RITMIK GIMNASTIKA MOBIL ILOVASI ORQALI TALABALARINING MUSTAQIL TA'LIMINI TASHKIL ETISH

Ko'pkurash sport turlari nazariyasi va uslubiyati kafedrasi o'qituvchisi B.Xaitbayeva

Annotatsiya. Maqolada ishlab chiqilgan "Ritmik gimnastika" mobil ilovasining talabalar mustaqil ta'limini tashkil etishdagi pedagogik imkoniyatlari tahlil qilingan. Ilovaning boshlang'ich mashg'ulot, maxsus mashg'ulot va o'yin-raqsi bloklari o'quv vazifalari bilan bog'langan. Alohida mashqlarni o'rganishdan musiqa ostida yaxlit kompleksni bajarishga o'tish hamda bolalar uchun sujetli harakatlarni metodik tahlil qilish tartibi asoslangan. Mustaqil ish topshiriqlari va baholash mezonlari taklif etilgan. Natijalar mavjud ilova mazmunining ilmiy-metodik tahlili sifatida taqdim etilgan.

Kalit so'zlar: ritmik gimnastika, mobil ilova, mustaqil ta'lim, video orqali o'rganish, musiqiy ritm, o'yin-raqs.

Kirish. Jismoniy madaniyat va sport faoliyati yo'nalishlarida talabaning amaliy tayyorgarligi mashqni bajarish, harakat ketma-ketligini eslab qolish va uni boshqalarga tushuntirishni qamrab oladi. Ritmik gimnastika har ikkala yo'nalishda tanlov fan sifatida o'qitiladi. Mazkur fanda mustaqil mashq qilishni ko'rgazmali materiallar bilan ta'minlash talabaning auditoriyada o'rgangan harakatlarni qayta ko'rib chiqishi va mustahkamlashi uchun muhimdir. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2025-yil 28-apreldagi PF-73-son "Pedagog kadrlar tayyorlash tizimini yanada takomillashtirish chora-tadbirlari to'g'risida"gi Farmonida ta'lim va amaliyot uyg'unligini rivojlantirish yo'nalishlari belgilangan (O'zbekiston Respublikasi Prezidenti, 2025). 2024-yil 15-noyabrdagi PQ-392-son qaror esa jismoniy tarbiya fanini o'qitish va o'qituvchilarning kasbiy faoliyatini takomillashtirishga qaratilgan (O'zbekiston Respublikasi Prezidenti, 2024). Mobil o'quv materiallarini aniq pedagogik topshiriqlar bilan bog'lash ushbu yo'nalishlarga mos metodik yechimdir.

Tadqiqotning dolzarbligi tayyor videoni ko'rish bilan harakatni mustaqil o'zlashtirish o'rtasidagi farqni aniqlashtirishdan kelib chiqadi. Videoga qarab bajarilgan mashq talabaning uni eslab qolganini yoki boshqa guruhga o'rgata olishini to'liq ko'rsatmaydi. Shu sababli ilova mazmunini kuzatish, takrorlash, mustaqil bajarish va pedagogik izohlash topshiriqlari bilan to'ldirish zarur.

Tadqiqot maqsadi va vazifalari. Maqsad — "Ritmik gimnastika" mobil ilovasining uchta bloki asosida talabalar mustaqil ta'limini tashkil etishning pedagogik imkoniyatlari va qo'llash tartibini asoslash. Vazifalar: ilova bloklarining o'quv vazifalarini aniqlash; alohida mashqdan yaxlit kompleksga o'tish tartibini yoritish; ikki ta'lim yo'nalishiga mos topshiriqlarni ishlab chiqish; mustaqil ishni baholash mezonlarini belgilash.

Adabiyotlar tahlili va tadqiqot metodlari. Sung, Chang va Liu (2016) mobil qurilmalarning ta'limdagi qo'llanishi bo'yicha tadqiqotlarni umumlashtirgan. Ularning tahlili mobil vositalarni o'quv jarayoniga kiritish imkoniyatlarini ko'rsatadi, biroq umumiy xulosalar aynan "Ritmik gimnastika" ilovasining samaradorligini tasdiqlamaydi. Mödinger, Woll va Wagner (2022) jismoniy tarbiyada video asosidagi tahlil va tuzatishning harakatlarni o'rganishdagi imkoniyatlarini yoritgan. Ushbu manba tayyor namoyishni kuzatish va o'z ijrosini baholashning farqini hisobga olishga asos beradi.

