JISMONIY TARBIYA NATIJALARINI O‘RGANISH USULLARI

Ergashev Jamshidbek - GulDPI, Jismoniy madaniyat, 39-23 guruh

jamshidbekergashev515@gmail.com

Abduqaxxorov Abbos - GulDPI, Jismoniy madaniyat, 39-23 guruh

abbosjm@gmail.com

Annotation: The theory of physical education is a synthetic branch of the science of physical education, combining in itself the disciplines of pedagogy, psychology, physiology. Physical education is an integral part of general education; it is defined as a social pedagogical process aimed at strengthening health, the harmonious development of forms and functions of the human organism. For our research, the concept of method is important.

Jismoniy tarbiya nazariyasi jismoniy tarbiya fanining sintetik bo‘limi bo‘lib, o‘zida pedagogika, psixologiya, fiziologiya fanlarini birlashtiradi. Jismoniy tarbiya umumiy tarbiyaning uzviy qismi; sog‘liqni mustahkamlashga, inson organizmi shakllari va funksiyalarini uyg‘un rivojlantirishga yo‘naltirilgan ijtimoiy pedagogik jarayon sifatida belgilanadi. Bizning tadqiqotimiz uchun usul tushunchasi muhim. Metod tushunchasiga ta’rif berar ekanmiz, ilmiy adabiyotlarga murojaat qilaylik, "metod - bu qoidalar, usullar va ularning asosida yotgan g‘oyalar, tamoyillar majmui bo‘lib, ular yordamida insonning bilish faoliyati tartibga solinadi,

maqsadga yo‘naltiriladi" [2, 34-bet]; metod - bu tabiat va ijtimoiy hayot hodisalarini bilish, o‘rganish, tadqiq qilish usuli, biror maqsadga erishish, muammoni hal qilish usuli [1]. Bilish metodining uch guruhi ajratiladi: empirik metodlar, nazariy-empirik metodlar, nazariy tadqiqot. Jismoniy tarbiya uchun usullarning tasnifi alohida bo‘lib, ulardan to‘rttasi eng aniq tavsiflangan: "tajriba guruhlarida tadqiqotlarni tashkil etish va o‘tkazish; joriy ma’lumotlarni to‘plash va tahlil qilish; retrospektiv ma’lumotlarni olish va tahlil qilish; tadqiqot natijalarini matematik qayta ishlash" [2, 35-bet]. Shunday qilib, ilmiy bilishning umumiy usullari bu yerda sohaning o‘ziga xos xususiyatlari bilan bog‘liq holda xususiy usullarga o‘tishini kuzatish mumkin. Jismoniy tarbiya nazariyasining amaliy tajribasi ham ilmiy tadqiqot metodlari va tarbiya jarayonining natijalarini tahlil qilishning maxsusligini ko‘rsatadi. Bolalarning jismoniy rivojlanishini kuzatish amaliyoti tadqiqot metodologiyasiga qo‘yiladigan mezonlar yoki talablarni ajratib ko‘rsatish imkonini beradi. Birinchi mezon ilmiy ratsionallikda klassik hisoblanadi - maqsadni belgilash, ya’ni ushbu usulning ilmiy vazifalarga muvofiqligi. Ikkinchi talab - metodikaning qo‘shimcha shahar omillariga chidamliligi, ya’ni faqat tajriba natijasida yuzaga kelgan holatni aks ettirish xususiyati. Boshqa talablar: psixofiziologik qonuniyatlar vositasida hodisalarni tanlash; metodning sig‘imi; metodning takrorlanuvchanligi. Jismoniy tarbiya nazariyasi doirasida tarbiya jarayoni natijalarini o‘rganish usullari juda tor doirada o‘rganilgan va agar ilmiy asarlarda taqdim etilgan bo‘lsa, ko‘pincha chalkashdir. Quyida ushbu usullarni ushbu yo‘nalish bilan bog‘liq holda sanab o‘tishga harakat qilamiz. Eng ko‘p qo‘llaniladigan, lekin ko‘p mehnat talab qiladigan usul ilmiy-uslubiy adabiyotlarni tahlil qilish usuli yoki adabiy manbalarni o‘rganish usulidir. Ushbu metod asosida nazariy adabiyotlarni tahliliy tushunish yotadi. Bunday adabiyotlar kun tartibiga qo‘yilgan muammoni o‘rganish bo‘yicha ma’lumotlarning dolzarbligi nuqtayi nazaridan mazmunli bo‘lishi kerak. Usul doirasidagi nolinchi bosqich tadqiqot mavzusiga mos keladigan mazmunli, annotatsiyali, sinopsisli bibliografiyani tuzishdir. "Bu borada maqsadli ish olib borish uchun tegishli kataloglar katta yordam ko‘rsatishi mumkin, ular uchta asosiy turga bo‘linadi: alifbo, tizimli va fanga oid" [3, 20-bet]. O‘rganishning birinchi bosqichi asosiy tushunchalar va ularning mumkin bo‘lgan talqinlari bilan tanishish bilan tavsiflanadi. Ikkinchi bosqich - ushbu mavzu bo‘yicha boshqa tadqiqotlar, nashrlar bilan tanishish. Oxirgi bosqich - to‘plangan materialni kompilyatsiyalash va konsolidatsiyalash. Sintez ushbu bosqichlashtirishdan tashqarida. "Adabiyotlarni o‘rganish tadqiqot metodologiyasini aniqroq tasavvur qilish va umumiy nazariy pozitsiyalarni aniqlash, shuningdek, ushbu muammoning ilmiy ishlab chiqilganlik darajasini aniqlash uchun zarurdir. Ushbu muammo tegishli tadqiqotlar natijalarini aks ettiruvchi ushbu masala bo‘yicha umumiy ilmiy ishlarda va maxsus ishlarda

