

GIMNASTIKA ORQALI KASBIY KOMPETENTLIKNI RIVOJLANTIRISH

Saidova Mahbuba Ayubovna

Osiyo Xalqaro Universiteti Jismoniy madaniyat kafedra o'qituvchisi

Email: mahubasaidova@gmail.com

Annotatsiya: *Mazkur maqolada gimnastika vositalarining bo'lajak jismoniy tarbiya o'qituvchilarining kasbiy kompetentligini rivojlantirishdagi pedagogik imkoniyatlari tahlil qilingan. Kasbiy kompetentlikning metodik, kommunikativ, tashkiliy, refleksiv va innovatsion komponentlarini shakllantirishda gimnastika mashg'ulotlarining o'rni yoritilgan. Gimnastika vositalaridan foydalanishning nazariy va amaliy jihatlari, ularning ta'lim jarayonidagi didaktik ahamiyati hamda kompetensiyaviy yondashuv asosida tashkil etilgan mashg'ulotlarning samaradorligi asoslab berilgan. Tadqiqot natijalari gimnastika vositalaridan maqsadli va tizimli foydalanish bo'lajak jismoniy tarbiya o'qituvchilarining kasbiy tayyorgarligi, pedagogik mahorati va amaliy faoliyat samaradorligini oshirishga xizmat qilishini ko'rsatdi.*

Kalit so'zlar: *gimnastika, gimnastika vositalari, kasbiy kompetentlik, bo'lajak jismoniy tarbiya o'qituvchisi, kompetensiyaviy yondashuv, metodik kompetentlik, kommunikativ kompetentlik, refleksiv kompetentlik, pedagogik mahorat, jismoniy tarbiya, didaktik imkoniyatlar, pedagogik texnologiyalar.*

KIRISH

Bugungi kunda mamlakatimizda ta'lim tizimini modernizatsiya qilish, pedagog kadrlar tayyorlash sifatini oshirish hamda xalqaro ta'lim standartlariga mos raqobatbardosh mutaxassislarni tayyorlash davlat siyosatining ustuvor yo'nalishlaridan biri hisoblanadi. O'zbekiston Respublikasida amalga oshirilayotgan ta'lim islohotlari pedagoglarning kasbiy kompetentligini rivojlantirish, ularning nazariy va amaliy tayyorgarligini takomillashtirish hamda innovatsion pedagogik texnologiyalarni ta'lim jarayoniga keng joriy etishni taqozo etmoqda. Ayniqsa, jismoniy tarbiya sohasida faoliyat yuritadigan pedagoglardan zamonaviy bilim, ko'nikma va malakalar bilan bir qatorda yuqori darajadagi kasbiy kompetentlik talab etilmoqda.

Kasbiy kompetentlik pedagogning o'z kasbiy faoliyatini samarali tashkil etish, ta'lim jarayonini boshqarish, pedagogik vaziyatlarni tahlil qilish va amaliy muammolarni mustaqil hal etish qobiliyatini ifodalovchi murakkab integrativ sifat hisoblanadi. Jismoniy tarbiya o'qituvchisining kasbiy kompetentligida metodik, kommunikativ, tashkiliy, refleksiv hamda axborot-kommunikatsion kompetensiyalar alohida ahamiyat kasb etadi. Mazkur kompetensiyalarni shakllantirish va rivojlantirish

oliy ta'lim muassasalarida mutaxassis tayyorlash jarayonining asosiy maqsadlaridan biri sifatida e'tirof etilmoqda.

Jismoniy tarbiya tizimida gimnastika muhim o'rin tutib, inson organizmining har tomonlama rivojlanishini ta'minlaydigan, harakat faoliyatini takomillashtiradigan va jismoniy sifatlarni rivojlantiradigan samarali vosita hisoblanadi. Gimnastika mashqlari hamda turli gimnastika vositalari nafaqat jismoniy tayyorgarlikni oshirishga, balki bo'lajak jismoniy tarbiya o'qituvchilarining kasbiy faoliyatiga zarur bo'lgan metodik va amaliy ko'nikmalarni shakllantirishga ham xizmat qiladi. Shu jihatdan qaralganda, gimnastika vositalarining pedagogik imkoniyatlarini o'rganish va ularni kasbiy kompetentlikni rivojlantirish jarayoniga integratsiya qilish dolzarb ilmiy-amaliy ahamiyatga ega.

Gimnastika mashg'ulotlari jarayonida talabalar mashqlarni bajarish bilan birga ularni o'qitish metodikasini, mashg'ulotlarni tashkil etish usullarini, xavfsizlik qoidalarini, yuklamani me'yorlashtirish tamoyillarini va pedagogik nazorat mexanizmlarini ham o'zlashtiradilar. Natijada nazariy bilimlar amaliy faoliyat bilan uyg'unlashib, kasbiy kompetensiyalarning shakllanishi uchun qulay pedagogik muhit yaratiladi. Bu esa bo'lajak jismoniy tarbiya o'qituvchilarining pedagogik mahoratini oshirish hamda ularning kelajakdagi kasbiy faoliyatga tayyorgarligini mustahkamlashga xizmat qiladi.