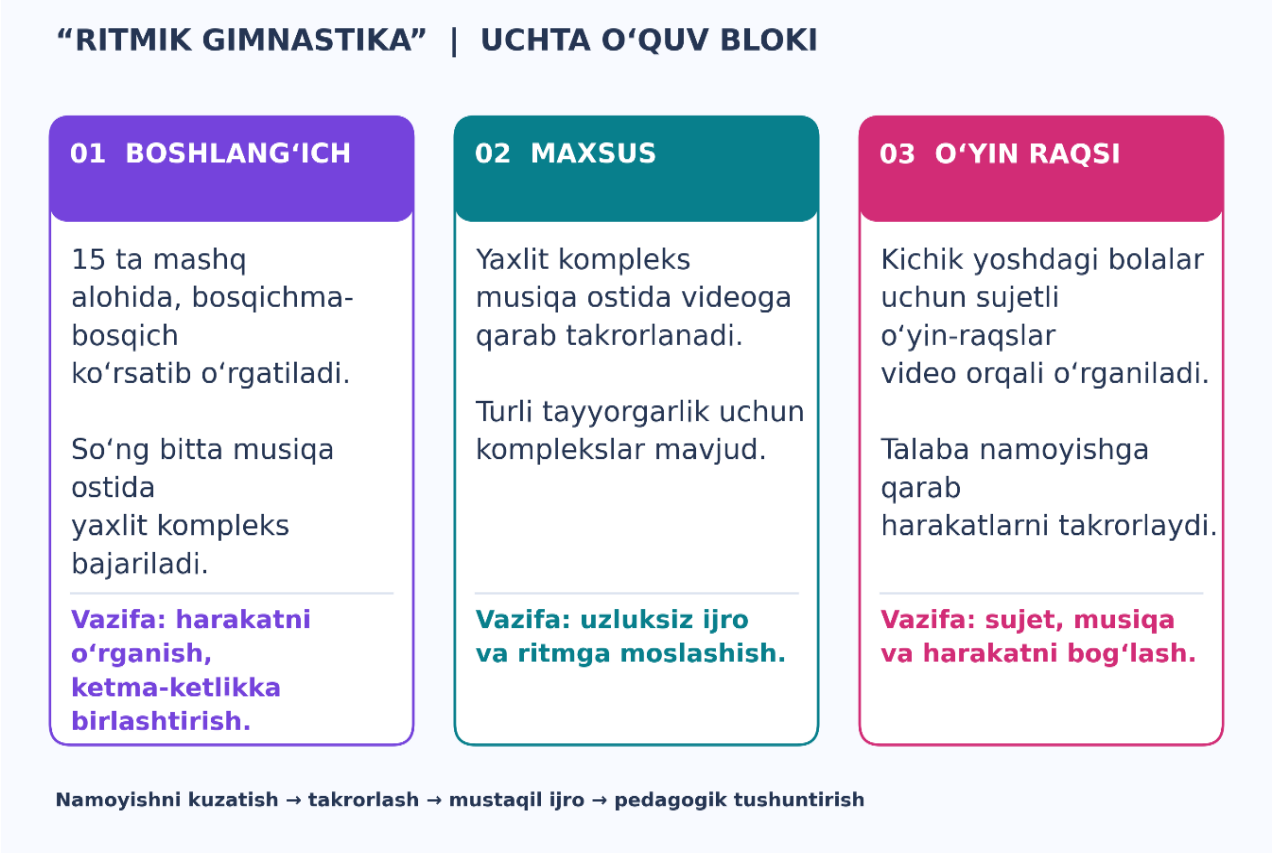
Tadqiqotda ishlab chiquvchi taqdim etgan ilova tavsifi asosida bloklar mazmuni, o'rgatish tartibi va kasbiy vazifalar bilan bog'lanishi qiyoslandi. Natijalar ilovaning ta'limiy tuzilishi va undan foydalanish metodikasini ifodalaydi; texnik sinov yoki talabalar ishtirokidagi tajriba natijalari keltirilmagan.

