

JISMONIY TARBIYA VA SPORT JARAYONIDA ESTETIK TARBIYANING MUAMMOLARI

Sultansuynov A

Berdaq nomidagi Qoraqalpoq davlat universiteti

Jismoniy madaniyat nazariyasi va metodikasi kafedrası b.f.b.f.d (PhD) professor.

Aralova A

Berdaq nomidagi Qoraqalpoq davlat universiteti bakalavr talabasi.

<https://doi.org/10.5281/zenodo.19482274>

Annotatsiya. Mazkur maqola jismoniy tarbiya darslarida o'quvchilarni estetik tarbiyalashning maxsus muammolarini hal qilish uchun o'qituvchi va murabbiy bilim bilan qurollangan bo'lishi, go'zallik qonuniyatlarini chuqur anglashi, estetik tarbiyaning xususiyatlarini va sport faoliyati jarayonida shaxs tomonidan boshdan kechirgan his-tuyg'ularini bilishi lozim.

Tayanch so'zlar: jismoniy tarbiya, ta'lim, tarbiya, estetika, metod, jarayon, vosita, o'quvchi, dars, emotsiya, sport, o'yin.

Аннотация. В данной статье для решения специальных задач эстетического воспитания учащихся на уроках физической культуры учитель и тренер должны быть вооружены знаниями, иметь глубокое понимание законов красоты, особенностей эстетического воспитания и переживаемых чувств. человеком во время занятий спортом. должен знать.

Ключевые слова: физическое воспитание, воспитание, воспитание, эстетика, метод, процесс, инструмент, ученик, урок, эмоция, спорт, игра.

Annotation. In this article, in order to solve the special problems of aesthetic education of students in physical education classes, the teacher and coach should be armed with knowledge, have a deep understanding of the laws of beauty, the characteristics of aesthetic education and the feelings experienced by the individual during sports activities. should know.

Key words: physical education, education, education, aesthetics, method, process, tool, student, lesson, emotion, sport, game.

Yuqori sinf o'quvchilarini jismoniy trbiya darslarida estetik tarbiyalashni amalga oshirish maqsad qilib qo'yilgan darsga quyidagi didaktik talablar qo'yildi:

- jismoniy tarbiya jarayonida yengil atletika, gimnastika, sport o'yinlari, shaxmat va harakatli o'yinlarning vazifalari, o'quv materiallari mazmuni bilan o'quvchilarning bilish faoliyatlari hamda mashg'ulotlarni tashkil etishning metodlari va usullarining o'zaro uyg'unligi;
- mashg'ulotdagi vazifalarni aniq qo'yish hamda ularning asosiy harakatlaridagi estetik jihatlarga alohida e'tibor berish;
- o'quvchilarda bajariladigan harakat elementlarining estetik go'zalligini anglash ko'nikmasini faollashtirish;
- mavjud didaktik imkoniyalardan unumli foydalanish;
- darsning mazmuni va metodlarining qulay bo'lishini ta'minlash;
- materiallarni o'zlashtirish jarayoni qulayligini ta'minlashda mashg'ulotlarning optimal darajasiga erishish (9-11-sinflar bo'yicha);
- yuqori sinf o'quvchilarning yosh va jinsiy xususiyatlarini hisobga olish;
- o'quvchilarga individual va tabaqalashtirilgan yondashuv

Misol tariqasida biz biron bir muammoning yechimi borasida kunlab oylab bosh qotiramiz va uni yechimini topganimizda o'zimizning ichki olamimiz defferensial tartibda uzimizga bo'y sinmagan holda kulishimiz, yig'lashimiz, ko'tarinki ruhga ega bo'lishimiz, o'zgalar bilan o'rtoqlashishimiz, yechilgan masalani ko'rib undn baxra olish kabi estetik zavqlanish xislari bizni qamrab oladi. Bu esa bizning ma'naviy olamimizda estetik xususiyatning nechog'lik muhim ekanligini anglatdi.

Harakat faoliyati jarayonida estetik tarbiya vositalariga quyidagilar kiradi:

- o'qituvchi o'quvchilarga go'zallik daqiqalarini ko'rsatishi mumkin bo'lgan jismoniy tarbiyaning har xil (jismoniy tarbiya bo'limlari) turlari.

