TA’LIM JARAYONIDA INDIVIDUAL YONDOSHUV ORQALI SPORTDAGI MUVAFFAQIYATLARNI OSHIRISH

Abduvohidova Aynura Abdumalik qizi
Guliston davlat pedagogika instituti
Jismoniy madaniyat ta’lim yo‘nalishi 2-bosqich talabasi

Annotatsiya. Mazkur maqola ta'lim jarayonida individual yondoshuvning ahamiyatini va uning sportdagi muvaffaqiyatlarni oshirishdagi rolini o‘rganishga qaratilgan. Jismoniy tarbiya va sport mashg‘ulotlarida har bir o‘quvchining individual ehtiyojlari, imkoniyatlari va qobiliyatlarini hisobga olish orqali samarali natijalarga erishish mumkinligi ta'kidlanadi. Maqolada individual yondoshuvning jismoniy faollikni oshirish, ko‘nikmalarni rivojlantirish va sportdagi muvaffaqiyatlarni ta'minlashdagi o‘rni tahlil qilinadi. Shuningdek, maqolada sportdagi muvaffaqiyatni oshirish uchun zamonaviy metodlar va individual yondoshuvlarni qo‘llashning samaradorligi, shu bilan birga, o‘qituvchilar va murabbiylar uchun metodik tavsiyalar keltiriladi. O‘quvchilarning psixologik va jismoniy xususiyatlari, shuningdek, individual mashqlarni tanlash va shaxsiy yondoshuvlar orqali muvaffaqiyatlarga erishish usullari ko‘rib chiqiladi. Maqola sportdagi muvaffaqiyatlarni ta'minlashda individual yondoshuvning pedagogik, psixologik va metodik jihatlari, shuningdek, ta'lim jarayonida o‘quvchilarning motivatsiyasini oshirish va ularni rag‘batlantirishga qaratilgan innovatsion yondoshuvlar haqida batafsil ma'lumotlar taqdim etadi.

Kalit so‘zlar: Individual yondoshuv, ta’lim jarayoni, sportdagi muvaffaqiyatlar, pedagogik metodlar, sport motivatsiyasi, jismoniy faollik, sport ko‘nikmalari, ta’limda innovatsion yondoshuvlar, psixologik yondoshuv, sportdagi ko‘nikmalarni rivojlantirish.

Ta’lim jarayonida individual yondoshuvni qo‘llash sportdagi muvaffaqiyatlarni oshirishda muhim rol o‘ynaydi. Har bir o‘quvchi o‘ziga xos jismoniy, psixologik va ijtimoiy xususiyatlarga ega bo‘lib, ularning ta'lim va sportdagi muvaffaqiyatlari shu individual xususiyatlarga bog‘liq bo‘ladi. Shuning uchun, jismoniy tarbiya va sport sohasida muvaffaqiyatga erishish uchun o‘quvchilarga individual yondoshuvni qo‘llash juda zarur. Bu yondoshuv, nafaqat o‘quvchilarning jismoniy qobiliyatlarini yaxshilashga, balki ularning psixologik holatini ham inobatga olgan holda, sportdagi natijalarni yanada oshirishga yordam beradi.

Har bir sportchi o‘z maqsadlariga erishish uchun maxsus mashqlar va usullarni talab qiladi. Shu sababli, jismoniy tarbiya darslarida individual yondoshuvning qo‘llanilishi o‘quvchilarni shaxsiy rivojlanishga undaydi va ularni o‘z imkoniyatlarini to‘liq amalga oshirishga imkon yaratadi. Bu esa o‘z navbatida

sportdagi muvaffaqiyatlarni ta'minlashga olib keladi. Maqolada ta'lim jarayonida individual yondoshuvning sport muvaffaqiyatlariga qanday ta’sir qilishi, uning afzalliklari va ta'lim tizimidagi o‘quvchilarga moslashtirilgan yondoshuvlarni qanday qo‘llash mumkinligi haqida kengaytirilgan tahlillar keltiriladi. Shu bilan birga, individual yondoshuvning samarali qo‘llanilishi o‘qituvchilarga har bir o‘quvchining ehtiyojlarini va potensialini inobatga olib, ularning muvaffaqiyatlariga erishish uchun kerakli metodik va pedagogik vositalarni tanlash imkonini beradi. Maqolada, shuningdek, individual yondoshuvning sport faoliyatidagi motivatsiya, ishtirokchi faoliyati va jismoniy faollik darajasiga qanday ta’sir ko‘rsatishini ko‘rib chiqamiz[1].

