dan. 2020.**