- bayramlar, tomoshalar;

- tabiiy va gigiyenik sharoitlar;

- musiqa va san'at asarlaridan foydalangan holda darslarni tashkl etish.

Jismoniy tarbiya darslarida jismoniy mashqlar, sport o'yinlari, yengil atletika, gimnastika va harakatli o'yinlardan foydalanishda ularni bajarib ko'rsatish mashg'ulotning bir-biri bilan o'zaro bog'liqligi, harakat faoliyati haqidagi birlamchi tushuncha o'quvchilarda harakatlarning natural shaklda bajarilishini ko'rgandan so'ng hosil bo'ladi.

Ko'rgazmali qurollar, suratlar, chizmalar, maketlar, ayniqsa sekinlashtirib olingan kinolar, hujjatli, o'quv filmlari, video, multivideo va hokazo vositalarda namoyon bo'ladi. Ulardan foydalanish, taqlid qilib bajarish mashg'ulotlarning estetik mazmunini anglash jarayonining ta'limiy va tarbiyaviy imkoniyatlarini orttiradi. Shuning uchun jismoniy tarbiya darslarida turli metodlardan keng qo'llaniladi. Bu esa o'quvchilarning estetik xususiyatlarini takomillashishiga olib keladi.

Yuqori sinflarda o'qitiladigan jismoniy tarbiya o'quv fanidan tayyorlangan davlat ta'lim standarti (DTS) o'zining tuzilishi va mazmuniga ko'ra jismoniy tarbiyani o'qitish jarayonida o'quvchi shaxsi, uning jismoniy rivojlanishi, intilishlari, qobiliyati va qiziqishlari ustuvorligidan kelib chiqadi. Ammo amaldagi dasturlar bo'yicha ishlab chiqilgan o'quv qo'llanmalarida taqdim qilinayotgan topshiriqlar har doim ham o'quvchilarning estetik tarbiyalanganlik darajasini o'stirishga mo'ljallangan emas.

Shu maqsadda amaldagi dasturning tuzilishi, mazmuniga putur yetkazmagan holda unga o'quvchilar bilimi, ko'nikma va malakasiga qo'yiladigan asosiy talablarni hisobga olib, dars mazmuniga emotsional yuklama, o'zining estetik mazmuniga ega bo'lgan jismoniy mashqlar va harakat elementlariga oid materiallar kiritildi.

Ular yuqori sinf o'quvchilarining mashg'ulotlar mazmunidagi nafosatni anglashga bo'lgan qiziqish va ehtiyojlarni faollashtirishga hizmat qiladi.

O'quvchilar jismoniy tarbiyaga bo'lgan qiziqishlari, turli sport o'yinda qatnashib, undagi zarur harakatlarni bajarish jarayonlari estetik jihatdan yo'naltirilgan bo'lishi ishimizda tadqiq etilayotgan muammoni hal etishda hal qiluvchi ahamiyat kasb etadi. Shuningdek, o'qituvchilarni zarur bo'ladigan talablar, tavsiyalar, eslatmalar, jismoniy tarbiya nazariyasi va amaliyotining estetikaga bog'liq bo'lgan jihatlaridan foydalanish bo'yicha metodik ishlanmalar bilan ta'minlash muhim ahamiyat kasb etadi.

Biroq mashg'ulotlarga qiziqish muammosi asosiy maqsadni chetlab o'tmasligi kerak.

Jismoniy tarbiya darslarida o'quvchilarni estetik tarbiyalash jarayonini takomillashtirish modeli va uni amalga oshirish shartlarida belgilangan bosqichlar asosida quyidagi vazifalar amalga oshiriladi:

- **1-bosqich.** O'quv mashg'ulotlarida shaxsiy va jamoa gigenasi talablarini o'quvchilar ongida shakllantirish.

