ЖИСМОНИЙ ТАРБИЯ ДАРСЛАРИДА СПОРТ ЎЙИНЛАРИ ҚОИДАЛАРИНИ ЎРГАТИШНИНГ ПЕДАГОГИК МЕХАНИЗМЛАРИНИ ТАКОМИЛЛАШТИРИШ

Самандар Хабибуллаевич Хабибуллаев
Тошкент вилояти Чирчиқ давлат педагогика институти ўқитувчи

АННОТАЦИЯ

Ушбу мақола жисмоний тарбия дарсларида ўқитувчиларнинг спорт ўйинлари (волейбол, баскетбол, қўл тўпи, мини футбол) ўйини қоидаларини билиш даражасини сўровнома орқали аниклаш ва камчиликларини бартараф этиш юзасидан маълумотлар берилган.

Калит сўзлар: Фол, четлаштириш, қизил корточка, 7-метрлик жарима тўпи, бурчак тўпи, баскетбол савати, майдон маркази, разряд.

“IMPROVEMENT OF PEDAGOGICAL MECHANISMS FOR TEACHING THE RULES OF SPORTS GAMES IN PHYSICAL EDUCATION CLASSES”

Samandar Khabibullayevich Khabibullaev
Teacher of Chirchik State Pedagogical Institute of Tashkent region

ABSTRACT

This article provides information on how to determine the level of knowledge of teachers in the rules of sports (volleyball, basketball, handball, mini-football) in physical education classes through a survey and how to eliminate shortcomings.

Keywords: tarot, dismissal, red card, 7-meter penalty kick, corner kick, basketball basket, field center, discharge.

КИРИШ

Биринчи Президентимиз И.А.Каримов «Фарзандлари соғлом юрт кудратли бўлур, кудратли юртнинг фарзандлари соғлом бўлади» деб таъкидлайди. Биринчи Президентимиз фикрини давом эттирар экан, энг аввало ҳар бир одам ўз соғлиги ҳақида қайғуриши, ҳар бир оила ўзидан соғлом насл, соғлом зурриёт қолдиришни ўйлаши зарур. Агар фарзанд соғлом, окил, иймон-эътиқодли бўлса, ота-онасига фақат раҳмат келтиради. Эл-юрт назаридан ҳеч қачон четда қолмайди деб уқтиради. Жисмоний баркамоллик тарбия тизимида муҳим ўринни

эгаллайди ва бошка тарбиялар билан бирга амалга оширилади. Жисмоний тарбия ақлий, эстетик ва меҳнат тарбиялари билан ҳамкорлик қилади. Инсоннинг соғлом ва баркамол ўсиши турли омил ва воситаларга боғлик. Аввало, насл тоза, соғлом бўлиши керак, шу сабабли биринчи Президентимиз соғлом ота-онадан албатта, соғлом фарзанд туғулишини алоҳида таъкидлайди. Қолаверса, яшаш жараёнида санитария-гигиена қоидаларига амал қилиши, табиатнинг соғломлаштирувчи омиллари, яъни қуёш, ҳаво ва сув таъсиридан ҳамда жисмоний машқлардан фойдаланишни тақазо қилади.

Жисмоний тарбиянинг ҳамма босқичларида айрим машқларнинг маърифий, тарбиявий ва гигиеник аҳамияти аниқ мисоллар билан тушунтирилади ва кўрсатилади. Баркамол авлоднинг ҳаракат қилишга бўлган эҳтиёжини қондиришда қизиқарли ва мароқли жисмоний тарбия дарслари, спорт машғулотлари муҳим омил ҳисобланади. Жисмоний тарбиядаги педагогик жараён натижалари дарсларда олиб бориладиган ўқув ва тарбия ишининг сифатига боғлик. Бунга ҳар бир дарс заминидаги вазифаларни изчил ҳал этибгина эришиш мумкин.

АДАБИЁТЛАР ТАҲЛИЛИ ВА МЕТОДОЛОГИЯ

Жисмоний тарбия дарсларида ўқитувчиларнинг спорт ўйинлари (волейбол, баскетбол, қўл тўпи, мини футбол) ўйини қоидаларини билиш даражасини сўровнома орқали аниклаш ва камчиликларини бартараф этишда услубий ёрдам кўрсатиш.

Умумий ўрта таълим мактабларида жисмоний тарбия дарсининг мақсади ўқувчи ёшлар танасидаги барча аъзоларнинг соғлом ўсишини таъминлаш ҳамда уларни ақлий ва жисмоний меҳнатга, шунингдек, Ватан мудофаасига тайёрлашдир. Улуғ мутафаккир Абдулла Авлоний таъкидлаганидек, соғлом фикр, яхши аҳлоқ ва илм-маърифатга эга бўлмоқ учун баданни тарбия қилиш зарур. Жисмоний тарбия барчага, айниқса, болаларга катта таъсир кўрсатиб, саломатлигини мустаҳкамлайди, инсоннинг ишлаш қобилиятини оширади, узоқ умр кўришига ёрдам беради. Спорт ҳар қандай ёшда ҳам қад-қоматни тарбия қилиш, куч-қувватни сақлаб туришнинг воситаси ҳисобланади.