Mazkur maqolada gimnastika vositalarining bo'lajak jismoniy tarbiya o'qituvchilari kasbiy kompetentligini rivojlantirishdagi o'rni, pedagogik imkoniyatlari hamda ta'lim jarayonidagi didaktik ahamiyati ilmiy-pedagogik nuqtai nazardan tahlil qilinadi.

Kasbiy kompetentlik zamonaviy pedagogik ta'limning asosiy natijalaridan biri bo'lib, u mutaxassisning kasbiy faoliyatni samarali amalga oshirishi uchun zarur bo'lgan bilim, ko'nikma, malaka va shaxsiy sifatlar majmuasini o'z ichiga oladi. Jismoniy tarbiya o'qituvchisining kasbiy kompetentligida metodik tayyorgarlik, pedagogik muloqot, tashkiliy qobiliyat, innovatsion faoliyatga tayyorlik va refleksiv yondashuv muhim o'rin egallaydi. Mazkur kompetensiyalarni rivojlantirishda amaliy mashg'ulotlarning ahamiyati katta bo'lib, ayniqsa gimnastika vositalari bu jarayonda samarali pedagogik resurs sifatida namoyon bo'ladi.

Gimnastika vositalari jismoniy tarbiya tizimining ajralmas tarkibiy qismi hisoblanadi. Gimnastika devori, gimnastika skameykasi, turnik, bruslar, arg'amchi, gimnastika tayoqchalari, to'ldirma to'plar va boshqa jihozlar talabalarning harakat ko'nikmalarini rivojlantirish bilan birga, ularda kasbiy faoliyat uchun zarur bo'lgan metodik bilim va amaliy tajribani ham shakllantiradi. Ushbu vositalardan foydalanish jarayonida talabalar mashqlarni tanlash, ularni o'rgatish metodikasini ishlab chiqish, yuklama hajmini belgilash hamda mashg'ulotlarni samarali tashkil etish bo'yicha ko'nikmalarga ega bo'ladilar.

Gimnastika vositalarining eng muhim pedagogik afzalliklaridan biri nazariya va amaliyotning o‘zaro uyg‘unligini ta’minlashidir. Talaba auditoriyada o‘zlashtirgan nazariy bilimlarini amaliy mashg‘ulotlar davomida sinovdan o‘tkazadi, pedagogik vaziyatlarni tahlil qiladi va turli metodik yechimlarni qo‘llash imkoniyatiga ega bo‘ladi. Natijada kasbiy faoliyat uchun zarur bo‘lgan bilimlar amaliy ko‘nikmalarga aylanadi.

Gimnastika mashg‘ulotlari metodik kompetentlikni rivojlantirishda ham muhim ahamiyat kasb etadi. Talabalar mashqlar komplekslarini tuzish, dars konspektlarini ishlab chiqish, o‘quvchilar yoshiga mos yuklamalarni belgilash va natijalarni baholash kabi metodik faoliyat turlarini amaliy jihatdan o‘zlashtiradilar. Bu esa kelajakda jismoniy tarbiya darslarini samarali tashkil etish uchun zarur bo‘lgan kasbiy tayyorgarlikning shakllanishiga xizmat qiladi.

Shuningdek, gimnastika vositalari kommunikativ va tashkiliy kompetensiyalarni rivojlantirishga ham ijobiy ta’sir ko‘rsatadi. Mashg‘ulotlar davomida talabalar guruh bilan ishlash, mashqlarni tushuntirish, ko‘rsatish, xavfsizlik qoidalarini izohlash va jamoani boshqarish ko‘nikmalarini egallaydilar. Bunday faoliyatlar ularda pedagogik muloqot madaniyatini shakllantirib, kelgusidagi kasbiy faoliyatga tayyorligini oshiradi.

Tahlillar shuni ko‘rsatadiki, gimnastika vositalaridan maqsadli va tizimli foydalanish bo‘lajak jismoniy tarbiya o‘qituvchilarining kasbiy kompetentligini rivojlantirishda yuqori samaradorlikka ega. Ayniqsa, kompetensiyaviy yondashuv asosida tashkil etilgan mashg‘ulotlar talabalarning mustaqil fikrlash, pedagogik qarorlar qabul qilish va innovatsion faoliyat yuritish qobiliyatlarini rivojlantiradi. Natijada ular zamonaviy ta’lim talablariga javob bera oladigan malakali mutaxassis sifatida shakllanadilar.