Yani, kun tartibi, shaxsiy va jamoat gigiyena qoidalariga rioya qilish, turli asbob-uskunalaridan foydalanishda xavfsizlik texnikasi qoidalari va sanitariya-gigiyena talablariga rioya qilish, gigiyena qoidalariga rioya qilish kerakligi haqida tushunchaga ega bo'lish, ikki tomomonlama o'yinda o'yin qoidasi va jamoa gigiyenasi qoidalariga qat'iy rioya qilgan holda mashg'ulotda ishtirok etish. Buning zamirida o'quvchilarning shaxsiy kiyimlarining go'zalligi, harakatlar nafisligi va boshqa o'ziga bo'lgan ichki go'zallikning shakllanib borishi;

- **2-bosqich.** Dars va darsdan tashqari mashg'ulotlarda o'quvchilarning estetik sifatlarini tarkib topishida jarayonga ongli ravishda yondashishga o'rgatish. Ushbu bosqichda yuqori sinf o'quvchilari asosan sport to'garaklarida ko'proq ishtirok etishi hammaga ma'lum, buning natijasida o'quvchilarda mashg'ulotlar jarayonida o'rganilgan harakat elementlari va uning mazmunidagi estetik jihatlarni o'zi shug'ullanayotgan sport turi mazmunida ham xis etishi;

- **3-bosqich.** Egallagan bilim, ko'nikma va malakalarini o'zgalarga tushuntira olish qobiliyatiga ega bo'lishi. Jismoniy tarbiya darslarida o'rganilgan mashg'ulotlarning oilada, mahallada, o'rtoqlar bilan surli sport o'yinlarida, musobaqalarda o'z jamoasiga tushuntirish va o'rgatish nazarda tutiladi. Natijada o'quvchi tomomnidan jismoniy faoliyatdan baxra olish ko'nikmalari keng jamiyat mazmuniga singib boradi.

Tadqiqot muammosiga oid manbalarni o'rganish natijasida shakllantirilgan nazariy xulosalar, amaliyotni kuzatish natijalari, tadqiqotda ilgari surilgan ilmiy g'oyalarni samaradorlik darajasini eksperimental sinab ko'rish maqsadida tajriba-sinov ishlari o'ztkazildi. Tajriba-sinovda qo'yidagi masalalarga amaliy yechim topish asosiy vazifalar sifatida belgilandi, ya'ni o'tkazilgan tajriba-sinov ishlari yuqori sinf o'quvchilarining jismoniy tarbiya darslari jarayonini kuzatish; ular bilan savol-javob, so'rovnomalar, suhbat o'tkazish; ilg'or pedagogik tajribalarni amaliyotga tatbiq etish; tajriba-sinov materiallarini amaliy darslarda sinovdan o'tkazish kabi metodik yondashuvlardan foydalanildi.

Jismoniy tarbiya darslarida yuqori sinf o'quvchilarini estetik tarbiyalashning didaktik imkoniyatlaridan optimal tarzda foydalanish asosida o'yinlarning asoslarini anglash ko'nikmasini shakllantirish tanlangan hamda ilmiy asoslangan o'quv materiallar bo'yicha maxsus ishlab chiqilgan metodika doirasida amalga oshirildi.

Tajriba-sinov ishlarini tashkil etishda izchillik, uzviylik, xususan jismoniy harakatlarning bir-biriga aloqadorligiga alohida e'tibor qaratildi. Shuning uchun ham eksperiment doirasida tadqiq etilayotgan mashg'ulotlarning turlari o'quvchilar yoshiga hamda fiziologik imkoniyatlariga mosligi ta'minlandi.

Shuningdek, o'quvchilarda harakat texnikalari mazmunidagi estetik jihatlarni o'zlashtirganlik darajalari o'quvchilarining yoshiga va fiziologik imkoniyatlariga muvofiq tarzda aniqlandi. Unda tadqiqot maqsadi va vazifalaridan kelib chiqqan holda ishlab chiqilgan mezonlarga asoslanindi.

Tajriba-sinov ishlari to'rt bosqichda, ya'ni ta'kidlovchi, izlanuvchi, shakllantiruvchi hamda yakunlovchi bosqichlarda amalga oshirildi.

Adabiyotlar:

1. Lixachev.B.T. Teoriya esteticheskogo vospitaniya. – M.: Prosvesheniye, 1995. – 175 s.
2. Makhmudov B.A. Methodology for improving the training mechanism of physical culture specialists. OVATEUR PUBLICATIONS JournaINX - A Multidisciplinary Peer

ReviewedJournal ISSN No: 2581 - 4230 VOLUME 9, ISSUE 5, May -2023 Impact Factor (2022): 8.155.

3. Холодов, Ж.К. - Теория и методика физического воспитания и спорта [Текст] / Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов. – М.: Академия, 2000. – 480 с