Ҳозирги кунда спорт ўйинлари яккама-якка жамоа бўлиб, ўйнайдиган ўйинлар мавжуд. Бу эса педагогика ва ҳаётда ҳаракатли ўйинлар ва спорт ўйинлари сифатида тарбиявий восита бўлиб хизмат қилиб келмоқда. Ҳаракатли ўйинлар жисмоний тарбия воситаси сифатида жамоали, жамоага уюшмай, ўзининг маълум спорт майдонига, стандарт қоидасига эга бўлмаган, қийин жисмоний машқларнинг айрим элементларини ўз ичига олган ҳаракатлар

тарзида улар аста-секинлик билан қийинлаштирилиб бир шаклга киргизилиб, спорт ўйинларига айланди.

НАТИЖАЛАР

Спорт ўйинлари жисмоний тарбия воситаси сифатида ўзининг қатъий ўйин қоидалари ва талабларига, спорт майдони жиҳозларига эга. Ўйин пайтида вазифаларни бир индивид ҳал қилмай, жамоа ҳал қилади. Бу ўйинлар бўйича мунтазам мусобақалар уюштирилади. Ўйинчиларга даража (разряд) ва унвонлар берилади. Спорт ўйинлари мунтазам ўсишда ва ривожланишда (техникаси ва тактикасини ривожланиши унинг самарадорлигини кучайтиради). Жамоа бўлиб ўйнайдиган ҳаракатли ўйинлар уч турга бўлинади: а) ўйинчиларни жамоаларга ажратмай ўйнайдиган ўйинлар; б) жамоали ўйинга айланиб кетадиган ўйинлар; в) жамоаларга бўлиб ўйналадиган ўйинлар (барча спорт ўйинлари киради):

Кейинчалик эса ўйин ўйинчиларнинг ўзаро фаолияти шаклига кўра (командали ўйналадиган ўйинлар) қуйидагиларга бўлинади:

а) ўйин пайтида рақиб команда ўйинчилари танаси, унинг қисмлари бир-бирига тегмай ўйналадиган ўйинлар - волейбол, бадминтон, стол тенниси, шахмат-шашка ва ҳ.к.

б) рақиб ўйинчилари бир-бирига тегиши билан ўйналадиган ўйинлар: футбол, мини футбол, баскетбол, қўл тўпи регби, хоккей, ва бошқалар.

Тарихан мавжуд жисмоний тарбия тизимлари ўйиннинг шу томонларни ҳисобга олиб, жамият аозолари ҳар томонлама жисмонан гармоник тарбиялашнинг асосий омилларидан бири деб тан олганлар ва тарбия жараёнида ундан фойдаланганлар.

Биз ҳозирги кунга спорт ўйинларида мусобақаларни ташкил қилиш ва ўтказишда ўйин қоидаларини тўлиқ билмаслик мусобақани адолатли ўтишига тўсқинлик қилиб турли тортишувларга сабаб бўлишини инобатга олиб умумий ўрта таълим мактаби жисмоний тарбия ўқитувчиларида спорт ўйинлари қоидаларига оид тезкор сўровнома ўтказдик.

Сўровномада Тошкент вилояти Чирчиқ шаҳридаги умумий ўрта таълим мактаблари жисмоний тарбия ўқитувчиларининг 10 нафари қатнашдилар. Бу сўровномада спорт ўйинлари қоидаларига оид 10 та савол ўртага ташланиб муҳокама қилинди.

Анкета сўравномаси бўйича маълумотлар

1-жадвал

Савол	Ха	Йўқ
1. Мини футбол ўйинида қизил карточка олган ўйинчининг ўрнига ўйинчини тушуриш мумкинми? Мумкин бўлса неча дақиқадан кейин	40%	60%
2. Мини футбол ўйинида 2 дақиқа четлаштирилган ўйинчи яна майдонга қайтиб туша оладими?	60%	40%
3. Мини футбол ўйинида дарвозабон тўпни оёғи билан ўйинга кирита оладими?	40%	60%
4. Баскетбол ўйинида тўп саватга тушса майдон марказидан бошланадими?	60%	40%
5. Баскетбол ўйинида майдон марказидан ўтгандан кейин тўпни орқага узатиш мумкинми?	30%	70%
6. Баскетбол ўйинида ўйинчилар қоидани бузса фол бериладими?	70%	30%
7.Волейбол ўйинида тўп чизиққа тушса очқо ҳисобланадими?	60%	40%
8. Волейбол ўйинида икки марта тананинг бошқа қисми билан тўпга тегиш мумкинми?	70%	30%
9. Қўл тўпи ўйинида дарвозабон майдончасига кириб дарвозага отилган тўпни қайтарса 7-метрлик жарима зарбаси бериладими?	60%	40%
10. Қўл тўпи ўйинида химояланаётган жамоа ўйинчисига тўп тегиб эн чизиқдан чиқиб кетса бурчак тўпи бериладими?	60%	40%