qanchalik va qanday yoritilganligini aniqlash har doim muhimdir" [3, 22-bet]. Ma’lumotlarni yig‘ishning boshqa usuli arxiv hujjatlariga tayanadi, uning nomi haqiqiy: "Hujjatli materiallarni tahlil qilish." Jismoniy tarbiya nazariyasi uchun bunday materiallar, masalan, mashg‘ulot kundaliklari, maktabgacha yoshdagi bolalarning jismoniy rivojlanishini tashxislash bo‘yicha statistika, inspeksiya natijalari, sport tashkilotlari yoki BO‘SMning yig‘ma bayonnomalari bo‘lishi mumkin. Arxiv ma’lumotlarining ishonchliligi bo‘yicha tahlili yuqori, chunki u kam izohlardan foydalangan holda sof faktlarni to‘plashni nazarda tutadi. Bunday turdagi materiallar uchun keng qamrovlilik va semantik murakkablik xosdir. Shubhasiz, bu yerda pedagogik kuzatish usuli ham mos keladi, chunki jismoniy tarbiyaning o‘zi pedagogikaning kategorial qismidir. Kuzatish ilmiy metod sifatida pedagogik hodisalarni maqsadga yo‘naltirilgan, rejali va tizimli idrok etish bo‘lib, uning jarayonida tadqiqotchi aniq faktik materialni oladi. Kuzatishning asosiy vazifasi tadqiqotchining kuzatish obyekti bilan bevosita va teskari aloqasi sharoitida o‘rganilayotgan jarayon haqidagi ma’lumotlarni tanlab olishdan iborat. Pedagogik kuzatuv mazmuni tadqiqot vazifalariga yo‘naltirilgan. Pedagogik kuzatishning bir necha turlari mavjud: bevosita (tadqiqotchi pedagogik hodisaning rivojlanishida ishtirok etadigan obyektni kuzatadi), ochiq (obyekt uni kuzatishning borishi haqida xabardor bo‘lsa), uzluksiz (hodisani uning tugallangan manzarasida aks ettiradi), diskret (hodisani bosqichlarga bo‘lish va asosiy bo‘g‘inlarni o‘rganish), monografik kuzatish (bir qator hodisalarni gipotetik aloqalar va qonuniyatlarni o‘rnatgan holda o‘rganish). Bu turlar faqat jismoniy tarbiya kontekstida ko‘rib chiqiladi, umumiy kuzatish usuli holatida jarayon mantig‘idan kelib chiqadigan to‘rtta guruh ajratiladi: bevosita, bilvosita, ochiq, yashirin. Metodning qiyinligi uning subyektivligidadir. Jismoniy tarbiya nazariyasida B.A.Ashmarinning klassik tasnifi eng mustahkam pozitsiyani egallaydi, unga ko‘ra pedagogik kuzatuvning ikki turi mavjud: muammoli va mavzuli. "Muammoli kuzatish bir nechta o‘zaro bog‘liq pedagogik hodisalarga qaratilgan bo‘lib, ular birgalikda mavzuni o‘rganishda hal qiluvchi yo‘nalishlardan birini tashkil etadi" [2, 39-bet]. Jismoniy tarbiya nazariyasida ekspert baholash usuli yoki ekspert axborotini olish usulini ham ajratib ko‘rsatish mumkin. Usul bir nechta kichik turlarga bo‘linadi: Komissiya usuli - muammo va uning tendensiyalari, yechim istiqbollarini munozarali tahlil qilish; Sud usuli - ekspertlar konsiliumida tendensiyaga ijobiy va salbiy munosabatda bo‘lgan guruhlarni tuzish; Aqliy hujum usuli - nostandart g‘oyalarni ilgari surish. Delfi usuli - o‘zaro bog‘liq bo‘lmagan va aloqada bo‘lmagan ekspertlardan anonim so‘rovnoma o‘tkazish. Jismoniy tarbiya natijalarini o‘rganishning eng ishonchli usullari me’yorlash va baholash usuli hamda statistik ishlov berishning matematik usuli hisoblanadi. Baholash va me’yorlash usuli quyidagi algoritmga ega: ro‘yxatga olish - tartiblash - shkalalash.

