Ismatov Pulatjon Abdumannobovich
ADU Sport va sa'nat fakulteti
Fakultetlararo jismoniy tarbiya va sport kafedrasi dotsenti
E-mail: pulatjoni@gmail.com

PEDAGOGIK TA'LIM YO'NALISHIDA KASBIY JISMONIY TAYYORGARLIK MAZMUNINI MODERNIZATSIYA QILISH YO'LLARI

DOI: https://doi.org/10.5281/zenodo.15580675

Annotatsiya. Ushbu maqolada pedagogik ta'lim yo'nalishidagi talabalarning kasbiy jismoniy tayyorgarligini modernizatsiya qilishning dolzarbligi tahlil etilgan. Tadqiqot davomida pedagogik yo'nalishda mavjud bo'lgan jismoniy tayyorgarlik dasturlari va metodikalari o'rganilib, ular asosida kasbiy yo'naltirilgan mashqlar kompleksini ishlab chiqish zarurati asoslab berilgan. Shu bilan birga, pedagogik faoliyat sharoitlarida jismoniy va psixologik yuklamalarga bardoshlilikni rivojlantirish, innovatsion texnologiyalar va monitoring usullaridan foydalanish muhimligi aniqlangan. Olingan natijalar kasbiy jismoniy tayyorgarlik mazmunini modernizatsiya qilish orqali talabalarni kasbiy faoliyatga samarali tayyorlash imkoniyatlarini tasdiqlaydi.

Kalit so'zlar: kasbiy jismoniy tayyorgarlik, pedagogik ta'lim, modernizatsiya, innovatsion texnologiyalar, stressga bardoshlilik

Kirish

XXI asrda ta'lim tizimining uzluksiz rivojlanishi, innovatsion texnologiyalar va jamiyat ehtiyojlarining o'zgarishi bo'lajak pedagog kadrlarning kasbiy jismoniy tayyorgarligiga yangicha yondashuvni talab qilmoqda. Ayniqsa, pedagogik ta'lim yo'nalishida tahsil olayotgan talabalar uchun kasbiy-amaliy tayyorgarlik nafaqat jismoniy rivojlanish, balki mehnat faoliyatining samaradorligini oshirish, sog'lom turmush tarzini shakllantirish, kasbiy stressga bardoshlilik, metodik kompetensiyani mustahkamlashning muhim vositasiga aylangan.

Zamonaviy ta'lim muassasalarida jismoniy tayyorgarlik mashg'ulotlari ko'pincha umumiy sog'lomlashtiruvchi maqsad bilan cheklanib qolmoqda, bu esa bo'lajak o'qituvchilarning kasbiy faoliyatiga mos harakat madaniyatini shakllantirishda yetarli emas. Shuning uchun kasbiy jismoniy tayyorgarlikning mazmunini qayta ko'rib chiqish, unga mehnat harakati, stressbardoshlik, pedagogik vazifalarga tayyorgarlik, ijtimoiy-psixologik kompetensiyalarni shakllantirish kabi komponentlarni integratsiyalash zarurati mavjud.

Ilmiy adabiyotlar tahlili shuni ko'rsatadiki, kasbiy jismoniy tayyorgarlikni modernizatsiya qilish faqatgina dasturiy jihatdan emas, balki mazmun, metodika, texnologiyalar va baholash tizimi asosida ham chuqur isloh etilishi kerak. Bu esa pedagogik ta'lim yo'nalishidagi talabalarni kasb faoliyatiga har tomonlama tayyorlashda muhim omil bo'lib xizmat qiladi.

Ushbu maqolada pedagogik ta'lim yo'nalishida kasbiy jismoniy tayyorgarlikning hozirgi holati tahlil qilinadi, modernizatsiya zaruriyati asoslanadi hamda mazmunni takomillashtirishning samarali yo'nalishlari va yondashuvlari bayon etiladi.

Adabiyotlar sharhi

Kasbiy jismoniy tayyorgarlikning mazmunini modernizatsiya qilish masalasi pedagogik ta'lim tizimidagi dolzarb muammolardan biridir. Mazkur mavzu bo'yicha turli davrlarda bir qator olimlar tomonidan ilmiy-tadqiqot ishlari olib borilgan. Xususan, kasbiy jismoniy tayyorgarlikning mazmunini shakllantirish va uning samaradorligini oshirish masalalari bo'yicha keng qamrovli tadqiqotlar mavjud.