МУҲОКАМА

Ўтказилган анкета сўровномаси шуни кўрсатадики, Тошкент вилояти Чирчиқ шаҳридаги умумий ўрта таълим мактаблари жисмоний тарбия ўқтувчилари 1-саволга 4 нафар (40%) ҳа, 6 нафар ўқитувчи (60%) йўқ дея жавоб беришди. 2-саволга эса 6 нафар ўқитувчи (60%) ҳа, 4 нафар ўқитувчи (40%) эса йўқ дея жавоб бердилар. 3-саволга 4 нафар (40%) ҳа, 6 нафар ўқитувчи (60%) эса йўқ жавобини беришди. 4-саволга 6 нафар ўқитувчи (60%) ҳа, 4 нафар ўқитувчи (40%) эса йўқ деб жавобини беришди. 5-саволга 3 нафар ўқитувчи (30%) ҳа, 7 нафар ўқитувчи (70%) эса йўқ деб жавобини беришди. 6-саволга 7 нафар ўқитувчи (70%) ҳа, 3 нафар ўқитувчи (30%) эса йўқ деб

жавобини беришди. 7-саволга 6 нафар ўқитувчи (60%) ҳа, 4 нафар ўқитувчи (40%) эса йўқ деб жавобини беришди. 8-саволга 7 нафар ўқитувчи (70%) ҳа, 3 нафар ўқитувчи (30%) эса йўқ деб жавобини беришди. 9-саволга 6 нафар ўқитувчи (60%) ҳа, 4 нафар ўқитувчи (40%) эса йўқ деб жавоб бердилар. Охирги 10-саволга 6 нафар ўқитувчи (60%) ва 4 ўқитувчи (40%) йўқ деб жавоб беришди.

Анкета сўравномаси натижалари

2-жадвал

Савол	**Тўғри жавоб**		**Нотўғри жавоб**	
	сони	**Фоизи %**	**сони**	**Фоизи %**
Биринчи савол	4	40%	6	60%
Иккинчи савол	6	60%	4	40%
Учинчи савол	4	40%	6	60%
Тўртинчи савол	4	40%	6	60%
Бешинчи савол	7	70%	3	30%
Олтинчи савол	7	70%	3	30%
Еттинчи савол	6	60%	4	40%
Саккизинчи савол	7	70%	3	30%
Тўққизинчи савол	6	60%	4	40%
Ўнинчи савол	6	60%	4	40%
Жами	**10**	**57%**	**10**	**43 %**

Тошкент вилояти Чирчиқ шаҳридаги умумий ўрта таълим мактабларининг жисмоний тарбия ўқитувчилари спорт ўйинлари қоидалари бўйича берилган 10 та саволларга 57% тўғри, 43% нотўғри жавоб беришган. Спорт ўйинлари қоидалари юзасидан мактаб ўқитувчилари томонидан берилган нотўғри саволларнинг жавоблари мактаб ўқитувчиларига тушунтирилиб, услубий ёрдам кўрсатилди.

ХУЛОСА

Умумий ўрта таълим мактабларида фақат жисмоний тарбия дарсларини олиб бориш билан чикланиб қолмасдан, спорт ўйинлари бўйича синфлар, мактаблар ўртасида ўртоқлик ва расмий мусобақаларни ташкил этиш, ўқувчиларга спорт ўйинлари қоидаларини мунтазам ўргатиб бориш ва мусобақаларда ҳакамлик қилиш муҳим аҳамиятга эгадир. Спорт мусобақаларини

ўтказишдан асосий мақсад кучли спортчилар ва жамоаларни аниқлаш, спорт маҳоратини такомиллаштириш, жисмоний маданият ва спортни тарғибот қилиш, спорт ташкилотлари, мураббийлар, спортчилар, ҳакамлар фаолиятига объектив бахо беришдир.

