QISHLOQ MAKTABLARIDA 12–14 YOSHLI O‘QUVCHI QIZLARNING KOORDINATSION QOBILIYATLARINI RIVOJLANTIRISH METODIKASINI MODERNIZATSIYALASH

Jismoniy madaniyat va Sport faoliyati fakulteti Ko'pkurash sport turlari nazariyasi va uslubiyati kafedrasi katta o'qituvchisi
Xaydarov Boxodir Yursinboyevich

Annotatsiya. Mazkur tezisda qishloq umumta’lim maktablarida 12–14 yoshli o‘quvchi qizlarning koordinatsion qobiliyatlarini rivojlantirish orqali jismoniy tarbiya ta’limini takomillashtirish masalasi yoritiladi. Muvozanat, reaksiya, ritm, fazoviy mo‘ljal olish, kinestetik sezgirlik va ko‘z-qo‘l muvofiqligini rivojlantirishda maxsus mashqlar hamda harakatli o‘yinlarning motor va kognitiv faoliyatga ta’siri asoslanadi. Qishloq maktablari sharoitidan kelib chiqib, mavjud imkoniyatlarga moslashtirilgan, differensial va bosqichma-bosqich mashqlar tizimi taklif etiladi.

Kalit so‘zlar: koordinatsion qobiliyatlar, 12–14 yoshli qizlar, qishloq maktabi, jismoniy tarbiya, modernizatsiya, differensial yondashuv, muvozanat, vizuomotor koordinatsiya, innovatsion metodika.

Kirish. Umumta’lim maktabida jismoniy tarbiya samaradorligini faqat kuch, tezkorlik yoki chidamlilik bilan baholash yetarli emas. Harakatni tez idrok etish, vaziyatga mos javob qaytarish, gavdani boshqarish, muvozanatni saqlash va bir harakatdan ikkinchisiga aniq o‘tish ham o‘quvchining funksional tayyorgarligining muhim tarkibidir. Taqdim etilgan manbalarda koordinatsion qobiliyatlar inson faoliyatida harakatlarni aniq boshqarish, tezkor reaksiya va diqqatni qayta yo‘naltirish bilan bog‘liqligi ko‘rsatilgan. Qishloq maktablarida masala yanada dolzarb, chunki sport inshootlari, maxsus jihozlar va qo‘shimcha mashg‘ulotlar imkoniyati ayrim hollarda cheklangan. Shuning uchun ta’limni modernizatsiya qilishni faqat yangi jihozlar bilan bog‘lash to‘g‘ri emas. Asosiy vazifa mavjud sharoitdan samarali foydalanadigan, diagnostika va differensial yondashuvga tayangan metodik tizimni yaratishdir. Tadqiqot maqsadi va metodik yondashuv. Tadqiqot maqsadi 12–14 yoshli qizlarning koordinatsion tayyorgarligini baholash va individual farqlar asosida jismoniy tarbiya mashg‘ulotlarini differensial tashkil etish metodikasini takomillashtirishdan iborat. Koordinatsiya bitta test bilan emas, balki muvozanat, tezkor harakat, ko‘z-qo‘l muvofiqligi, ritm va murakkab harakatlarni boshqarish ko‘rsatkichlari majmuasi orqali baholanadi. Metodik model uch bosqichdan iborat: boshlang‘ich diagnostika; koordinatsion rivojlanganlik darajasiga ko‘ra differensial guruhlash; guruh darajasiga mos mashqlarni bosqichma-bosqich murakkablashtirish. Past darajadagi o‘quvchilar uchun oddiy muvozanat va reaksiya topshiriqlari, o‘rta daraja uchun kombinatsiyalangan mashqlar, yuqori daraja uchun esa tezlik, ritm va murakkab koordinatsion bog‘lanishlarni talab qiluvchi topshiriqlar ustuvorlashtiriladi [2].

Asosiy natijalar va muhokama. Tadqiqot materiallarida 186 nafar 12–14 yoshli o‘quvchi qizning koordinatsion tayyorgarligi past, o‘rta va yuqori darajalarga ajratib tavsiflangan. Bunday integral baholash differensial pedagogik ta’sirni rejalashtirish uchun amaliy asos yaratadi. Ayniqsa, muvozanat ko‘rsatkichlaridagi individual tafovutlarni hisobga olish mashqlar murakkabligini to‘g‘ri belgilash imkonini beradi[5].