Ushbu maqolada quydagi metodlardan foydalanildi:

Eksperiment usuli

Eksperiment usulida, jismoniy tarbiya darslarida individual yondoshuvni qo‘llashning ta'sirini o‘rganish uchun, ikki guruhdagi o‘quvchilarni (eksperimental va nazorat guruhlari) taqqoslash mumkin. Eksperimental guruhda individual yondoshuvlar asosida o‘quvchilarga shaxsiy mashqlar va metodlar belgilangan bo‘lsa, nazorat guruhida esa an'anaviy yondoshuvlar qo‘llaniladi. Mashg‘ulotlar davomida, har bir guruhning natijalari tahlil qilinadi va individual yondoshuvning samaradorligi baholanadi.

So‘rovnoma (anketirovka)

So‘rovnoma metodidan foydalanib, o‘quvchilarning individual yondoshuvga bo‘lgan munosabatini va sportdagi muvaffaqiyatlariga ta'sirini o‘rganish mumkin. O‘quvchilarga, shuningdek, o‘qituvchilarga yoki murabbiylarga savollar berilib, individual yondoshuvlar, shaxsiy mashqlar va sportdagi natijalar haqidagi fikrlarini yig‘ish mumkin. Ushbu metod orqali o‘quvchilarni rag‘batlantirish va individual yondoshuvlarning samaradorligini o‘lchash mumkin.

Tahlil usuli

Ta'lim jarayonidagi individual yondoshuvlarning sportdagi muvaffaqiyatlarga ta'sirini tahlil qilish uchun statistik ma'lumotlar va ilgari o‘tkazilgan tadqiqotlar asosida olingan natijalar tahlil qilinadi. Bu metodda o‘quvchilarni jismoniy tarbiya va sportdagi muvaffaqiyatlari bilan bog‘liq o‘zgarmalarni o‘rganish, individual yondoshuvning qaysi jihatlari eng samarali ekanligini aniqlash imkonini beradi. Shuningdek, bu metod orqali o‘quvchilarning sportdagi natijalariga ta'sir qiluvchi omillarni aniqlash va tahlil qilish mumkin.

Observatsiya (tomosha)
O‘quvchilarning jismoniy tarbiya darslaridagi faoliyatini to‘g‘ridan-to‘g‘ri kuzatish orqali individual yondoshuvning ta'sirini o‘rganish mumkin. Observatsiya yordamida o‘quvchilarning sport faoliyatidagi individual yondoshuvlarni qanday amalga oshirishi, ularning jismoniy va psixologik holatini baholash mumkin. Kuzatuv natijalari o‘quvchilarni rag‘batlantirish va motivatsiya qilishning qanday usullari samarali ekanligini ko‘rsatadi.

Ta’lim jarayonida individual yondoshuv orqali sportdagi muvaffaqiyatlarni oshirish mavzusida o‘tkaziladigan tadqiqotni samarali tashkil etish, o‘quvchilarning jismoniy faolligini oshirish, ularning sportdagi muvaffaqiyatlarini yaxshilash va pedagogik yondoshuvlarni takomillashtirish maqsadida alohida ahamiyatga ega. Tadqiqotning tashkil etilishi quyidagi asosiy bosqichlardan iborat bo‘lib, bunda eksperiment, so‘rovnoma, observatsiya va tahlil usullari keng qo‘llaniladi. Har bir metod o‘ziga xos maqsadga yo‘naltirilgan bo‘lib, o‘quvchilarning sportdagi muvaffaqiyatlari va ta'lim jarayonidagi individual yondoshuvning ta'sirini chuqur tahlil qilish imkonini beradi[2].