REFERENCES

1. Achilov, T., & Zufarov, T. (2019). Improvement Of Combined Actions Of Greco-Roman Style Wrestlers Taking Into Account The Specifics Of Competitive Activity. International Journal of Advanced Science and Technology, 29(12), 1913-1917.
2. Choriyev, I. (2019). Efficiency Of The Model Of Formation And Development Of Readiness For Pedagogical Design In The Conditions Of Information And Communication Technologies. European Journal of Research and Reflection in Educational Sciences, 7(12), 624-629.
3. Karaev, V. S. (2020). Competence And Competent: Different Approaches And Interpretations. International Journal for Innovative Engineering and Management Research, 9(9), 202-206.
4. Mamatkulov, R. S., Khudoyberganov, J. S., Yusupbaeva, A. S., & Umaralieva, D. U. (2020). Features of formation of readiness of future teachers for innovative activity by means of information technologies. International Journal for Advanced Research in Science & Technology, 10(06), 1-3.
5. Атабеков, Ф. У., Худойберганов, Ж. С., & Шукурллаев, Ж. М. (2020). Жисмоний тарбия дарсларида волейбол спорт турини ургатишда харакатли уйинлардан фойдаланиш. Малака ошириш тизимида спорт буйича мутахассисларнинг касбий компетентлиги механизмини такомиллаштириш: муаммолар ва ечимлар, 212-214. 2.
6. Ачилов, Т. С. (2020). Оздоровительный бег, принципы самостоятельной тренировки. Maktab va hayot, 4(152), 43-44.
7. Караев, В. (2020). Физкультурно-спортивная деятельность как средство оптимизации подготовки профессионально-педагогических кадров. ACTA NUUz, 1(4), 79-81. 11.
8. Караев, В. Ш. (2020). Педагогические условия как фактор повышения профессиональной компетентности педагога физической культуры. Проблемы современной науки и образования, 6(151), 55-58.
9. Караев, В. Ш. (2020). Развитие профессиональной компетенции тренера в образовательном пространстве повышение квалификации. The World Of Science And Innovation, 1(1), 236-241.
10. Musurmanov, P., & Shermatov, M. (2020). Innovative Approaches To Developmant Of The Professional Competence Of Future Teachers. A Multidisciplinary Peer Reviewed Journal, 1(1), 557-560

11. Зокиров, У. М. (2020). Эркин курашчиларнинг умумий ва махсус жисмоний тайёргарликларини такомиллаштириш усуллари. Academic Research in Educational Sciences, 1 (2), 306-314
12. Хабибуллаев, С. Х., & Зуфаров, Т. У. (2020). Профилактика заболеваний средствами физической культуры. Academic Research in Educational Sciences, 1 (2), 315-324
13. Хонкелдиев, Ш. Х., Закиров, У., & Меликузиев, А. А. (2020). Эффективность разработанной методики повышения физической подготовленности юных борцов вольного стиля. Наука сегодня вызовы и решения, 1(1), 114-115
14. Нурматов, Ф. (2019). Пути преодоления стресса спортсменами в спортивной соревновательной деятельности. ACTA NUUz, 1(2), 36-39.
15. Нурматов, Ф. А. (2020). Использование средств профессионально-прикладной физической культуры для улучшения уровня подготовки студентов вузов. Мугаллим, 2(1), 165-169.
16. Султанов, А. И., & Исламбоев, С. А. (2020). Вариативность физической подготовки дзюдоистов на этапе углубленной специализации. Вестник науки и образования, 10(88), 82-85.
17. Abdulaxatov, A. R., & Sultonov, A. I. (2020). Bo'lajak jismoniy tarbiya o'qituvchilarida kasbiy-madaniy munosabatlarni shakllantirish (kurash misolida). Maktab va hayot, 3(151), 20-21.
18. Чориев, И. Р., & Караев, В. Ш. (2020). Педагогическое проектирование физкультурно-спортивной деятельности будущих специалистов. Academic Research in Educational Sciences, 1 (2), 333-341.
19. Шукурллаев, Ж. М. (2020). Ўқувчи-ёшларни волейбол спорт турига танлаб олишнинг методик хусусиятлари. Academic Research in Educational Sciences, 1 (2), 342-348.
20. Shukrullayev, J. M. (2019). 7-14 yoshli maktab o'quvchilarini voleybol sport turiga tanlab olishning metodik xususiyatlari. Мугаллим, 2(1), 153-156.
21. Shermatov, M. (2020). Bo'lajak jismoniy tarbiya o'qituvchilarini tayyorlashda innovatsion yondashuvlar. Xalq ta'limi, 1(3), 78-83
22. Musurmanov, P., & Shermatov, M. (2020). Innovative Approaches To Developmant Of The Professional Competence Of Future Teachers. A Multidisciplinary Peer Reviewed Journal, 1(1), 557-560
23. Akhatov, L.K., Rasulov, A.N., Mirzorakhimov, O.K., Sharipov, M.L., & Ibrokhimov, F.A. (2020). The Outlookings of Religious and Sufism in Teaching of Abdurakhman Jami. Journal of Critical Reviews, 7(17), 112-116