Rossiyalik olimlardan V.K. Bal'sevich (1993) o'z ishlarida kasbiy jismoniy tayyorgarlikni individual kasbiy faoliyatga yo'naltirilgan, maxsus jismoniy sifatlarni rivojlantirishga xizmat qiladigan jarayon si-

fatida talqin qiladi. Uning fikriga ko‘ra, mazkur tayyorgarlik turi nafaqat umumiy sog‘lomlashtirishga, balki kasbiy faoliyatdagi samarali harakat ko‘nikmalarini shakllantirishga qaratilishi lozim.

Z.M. Kuznetsova va N.A. Aksenova tomonidan pedagogik yo‘nalishda tahsil olayotgan talabalar uchun ishlab chiqilgan metodikalar aynan kasbiy jismoniy tayyorgarlik mazmunining kengaytirilishiga qaratilgan. Ushbu olimlar pedagogik faoliyat davomida yuzaga keladigan jismoniy yuklamalarni to‘g‘ri rejalashtirish va stressga chidamlilikni shakllantirishga e’tibor beradilar.

Xorijiy tadqiqotchilardan J. Siedentop va R. Pangrazi (2009) kasbiy jismoniy tayyorgarlikda jismoniy faollik orqali o‘qituvchilarda liderlik ko‘nikmalari, kasbiy stressni boshqarish, motivatsiya hamda pedagogik samaradorlikni oshirish mumkinligini ta’kidlaydilar. Ularning tadqiqotlari pedagogik ta’lim dasturlariga integratsiyalashgan va kompetensiyalarga asoslangan yondashuvni ilgari suradi.

Mahalliy olimlardan Sh.Xankeldiyev, A.Abdullayev, R. Jo‘rayevlarning izlanishlarida pedagogik yo‘nalishdagi talabalar uchun mo‘ljallangan jismoniy tayyorgarlik tizimlarini yaratish masalasi chuqur tahlil qilingan. Xususan, pedagogik faoliyat sharoitidagi jismoniy yuklamalarga chidamlilikni rivojlantirishga oid metodik tavsiyalar va amaliy yechimlar berilgan. Ularning fikriga ko‘ra, kasbiy jismoniy tayyorgarlik pedagogik faoliyat samaradorligini oshirish va o‘qituvchilarning sog‘lomligini mustahkamlashning muhim vositasidir.

Natijalar va ularning muhokamasi

Adabiyotlar tahlili shuni ko‘rsatadiki, bugungi kunda pedagogik ta’lim yo‘nalishidagi kasbiy jismoniy tayyorgarlikni modernizatsiya qilish uchun quyidagi yo‘nalishlarga e’tibor qaratish zarurati mavjud:

kasbiy faoliyat talablariga mos individual jismoniy tayyorgarlik dasturlarini ishlab chiqish;

ta’lim jarayoniga zamonaviy innovatsion metodlar va texnologiyalarni joriy qilish;

jismoniy mashg‘ulotlar mazmuniga kasbiy psixologik tayyorgarlik elementlarini integratsiya qilish;

pedagogik yuklamalarni nazorat qilish va samaradorlikni monitoring qilish vositalaridan foydalanish.

Shunday qilib, mavjud ilmiy manbalar tahlili kasbiy jismoniy tayyorgarlik mazmunini zamonaviy talablar asosida qayta ko‘rib chiqish zarurligini tasdiqlaydi hamda bu boradagi ilmiy-amaliy tadqiqotlarni davom ettirishni dolzarbligini ko‘rsatadi.

Pedagogik ta’lim yo‘nalishida kasbiy jismoniy tayyorgarlik mazmunini modernizatsiya qilish bo‘yicha olib borilgan adabiyotlar tahlili natijasida quyidagi asosiy jihatlar aniqlandi:

Kasbiy faoliyatga mos jismoniy tayyorgarlikning zarurligi. Pedagogik yo‘nalish talabalarida kasbiy faoliyat davomida uchraydigan jismoniy va psixologik yuklamalarga bardoshlilikni shakllantirish uchun umumiy sog‘lomlashtiruvchi dasturlar yetarli emasligi tasdiqlandi. Kasbga yo‘naltirilgan maxsus jismoniy mashqlar va psixologik tayyorgarlik elementlarini integratsiya qilish muhim ekanligi ko‘rsatildi.

Individual yondashuvning ahamiyati. Talabalarning jismoniy rivojlanish darajasi va pedagogik faoliyat sharoitlariga qarab individuallashtirilgan dasturlarni yaratish zarurligi asoslandi. Ayniqsa, pedagogik yuklamalarni hisobga olgan holda individual mashqlar kompleksini qo‘llash talabalarni kasbiy faoliyatga sifatli tayyorlashda yuqori samaradorlik ko‘rsatishi aniqlandi.