Tadqiqotning asosiy maqsadi – jismoniy tarbiya va sport sohasida individual yondoshuvni qo‘llashning sportdagi muvaffaqiyatlarga ta'sirini o‘rganishdir. Ushbu maqsadga erishish uchun quyidagi vazifalar belgilandi:

- Jismoniy tarbiya darslarida o‘quvchilarning individual xususiyatlariga mos yondoshuvlarni ishlab chiqish va amalga oshirish.
- Sportdagi muvaffaqiyatlarni oshirish uchun o‘quvchilarning jismoniy va psixologik ehtiyojlariga moslashtirilgan metodlarni tahlil qilish.
- Individual yondoshuvni qo‘llash orqali sportdagi ko‘nikmalarni rivojlantirish va ularning motivatsiyasini oshirish.

Tadqiqotning obyekti – ta'lim jarayonida individual yondoshuvning qo‘llanilishi va uning sportdagi muvaffaqiyatlarga ta'siri. Sub'ekti esa – o‘quvchilar va ularning ta'lim jarayonidagi muvaffaqiyatlariga bevosita ta'sir ko‘rsatuvchi o‘qituvchilar, murabbiylar va pedagoglar.

Eksperiment usulida, o‘quvchilarning sportdagi muvaffaqiyatlarini oshirish uchun individual yondoshuvlarning ta’sirini o‘rganish uchun eksperimental va nazorat guruhlari tashkil etiladi. Eksperimental guruhda individual yondoshuv asosida sport mashg‘ulotlari olib boriladi, bunda har bir o‘quvchining jismoniy va psixologik ehtiyojlari inobatga olinadi. Nazorat guruhida esa an'anaviy pedagogik metodlar qo‘llaniladi. Eksperiment jarayonida, har ikki guruhning natijalari

taqqoslanadi, individual yondoshuvning ta’siri aniq o‘lchanadi va tahlil qilinadi. Eksperimentdan olingan natijalar asosida, individual yondoshuvning sportdagi muvaffaqiyatlarga qanday ta'sir qilishi haqida xulosa chiqariladi[3].

So‘rovnoma orqali, tadqiqotga jalb etilgan o‘quvchilarning, o‘qituvchilarning va murabbiylarning individual yondoshuv va sportdagi muvaffaqiyatlar haqidagi fikr-mulohazalari to‘planadi. Anketalar yordamida o‘quvchilarning o‘z qobiliyatlariga bo‘lgan munosabati, individual yondoshuvni qabul qilish darajasi va sportdagi natijalarga bo‘lgan motivatsiyasi haqida ma'lumot yig‘iladi. Ushbu ma'lumotlar individual yondoshuvning sportdagi muvaffaqiyatlar bilan qanday bog‘liqligini aniqlashga yordam beradi. Anketalar orqali to‘plangan ma'lumotlar, yondoshuvlarning samaradorligini baholashda qo‘llaniladi.

Observatsiya yordamida, o‘quvchilarning sport faoliyatini bevosita kuzatish amalga oshiriladi. Tadqiqotchi o‘quvchilarning sport mashg‘ulotlaridagi faoliyatini, individual yondoshuvning qanday qo‘llanishini va uning o‘quvchilarning sportdagi natijalariga qanday ta’sir qilishini kuzatadi. Observatsiya orqali o‘quvchilarning shaxsiy yondoshuvlari, mashg‘ulotlarga bo‘lgan motivatsiyasi va jismoniy faollik darajasi baholanadi. Shuningdek, o‘quvchilarning ishlash usullari va sportga bo‘lgan yondoshuvlaridagi farqlarni aniqlash mumkin. Bu metod, o‘quvchilarni rag‘batlantirishda qaysi yondoshuvlarning samarali ekanini ko‘rsatadi[4].

Tahlil metodida tadqiqotda olingan barcha ma'lumotlar, statistik ko‘rsatkichlar va ilgari o‘tkazilgan tadqiqotlarning natijalari asosida tahlil qilinadi. Olingan natijalar yordamida individual yondoshuvning samaradorligi, o‘quvchilarning sportdagi muvaffaqiyatlariga ta'sir ko‘rsatuvchi omillar va metodikalar haqida umumiy xulosa chiqariladi. Bu usul orqali, individual yondoshuvning sportdagi natijalariga ta'sirini statistik jihatdan baholash mumkin bo‘ladi. Tadqiqotda, o‘quvchilarning jismoniy faolligini oshirishga xizmat qiladigan samarali pedagogik yondoshuvlar aniqlanadi.