Baholash bu yerda vazifa/topshiriqni bajarishdagi muvaffaqiyatning universal o‘lchovi sifatida belgilanadi. O‘rtacha ko‘rsatkichlardagi farqlarning ishonchliligini baholash Styudent koeffitsiyentini qo‘llash orqali amalga oshiriladi [5, 4-bet]. Malakaviy baholash protsedura sifatida uchta asosiy vazifani bajaradi: 1. Turli ishtirokchilarning yutuqlarini taqqoslash; 2. Turli vazifalardagi yutuqlarni taqqoslash; 3. Shkala gradatsiyalari bo‘yicha me’yorlash. Jismoniy tarbiya natijalarini o‘rganish uchun eng mos va samarali matematik-statistik usul tanlangan nuqtalar bo‘yicha shkala hisoblanadi. Ushbu turdagi shkalalash poydevor uchun ma’lum bo‘lgan taqsimot parametrlarini oladi: o‘rtacha va standart. Ushbu metodika GTO natijalari, sportchilarning darajalari to‘g‘risidagi jahon jadvali bilan ishlashda eng aniq natija beradi. Qolgan usullar yuqorida keltirilgan usullarga o‘xshash bo‘lib, ko‘proq tibbiy va fiziologik ko‘rsatkichlarga asoslanadi. Bu biomexanik usullar deb ataladi. Bunga quyidagilar kiradi: kinotsiklografiya (obyekt harakatining kinematik xususiyatlarini aniqlash), dinamometriya (tayyorgarlik darajasini kuch ko‘rsatkichlarida ifodalash), miografiya (insonning biopotensiallarini o‘lchash), akselerometriya (dinamik massa markazi sifatida tezlanishlarni o‘lchash). Tibbiy-biologik usullar mashg‘ulotlar va jismoniy tarbiya mashg‘ulotlari jarayonida organizmning funksional tizimlari holatini o‘rganadi. Bu yerda UTT, kardiologik tekshiruvlar va turli funksional sinamalar haqida gapirish to‘g‘ri bo‘ladi.

ADABIYOTLAR RO‘YXATI

1. Ashmarin B.A. Teoriya i metodika pedagogicheskix issledovaniy v fizicheskom vospitanii. M.: FiS. - 1978 - S. 18-20.

2. Belous V.A., Shchegolev V.A., Щedrin Yu.N. Organizatsiya nauchnыx issledovaniy po fizicheskoy kulture v vuze: Uchebno-metodicheskoye posobiye. SPb: SPbGUIT-MO. - 2005. - 72 b.

3. Kapilevich L.V. Nauchnie issledovaniya v fizicheskoy kulture: uchebnoye posobiye / L.V.Kapilevich - Tomsk: Tomsk, 2012. - 144 b.

4. Stepanenkova E.Ya. Teoriya i metodika fizicheskogo vospitaniya i razvitiya rebenka: Ucheb. posobiye dlya stud. visshix ucheb. zavedeniy / Emma Yakovlevna Stepanenkova. - 2-ye izd., ispr. - M.: Izdatelskiy sentr "Akademiya," 2006. - 368 b.

5. Shebeko V. N. Maktabgacha yoshdagi bolalarni jismoniy tarbiyalash nazariyasi va metodikasi / V. N. Shebeko - "Oliy maktab." - 2015. - 52-b.