Ilmiy adabiyotlarda koordinatsion narvon, muvozanat vositalari, to‘p bilan bajariladigan topshiriqlar va maxsus koordinatsion mashqlarning samaradorligi qayd etilgan[3]. Ayrim nazoratli tajribalarda koordinatsion mashg‘ulotlar vizuomotor diqqat va xotira ko‘rsatkichlarining yaxshilanishi bilan bog‘langan. Biroq kichik tanlama yoki sportga ixtisoslashgan guruhlarda olingan natijalarni umumta’lim maktablariga tatbiq etishda hududiy va tashkiliy sharoitlarni hisobga olish zarur. Qishloq maktablari uchun metodikaning muhim jihati jihozga qaramlikni kamaytirishdir. Chiziq bo‘ylab yurish, bir oyoqda turish, yo‘nalishni tez o‘zgartirish, to‘pni

uloqtirib-tutish, ritmik harakatlar va juftlikdagi topshiriqlar minimal vositalar bilan bajarilishi mumkin[4]. Demak, modernizatsiyaning mezoni jihozlar soni emas, balki diagnostik, differensial va natijaga yo‘naltirilgan pedagogik boshqaruvdir.

2022 yil 15-yanvar, 23-son qarori - “Aholining jismoniy tayyorgarlik darajasini baholovchi sport sinovlarini tashkil etish va o‘tkazish choralari to‘g‘risida”[1]. Bu Qaror aslida yuqorida keltirib o‘tilgan Prezident qarori (PQ-5148) ijrosini ta’minlash uchun Vazirlar Mahkamasi darajasida qabul qilinib, amaliy reglament vazifasini o‘taydi. Unda har bir viloyat va tuman markazida jismoniy tayyorgarlik sinovlarini o‘tkazish punktlarini jihozlash, sinovlarni baholash mezonlari va normativlarini tasdiqlash, hakamlarni (testatorlarni) tayyorlash kabi masalalar belgilangan. Xususan, sinov topshiruvchilar yosh va jinsga qarab “oltin”, “kumush”, “bronza” darajalariga ega bo‘lishi mumkinligi ko‘rsatilgan.

Muammo jihati: bu tizimni tashkil etishda dastlab ba’zi joylarda noroziliklar uchradi - ayrim ota-onalar maktablarda bolalardan normativlar talab qilinishini qattiq qabul qilishdi yoki ayrim jismoniy tarbiya o‘qituvchilari qo‘shimcha ish yukidan shikoyat qilishdi. Vazirlar Mahkamasi qarori ana shunday muammolarni yumshatish uchun sinovlarni o‘tkazish tartibini soddalashtirdi: maktab o‘quvchilari uchun baholash majburiy emas, balki tavsiya xarakterida ekanini alohida qayd etdi; pedagoglar uchun esa ushbu jarayon metodik yordam ko‘rsatildi. Hozirgi vaqtda Vazirlar Mahkamasining 23-son qaroriga asosan, sinovlar yiliga 2 marotaba - bahor va kuz oylarida - ko‘ngillilar uchun o‘tkazilmoqda va asta-sekin xalq bu tizimga ko‘nikib bormoqda. Yuqoridagi hujjatlar tahlilidan ko‘rinadiki, davlat siyosati darajasida jismoniy tarbiya va sport sohasini rivojlantirish, ayniqsa yosh avlodni sog‘lom hayot tarziga keng jalb etish bo‘yicha kompleks yondashuv shakllangan.

Xulosa. Qishloq umumta’lim maktablarida 12–14 yoshli qizlarning koordinatsion qobiliyatlarini rivojlantirish metodikasini modernizatsiyalash diagnostika, differensiallashtirish, bosqichma-bosqich yuklama va muntazam monitoringni yagona tizimga birlashtirishni talab qiladi. Mazkur yondashuv maktabning real imkoniyatlariga mosligi, mashqlarni individual darajaga moslashtirish va o‘quvchining shaxsiy o‘sishini baholash imkoniyati bilan amaliy ahamiyatga ega.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR:

Latino F., Cataldi S., Fischetti F. Effects of a Coordinative Ability Training Program on Adolescents’ Cognitive Functioning // Frontiers in Psychology. – 2021. – Vol. 12. – Article 620440.

Коник А.А., Дыбов В.Е., Кулиничев А.Н., Алексеев Н.А. Развитие координационных способностей обучающихся с использованием элементов координационной лестницы // Известия Тульского государственного университета. Физическая культура. Спорт. – 2020. – № 1. – С. 17–24.