Natijalar: ilovaning ta'limiy tuzilishi. "Ritmik gimnastika" mobil ilovasi uchta blokdan iborat: "Boshlang'ich mashg'ulot", "Maxsus mashg'ulot" va "O'yin raqsi". Ishlab chiquvchi

ma’lumotiga ko‘ra, ilovani Google Play orqali yuklab olish mumkin. Bloklar video materiallar orqali mustaqil o‘rganishga mo‘ljallangan. Ularning pedagogik vazifalari 1-rasmda ko‘rsatilgan.

Boshlang‘ich mashg‘ulot blokida 15 ta mashq bosqichma-bosqich, har biri alohida ko‘rsatilgan. So‘ng ular bitta musiqaga moslashtirilgan yaxlit mashqlar majmuasi sifatida bajariladi. Mazkur tuzilish harakatni qismlarga ajratib o‘rganish va keyin birlashtirishga asoslanadi. Talaba dastlab qo‘l-oyoq harakatlari va ketma-ketlikka, keyinchalik esa mashqlar orasidagi o‘tish hamda musiqa ritmiga e’tibor qaratadi.

Maxsus mashg‘ulot blokida mashqlar alohida bosqichlarda tushuntirilmaydi: talaba yaxlit kompleksni musiqa ostida videoga qarab takrorlaydi. Turli tayyorgarlik darajalari uchun komplekslar mavjud. Bu blok o‘zlashtirilgan harakatlarni uzluksiz bajarish va namoyish sur’atiga moslashishga yo‘naltirilgan. Alohida o‘rgatishning yo‘qligi jismoniy qizish mashqlarini o‘tkazmasdan bajarish degani emas; kompleks tanlashda talabaning tayyorgarligi hisobga olinadi.



1-rasm. “Ritmik gimnastika” mobil ilovasi bloklarining mazmuni va o‘quv vazifalari.

O‘yin-raqsi blokida asosan kichik yoshdagi bolalarga mo‘ljallangan sujetli video mashqlar berilgan. Talaba namoyishga qarab takrorlaydi va harakatlar mazmunini mustaqil o‘rganadi. Bu blokni faqat murakkablikning navbatdagi darajasi sifatida talqin qilish to‘g‘ri emas: uning vazifasi o‘yin mazmuni, musiqa va harakatni pedagogik jihatdan bog‘lashdir. Talaba sujetni bolaga tushunarli izohlash va harakatlarni yoshga moslashtirishga oid vazifalarni bajarishi mumkin.

Mustaqil ta’limni tashkil etish tartibi. Birinchi blok uchun metodik topshiriq har bir mashqni kuzatish, takrorlash va ketma-ketlikni o‘z so‘zi bilan izohlashdan iborat. Keyin talaba yaxlit kompleksni bajarib, qaysi o‘tishda qiyinchilik yuzaga kelganini qayd etadi. Murakkab joy alohida mashq sifatida qayta o‘rganiladi va yana kompleks tarkibida bajariladi. Shu yo‘l bilan takrorlash aniq o‘quv maqsadiga yo‘naltiriladi.

Ikkinchi blokda talaba o‘z tayyorgarligiga mos kompleks tanlaydi. Asosiy vazifa — harakatlar ketma-ketligi, uzluksizlik va musiqaga moslikni saqlash. Faqat videoga qarab ijro etish

bilan cheklanmasdan, o‘rganilgan birikmaning bir qismini videosiz bajarish tavsiya etiladi. Bu topshiriq namoyishni kuzatish qobiliyati bilan harakatni mustaqil eslab bajarishni alohida kuzatishga yordam beradi.

Uchinchi blokda talaba o‘yin-raqsni takrorlash bilan birga uning sujetini, ishtirokchilarga beriladigan ko‘rsatmani va yoshga mos variantini yozadi. Jismoniy madaniyat yo‘nalishida bu topshiriq bolalar bilan darsning o‘yin qismini tashkil etishga, sport faoliyati yo‘nalishida esa bolalar guruhining tayyorlov yoki harakatli o‘yin mashg‘ulotiga bog‘lanishi mumkin. Shunday qilib, mustaqil o‘rganilgan material kasbiy vaziyatga ko‘chiriladi.

Bajarilgan ish qisqa yozma qayd, mashqlar ketma-ketligi yoki amaliy namoyish orqali o‘qituvchiga taqdim etiladi. Bu shakllar maqolada tavsiya etilayotgan o‘quv tartibidir; ularni ilovaning ichki texnik funksiyasi sifatida qabul qilish kerak emas. O‘qituvchi qiyinchilikni aniqlab, keyingi topshiriq uchun aniq tavsiya beradi.