Gimnastika vositalari yordamida tashkil etiladigan mashg‘ulotlar reflektiv kompetentlikni rivojlantirish uchun ham qulay pedagogik sharoit yaratadi. Refleksiya pedagogning o‘z faoliyatini tahlil qilishi, mavjud yutuq va kamchiliklarni aniqlashi hamda o‘z ustida muntazam ishlashini nazarda tutadi. Gimnastika mashg‘ulotlari davomida talabalar bajarilgan mashqlarni tahlil qilish, yo‘l qo‘yilgan xatolarni aniqlash va ularni bartaraf etish usullarini ishlab chiqish orqali o‘z-o‘zini baholash ko‘nikmalarini rivojlantiradilar. Bu esa kelajakdagi pedagogik faoliyatda muhim kasbiy sifatlardan biri hisoblanadi.

Bugungi kunda ta’lim tizimida innovatsion yondashuvlarni qo‘llash masalasi alohida dolzarflik kasb etmoqda. Gimnastika vositalari asosida tashkil etiladigan mashg‘ulotlarda interaktiv metodlar, muammoli vaziyatlar, loyiha faoliyati va amaliy topshiriqlardan foydalanish talabalarning ijodiy fikrlash qobiliyatlarini rivojlantiradi. Talabalar yangi mashqlar majmualarini ishlab chiqish, o‘quv mashg‘ulotlarini modellashtirish va pedagogik muammolarga mustaqil yechim topish jarayonida innovatsion kompetensiyalarni egallaydilar.

Gimnastika vositalarining yana bir muhim jihati shundaki, ular bo'lajak jismoniy tarbiya o'qituvchilarida mas'uliyat, intizom, qat'iyatlilik va liderlik kabi kasbiy jihatdan ahamiyatli shaxsiy sifatlarni rivojlantiradi. Sport jihozlari bilan ishlash, xavfsizlik qoidalariga rioya qilish, mashg'ulotlarni tashkil etish va guruh faoliyatini boshqarish jarayonida talabalarda kasbiy mas'uliyat hissi shakllanadi. Mazkur sifatlar esa pedagogik faoliyatning muvaffaqiyatli amalga oshirilishida muhim omillardan biri hisoblanadi.

Shu bilan birga, gimnastika vositalaridan foydalanish talabalarning jismoniy tayyorgarlik darajasini oshirishga ham xizmat qiladi. Jismoniy tarbiya o'qituvchisi o'z kasbiy faoliyatida o'quvchilarga namuna bo'lishi, sog'lom turmush tarzini targ'ib qilishi va harakat faoliyatini to'g'ri namoyish eta olishi zarur. Gimnastika mashqlari esa kuch, tezkorlik, chaqqonlik, egiluvchanlik va koordinatsion qobiliyatlarni rivojlantirish orqali bo'lajak mutaxassisning kasbiy tayyorgarligini mustahkamlaydi.

O'tkazilgan tahlillar gimnastika vositalari kasbiy kompetentlikning metodik, kommunikativ, tashkiliy, refleksiv va shaxsiy komponentlarini rivojlantirishga kompleks ta'sir ko'rsatishini tasdiqlaydi. Ularning ta'lim jarayonida tizimli qo'llanilishi bo'lajak jismoniy tarbiya o'qituvchilarining kasbiy tayyorgarligini takomillashtirish, pedagogik mahoratini oshirish hamda zamonaviy ta'lim talablariga mos raqobatbardosh mutaxassislarni tayyorlash imkonini beradi.

XULOSA

Olib borilgan ilmiy-nazariy tahlillar va pedagogik yondashuvlar asosida shunday xulosaga kelish mumkinki, gimnastika vositalari bo'lajak jismoniy tarbiya o'qituvchilarining kasbiy kompetentligini rivojlantirishda muhim pedagogik omillardan biri hisoblanadi. Zamonaviy ta'lim tizimida pedagog faoliyatining samaradorligi nafaqat nazariy bilimlar hajmi, balki ularni amaliyotda qo'llash qobiliyati bilan ham belgilanadi. Shu nuqtai nazardan, gimnastika vositalari talabalarning nazariy tayyorgarligini amaliy faoliyat bilan uyg'unlashtirishga xizmat qiluvchi samarali didaktik vosita sifatida namoyon bo'ladi.

Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatdiki, gimnastika vositalari yordamida tashkil etilgan mashg'ulotlar bo'lajak jismoniy tarbiya o'qituvchilarining metodik kompetentligini rivojlantirishda alohida ahamiyatga ega. Talabalar mashqlarni tanlash, darslarni rejalashtirish, o'quv yuklamalarini me'yorlashtirish, pedagogik nazoratni amalga oshirish hamda natijalarni baholash kabi kasbiy faoliyat elementlarini amaliy jihatdan o'zlashtiradilar. Bu esa ularning kelajakdagi pedagogik faoliyatni samarali tashkil etishiga mustahkam zamin yaratadi.