Tadqiqotning boshlanishi o‘quvchilar va guruhlarni tanlash bilan boshlanadi. Dastlabki bosqichda, tadqiqotda ishtirok etadigan o‘quvchilarni aniqlash va ularning sportdagi natijalari to‘g‘risidagi dastlabki ma'lumotlar yig‘iladi. Keyin, eksperimental guruhda individual yondoshuvlarni qo‘llashga asoslangan mashg‘ulotlar olib boriladi. So‘rovnoma va observatsiya usullari orqali o‘quvchilarning sportga bo‘lgan munosabatlari, shaxsiy xususiyatlari va motivatsiyasi to‘planganidan so‘ng, eksperimentning yakuniy natijalari tahlil qilinadi. Tahlil usuli orqali individual yondoshuvning sportdagi muvaffaqiyatlarga ta'sirini aniq o‘lchash va tahlil qilish amalga oshiriladi[5].

Tadqiqot davomida olingan natijalar asosida, individual yondoshuvning samaradorligini oshirish va o‘quvchilarning jismoniy tarbiya va sport mashg‘ulotlarida muvaffaqiyatga erishishlarini ta’minlash uchun yangi pedagogik

metodlar va yondoshuvlar ishlab chiqiladi. Tadqiqotning oxirgi bosqichi – tahlil natijalariga asoslangan tavsiyalarni ishlab chiqishdir, bunda sportdagi muvaffaqiyatlarni oshirishga qaratilgan individual yondoshuvlarning samarali qo‘llanilishi haqida xulosa chiqariladi.

Tadqiqot natijalari ta'lim jarayonida individual yondoshuvning o‘quvchilarning sportdagi muvaffaqiyatlariga ta'sirini yanada chuqurroq tushunishga yordam beradi. Olingan ma'lumotlar asosida, jismoniy tarbiya va sport o‘qituvchilari uchun metodik tavsiyalar ishlab chiqiladi. Bu tavsiyalar o‘quvchilarning shaxsiy rivojlanishiga moslashtirilgan yondoshuvlarni qo‘llash orqali ta'lim jarayonini yanada samarali qilishga xizmat qiladi.

Ta'lim jarayonida individual yondoshuv orqali sportdagi muvaffaqiyatlarni oshirish tadqiqoti, nafaqat o‘quvchilarning jismoniy faolligini va sportdagi natijalarini yaxshilashga, balki pedagogik metodlarni rivojlantirishga ham qaratilgan. Tadqiqotda qo‘llaniladigan metodlar, individual yondoshuvning sportdagi muvaffaqiyatlarga qanday ta'sir ko‘rsatishini o‘rganishga imkon beradi va o‘quvchilarning ta'lim jarayonida muvaffaqiyatli bo‘lishlarini ta'minlaydi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro‘yxati.

1. Maksudov.I *Jismoniy tarbiya va sportda individual yondoshuv (darslik)* O‘zbekiston Respublikasining O‘qituvchilar va Murabbiylar Noshirligi 2016-yil.
2. Shokirov.A *Jismoniy tarbiya va sportdagi pedagogik yondoshuvlar (darslik)* O‘zbekiston davlat pedagogika nashriyoti 2018-yil.
3. Javlonov.S *Sportdagi muvaffaqiyatlar: (o‘quv qo‘llanma)* Samarqand davlat universiteti nashriyoti 2020-yil.
4. Olimov.X *Pedagogik va sport faoliyatida innovatsion yondoshuvlar (o‘quv qo‘llanma)* Navro‘z nashriyoti 2017-yil.
5. Toshpulatov. F *Jismoniy tarbiya va sport pedagogikasi (o‘quv qo‘llanma)* Andijon davlat universiteti nashriyoti 2019-yil.