Baholash mezonlari. Mustaqil ish to‘rtta mezon orqali baholanadi: harakatning to‘g‘riligi, musiqa ritmiga moslik, ketma-ketlikni mustaqil saqlash va mashqni pedagogik izohlash. Boshlang‘ich blokda alohida mashqning aniqligi, maxsus blokda uzluksiz ijro, o‘yin-raqs blokida esa sujetni tushuntirish va bolalarga mos variant tanlashga qo‘shimcha e’tibor beriladi. Videoni ko‘rish soni o‘zlashtirish natijasi bilan tenglashtirilmaydi.

Boshlang‘ich va yakuniy topshiriqlar bir xil murakkablikda tanlanib, bahoga kuzatilgan harakat misoli biriktiriladi. Bajarish sifati va videosiz ijrodagi mustaqillik hisobga olinadi. Mezonlarning ishonchliligi keyingi pedagogik tajribada tekshirilishi lozim.

Muhokama

Musiqiy-ritmik mashg‘ulotlar metodikasi (Kazakov, 2024) ilova mazmunini amaliy topshiriqlar bilan bog‘lashga asos bo‘ladi. Mobil ta’limga oid tadqiqotlar raqamli vositalarning imkoniyatlarini ko‘rsatadi (Sung va boshq., 2016), video orqali tahlil esa harakatni tuzatishga yordam berishi mumkin (Mödinger va boshq., 2022). Biroq namoyishni takrorlash o‘z ijrosiga berilgan baho bilan bir xil jarayon emas. Talaba xatosini sezmasdan takrorlashi mumkin. Shu sababli ilovadan foydalanish o‘qituvchining davriy kuzatuvi va tushunarli tavsiyalari bilan bog‘lanishi kerak. Ilova tavsifi uning o‘quv mazmunini tahlil qilishga yetarli, lekin samaradorlik haqida yakuniy xulosa chiqarishga yetarli emas. Keyingi tadqiqotda dastlabki harakat tajribasi, tanlangan kompleks, mustaqil mashq qilish muntazamligi va o‘rgangan harakatni keyinroq qayta bajarish natijasi hisobga olinishi zarur. Taqqoslash guruhi va ikki baholovchi kuzatuvi ilovaning o‘quv jarayonidagi o‘rnini aniqroq baholashga yordam beradi.

Xulosa. “Ritmik gimnastika” mobil ilovasining uchta bloki talabalar mustaqil ta’limini turli vazifalar asosida tashkil etish imkonini beradi. Boshlang‘ich mashg‘ulotda alohida harakatlar va yaxlit kompleks, maxsus mashg‘ulotda uzluksiz musiqiy ijro, o‘yin-raqsi blokida esa sujetli harakatlarning pedagogik mazmuni o‘rganiladi. Maqolada shu mazmun asosida mustaqil topshiriqlar va baholash mezonlari ishlab chiqildi. Ilovaning kasbiy tayyorgarlikdagi qiymati videoni takrorlashni mustaqil ijro va tushuntirish bilan bog‘lashda ifodalanadi. Uning ta’limiy samarasi talabalar ishtirokidagi pedagogik tajribada aniqlanishi lozim.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Kazakov, Sh. N. (2024). Methodology of organizing practical lessons on musical rhythmic gymnastics. Excellencia: International Multi-disciplinary Journal of Education, 2(5), 822–825. https://multijournals.org/index.php/excellencia-imje/article/view/1076
2. Mödinger, M., Woll, A., & Wagner, I. (2022). Video-based visual feedback to enhance motor learning in physical education—a systematic review. German Journal of Exercise and Sport Research, 52, 447–460. https://doi.org/10.1007/s12662-021-00782-y
3. O‘zbekiston Respublikasi Prezidenti. (2024, 15-noyabr). Umumiy o‘rta ta’lim maktablarida jismoniy tarbiya fani o‘qitilishini tubdan takomillashtirish hamda ushbu fan o‘qituvchilarining kasbiy faoliyatini rivojlantirish chora-tadbirlari to‘g‘risida (PQ-392). https://lex.uz/uz/acts/-7221716