ADAPTIV JISMONIY TARBIYA TEXNOLOGIYALARI ASOSIDA OLIY TA’LIM TALABALARINING INDIVIDUAL RIVOJLANISH TRAEKTORIYASINI SHAKLLANTIRISH

Urmonov Islomjon Ibroxim o‘g‘li
Farg‘ona davlat universiteti, o‘qituvchi

Annotatsiya
Maqolada oliy ta’lim muassasalari talabalarining individual rivojlanish traektoriyasini shakllantirishda adaptiv jismoniy tarbiya texnologiyalarining pedagogik imkoniyatlari tahlil qilingan. Tadqiqotda har bir talaba uchun individual yondashuv asosida jismoniy faollikni tashkil etish, uning funksional imkoniyatlarini hisobga olish hamda shaxsiy rivojlanish dinamikasini boshqarish masalalari yoritilgan. Shuningdek, adaptiv jismoniy tarbiya vositalarini qo‘llash orqali talabalarning jismoniy, psixofizik va shaxsiy rivojlanishini ta’minlovchi model ishlab chiqilgan va tajriba-sinov natijalari asosida uning samaradorligi asoslangan.
Kalit so‘zlar: *adaptiv jismoniy tarbiya, individual rivojlanish traektoriyasi, talabalar, pedagogik texnologiya, jismoniy faollik, kompetensiya, shaxsiy rivojlanish.*

KIRISH

Zamonaviy oliy ta’lim tizimida talabalarning nafaqat bilim olish jarayoni, balki ularning shaxsiy, jismoniy va ijtimoiy rivojlanishi ham muhim strategik vazifa hisoblanadi. Har bir talabaning individual xususiyatlarini hisobga olish va unga mos ta’lim muhitini yaratish bugungi kun pedagogikasining asosiy talablaridan biridir.

Adaptiv jismoniy tarbiya texnologiyalari bu jarayonda muhim o‘rin tutadi, chunki ular talabalarning jismoniy imkoniyatlari, psixofizik holati va motivatsion xususiyatlarini inobatga olgan holda mashg‘ulotlarni tashkil etishga imkon beradi.
Individual rivojlanish traektoriyasi esa talabaning ta’lim jarayonidagi shaxsiy rivojlanish yo‘lini bosqichma-bosqich belgilab boruvchi pedagogik tizim hisoblanadi.

Tadqiqot maqsadi Adaptiv jismoniy tarbiya texnologiyalari asosida oliy ta’lim talabalarining individual rivojlanish traektoriyasini shakllantirishning pedagogik asoslarini ishlab chiqish.

Tadqiqot metodlari Ilmiy-metodik adabiyotlarni tahlil qilish, qiyosiy tahlil, tizimli yondashuv, pedagogik modellashtirish, kuzatish va tajriba-sinov metodlaridan foydalanildi.

ASOSIY QISM

1. Adaptiv jismoniy tarbiyaning mohiyati

Adaptiv jismoniy tarbiya har bir talabaning jismoniy va psixofizik imkoniyatlariga moslashtirilgan harakat faoliyati tizimi bo‘lib, u teng imkoniyatli rivojlanish muhitini yaratishga xizmat qiladi.

2. Individual rivojlanish traektoriyasi

Individual rivojlanish traektoriyasi quyidagi komponentlardan iborat: jismoniy rivojlanish; funksional tayyorgarlik; motivatsion rivojlanish; kompetensiyalar shakllanishi; o‘z-o‘zini baholash.

3. Adaptiv model Model 3 bosqichdan iborat:

1-bosqich – Diagnostik: jismoniy holat, motivatsiya va imkoniyatlar aniqlanadi.

2-bosqich – Individuallashtirish: adaptiv mashqlar va individual yuklamalar belgilanadi.

3-bosqich – Refleksiv-korreksion: natijalar tahlil qilinadi va dastur tuzatiladi.

4. Pedagogik samaradorlik Adaptiv yondashuv quyidagi natijalarni beradi: jismoniy faollik oshadi; motivatsiya kuchayadi; o‘z-o‘zini boshqarish rivojlanadi; shaxsiy mas’uliyat shakllanadi.

5. Adbiyotlar tahlili Tahlillar shuni ko‘rsatadiki, Evseev S.P. adaptiv jismoniy tarbiyani individual imkoniyatlarga mos tizim sifatida izohlaydi. Matveev L.P. esa jismoniy tarbiya jarayonini tizimli yondashuv asosida tashkil etish zarurligini ta’kidlaydi.

O‘zbekistonlik olimlar (Ishmuxamedov, Tolipov) pedagogik texnologiyalarni individuallashtirish vositasi sifatida ko‘rib chiqadi.

6. Tajriba-sinov ishlari Tadqiqotda 30 nafar talaba ishtirok etdi.

1-jadval. Natijalar dinamikasi

Ko‘rsatkichlar	Boshlang‘ich	Yakuniy	O‘zgarish
Jismoniy faollik	62%	80%	+18%
Motivatsiya	58%	78%	+20%
O‘z-o‘zini baholash	55%	75%	+20%
Moslashuv	60%	82%	+22%
Refleksiv faollik	57%	77%	+20%
Natija sifati	65%	85%	+20%

TAHLIL

Natijalar adaptiv texnologiyalar talabalarning barcha ko‘rsatkichlarini sezilarli darajada yaxshilaganini ko‘rsatadi. Eng yuqori o‘sish moslashuv va refleksiv faoliyatda kuzatildi.

XULOSA

Adaptiv jismoniy tarbiya texnologiyalari oliy ta’lim talabalarining individual rivojlanish traektoriyasini shakllantirishda samarali pedagogik vosita hisoblanadi. Ular orqali talabalarning jismoniy, psixofizik va shaxsiy rivojlanishi ta’minlanadi.

Taklif etilgan model talabalarni mustaqil fikrlash, o‘z-o‘zini baholash va shaxsiy rivojlanishga yo‘naltiradi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

1. Evseev S.P. Adaptivnaya fizicheskaya kultura. – Moskva, 2021.
2. Matveev L.P. Teoriya i metodika fizicheskoy kulturi. – Moskva, 2019.
3. Ishmuxamedov R.J. Innovatsion pedagogik texnologiyalar. – Toshkent, 2021.
4. Tolipov O‘.Q., Usmonboeva M. Pedagogik texnologiyalar. – Toshkent, 2020.
5. Azevedo E. Individual Learning Trajectories. Education Research, 2023.
6. Arabboev X.X. Sport sog‘lomlashtirish texnologiyalari. Farg‘ona, 2025.