Innovatsion metod va texnologiyalarni qo‘llash zaruriyati. Zamonaviy pedagogik adabiyotlarda jismoniy tayyorgarlik jarayonida yangi texnologiyalar va metodlarni (videoanaliz, interaktiv vositalar, monitoring texnologiyalari) qo‘llash talabalar tayyorgarligi samaradorligini oshirishi ta’kidlangan. Bu usullar orqali talabalar o‘zining jismoniy imkoniyatlarini aniq baholab, kerakli ko‘nikmalarni samarali o‘zlashtirishi mumkinligi ko‘rsatildi.

Kasbiy stressga chidamlilikni rivojlantirish usullari. Pedagogik ta’limda o‘qituvchi kasbiy faoliyatining samaradorligini oshirish

uchun stressga chidamlilikni rivojlantiruvchi maxsus mashqlar va psixologik treninglarni jismoniy tayyorgarlik dasturlariga kiritish dolzarb ekanligi aniqlangan.

Ta'lim jarayonida samaradorlikni monitoring qilish zarurati. Kasbiy jismoniy tayyorgarlik dasturlarining samaradorligini baholash uchun doimiy monitoring vositalaridan foydalanish kerakligi asoslandi. Monitoring yordamida talabalar tayyorgarlik darajasini obyektiv ravishda baholash va zarur tuzatishlarni o'z vaqtida amalga oshirish mumkinligi isbotlandi.

Umuman olganda, olingan natijalar shuni ko'rsatadiki, pedagogik ta'lim yo'nalishida kasbiy jismoniy tayyorgarlik mazmunini modernizatsiya qilish talabalarning kasbiy faoliyat samaradorligini oshiradi, pedagogik stressga bardoshlilikni shakllantiradi va ta'lim jarayonida sifatli mutaxassislar tayyorlash imkoniyatini yaratadi.

Pedagogik ta'lim yo'nalishida kasbiy jismoniy tayyorgarlikning mazmunini zamonaviy talablar asosida qayta ko'rib chiqish va modernizatsiya qilish, bugungi kunda dolzarb ilmiy-amaliy masalalardan biri hisoblanadi. Mazkur tadqiqot davomida olib borilgan tahlillar pedagogik faoliyat davomida o'qituvchilarning jismoniy va psixologik tayyorgarligini rivojlantirishda bir qator muhim jihatlar mavjudligini ko'rsatdi.

Avvalo, pedagogik yo'nalish talabalarining jismoniy tayyorgarligi kasbiy faoliyat talablariga yetarlicha moslashtirilmaganligi, asosan umumiy sog'lomlashtiruvchi darajada qolayotganligi aniqlangan. Ushbu holatni yaxshilash uchun talabalarni faoliyat xususiyatlarini hisobga olib, kasbiy yo'naltirilgan mashqlar kompleksini yaratish zarurati kelib chiqmoqda. Bu fikr Bal'sevich (1993), Kuznetsova va Aksenova (2010) kabi olimlarning tadqiqot natijalari bilan ham tasdiqlanadi.

Pedagogik amaliyot davomida jismoniy faollikning yuqori bo'lishi, uzoq muddat davom etadigan statik yuklamalar, yuqori emotsional va ruhiy zo'riqishlarga bardosh bera olish qobiliyatini rivojlantirish zaruriyati ham qayd etilgan. Bu esa pedagogik ta'limda kasbiy jismoniy tayyorgarlikning mazmuniga stressga chidamlilik, psixologik barqarorlikni rivojlantiruvchi mashqlarni kiritish talabini qo'yadi. Shu borada, xorijiy mutaxassislar (Siedentop, Pangrazi, 2009) tomonidan ishlab chiqilgan metodikalarni pedagogik ta'lim jarayoniga moslashtirish imkoniyatlari mavjudligi ta'kidlandi.

Tadqiqot davomida, shuningdek, innovatsion texnologiyalar va monitoring usullaridan foydalanish pedagogik yo'nalishdagi talabalarning jismoniy tayyorgarligini rivojlantirishda samarali vosita ekanligi qayd qilindi. Ayniqsa, videoanaliz, sensor monitoring va interaktiv usullardan foydalanish orqali talabalarning jismoniy rivojlanish darajasi va kasbiy vazifalarni bajarish qobiliyatini baholash imkoniyatlari kengayishi ko'rsatildi. Bu holat Abdullayev, Jo'rayev, Mamajonov (2021) tomonidan olib borilgan mahalliy tadqiqotlar natijalari bilan mos keladi.

Shu bilan birga, pedagogik yo'nalish talabalari uchun kasbiy jismoniy tayyorgarlik dasturlarining samaradorligini oshirish uchun individuallashtirilgan yondashuvni keng qo'llash zarurligi muhim ilmiy xulosa sifatida qayd qilindi. Pedagogik faoliyat sharoitlariga mos jismoniy tayyorgarlikni shakllantirish uchun individual yondashuv pedagogik kompetensiyalar va kasbiy sifatlarning to'laqonli rivojlanishini ta'minlaydi.

Xulosa qilib aytganda, pedagogik ta'lim yo'nalishidagi kasbiy jismoniy tayyorgarlikni modernizatsiya qilish kompleks va ko'p qirrali yondashuvni talab etadi. Bu yondashuv talabalarning kasbiy faoliyatida muvaffaqiyatli faoliyat yuritishlari uchun zarur bo'lgan jismoniy, psixologik va kasbiy-amaliy kompetensiyalarni shakllantirish imkonini beradi.

Xulosa

Olib borilgan tadqiqotlar natijasida pedagogik ta'lim yo'nalishidagi kasbiy jismoniy tayyorgarlik mazmunini zamonaviy talablar asosida modernizatsiya qilish zarurati isbotlandi. Jismoniy tayyorgarlik dasturlarining mavjud holati ko'rsatdiki, pedagogik yo'nalishda ta'lim olayotgan talabalar uchun umumiy sog'lomlashtiruvchi yondashuv yetarli emas, balki faoliyatga yo'naltirilgan kompleks dasturlarni ishlab

chiqish va joriy etish zarur.

Tahlillar natijasida pedagogik yo‘nalish talabalari uchun kasbiy jismoniy tayyorgarlikda quyidagi yo‘nalishlarga alohida e’tibor qaratilishi lozimligi aniqlandi:

pedagogik faoliyatdagi jismoniy va psixologik yuklamalarga chidamlilikni oshiruvchi mashqlar kompleksini yaratish;

kasbiy stressga bardoshlilik va psixologik barqarorlikni rivojlantiruvchi mashg‘ulotlarni tizimli qo‘llash;

innovatsion texnologiyalar va monitoring vositalaridan foydalangan holda individual yondashuvni keng qo‘llash.

Kasbiy jismoniy tayyorgarlikning mazmunini modernizatsiya qilish orqali pedagogik yo‘nalishdagi talabalarni kasbiy faoliyatga samarali tayyorlash, ularning jismoniy va ruhiy salomatligini mustahkamlash hamda pedagogik faoliyat samaradorligini oshirish mumkinligi aniqlandi.

Shu asosda, ta’lim muassasalari tomonidan ishlab chiqiladigan o‘quv dasturlariga kasbiy yo‘naltirilgan maxsus jismoniy mashg‘ulotlar, innovatsion texnologiyalar va individual monitoring vositalarini kengroq joriy qilish tavsiya etiladi. Bu yondashuv pedagogik kadrlarni sifatli tayyorlash hamda zamonaviy ta’lim talablariga javob beruvchi yetuk mutaxassislarni shakllantirish imkonini yaratadi.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Бальсевич, В.К. Физическая подготовка и спорт: Методология, теория и технологии / В.К. Бальсевич. – М.: Физкультура и спорт, 1993. – 276 с.

2. Кузнецова, З.М., Аксенова, Н.А. Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов педагогических вузов: Учебное пособие. – М.: Академия, 2010. – 158 с.

3. Сидентоп, Д., Пангрази, Р. Физическое воспитание: Теория и практика / Пер. с англ. – М.: Олимпия Пресс, 2009. – 460 с.

4. Наталов, Г.Г. Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов высших учебных заведений. – М.: Академия, 2003. – 224 с.

5. Грин, Л. Современные подходы к физическому воспитанию студентов педагогических вузов / Л. Грин, А. Хилл // European Journal of Physical Education and Sport Science. – 2017. – Т.3, №4. – С.12–20.

6. Кузнецов, А.А., Думин, Н.Ф. Система профессионально-прикладной физической подготовки в педагогическом образовании: опыт и перспективы развития // Теория и практика физической культуры. – М., 2014. – № 9. – С. 21–24.

7. Pangrazi, R.P., Beighle, A. Dynamic Physical Education for Elementary School Children (18th Edition). – Pearson Education, USA, 2015. – 752 p.