Shuningdek, gimnastika vositalari kommunikativ va tashkiliy kompetensiyalarni rivojlantirishga ham sezilarli ta'sir ko'rsatadi. Mashg'ulotlar jarayonida talabalarning guruh bilan ishlash, mashqlarni tushuntirish va namoyish etish, o'quvchilar faoliyatini boshqarish hamda pedagogik muloqotni tashkil etish ko'nikmalari shakllanadi.

Mazkur kompetensiyalar jismoniy tarbiya o'qituvchisining kasbiy faoliyatida muhim o'rin tutadi va ta'lim jarayonining samaradorligini ta'minlashga xizmat qiladi.

Gimnastika vositalarining pedagogik imkoniyatlari reflektiv kompetentlikni rivojlantirishda ham yaqqol namoyon bo'ladi. Talabalar o'z faoliyatini tahlil qilish, yo'l qo'yilgan xatolarni aniqlash va ularni bartaraf etish bo'yicha amaliy tajriba orttiradilar. Bu esa o'z-o'zini rivojlantirish, o'z ustida ishlash va kasbiy mahoratni muntazam takomillashtirish ehtiyojining shakllanishiga olib keladi. Zamonaviy pedagog uchun aynan reflektiv yondashuv kasbiy o'sishning muhim mezonlaridan biri hisoblanadi.

Tahlillar natijasida aniqlanishicha, gimnastika vositalari bo'lajak jismoniy tarbiya o'qituvchilarining ijodiy va innovatsion faoliyatga tayyorligini ham rivojlantiradi. Turli mashqlar komplekslarini yaratish, pedagogik vaziyatlarni modellashtirish va yangi metodik yechimlarni ishlab chiqish jarayonida talabalar mustaqil fikrlash hamda innovatsion yondashuv ko'nikmalarini egallaydilar. Bu esa zamonaviy ta'lim muassasalari uchun zarur bo'lgan raqobatbardosh va tashabbuskor pedagoglarni tayyorlash imkonini beradi.

Shu bilan birga, gimnastika vositalaridan foydalanish bo'lajak jismoniy tarbiya o'qituvchilarining jismoniy tayyorgarlik darajasini oshirish, sog'lom turmush tarziga bo'lgan munosabatini shakllantirish hamda kasbiy faoliyat uchun zarur bo'lgan iroda, intizom, mas'uliyat va liderlik sifatlarini rivojlantirishga xizmat qiladi. Natijada talaba nafaqat malakali mutaxassis, balki pedagogik faoliyatni samarali amalga oshira oladigan har tomonlama yetuk shaxs sifatida shakllanadi.

Umuman olganda, gimnastika vositalari bo'lajak jismoniy tarbiya o'qituvchilarining kasbiy kompetentligini rivojlantirishning muhim pedagogik resursi hisoblanadi. Ularning didaktik imkoniyatlaridan oqilona foydalanish jismoniy tarbiya ta'limi sifatini oshirish, pedagog kadrlar tayyorlash samaradorligini kuchaytirish hamda zamonaviy talablar darajasidagi yuqori malakali mutaxassislarni tayyorlashga xizmat qiladi. Shu sababli oliy ta'lim muassasalarida gimnastika mashg'ulotlarini kompetensiyaviy yondashuv asosida tashkil etish, innovatsion metodlarni qo'llash va gimnastika vositalaridan foydalanish metodikasini yanada takomillashtirish dolzarb ilmiy-amaliy vazifalardan biri bo'lib qolmoqda.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

1. Kerimov F.A. Sport sohasidagi ilmiy tadqiqotlar. – Toshkent: Zar qalam, 2018. – 336 b.
2. Kerimov F.A., Umarov M.N. Sportda prognozlashtirish va modellashtirish. – Toshkent: Iqtisod-moliya, 2019. – 280 b.
3. Morgunova I.I. Gimnastika va uni o'qitish metodikasi. – Toshkent: O'qituvchi, 2011. – 312 b.

4. Matveev L.P. Teoriya i metodika fizicheskoy kultury. – Moskva: Sport, 2021. – 520 s.
5. Abdiev A.N. Jismoniy tarbiya nazariyasi va metodikasi. – Toshkent: Fan va texnologiya, 2020. – 286 b.
6. O‘zbekiston Respublikasi Oliy ta’lim, fan va innovatsiyalar vazirligi. 60112200 – Jismoniy madaniyat bakalavriat ta’lim yo‘nalishi malaka talablari. – Toshkent, 2023.
7. Chirchiq davlat pedagogika universiteti. Gimnastika va uni o‘qitish metodikasi fanidan ishchi o‘quv dasturi. – Chirchiq, 2024.
8. Strzyżewski S. Proces kształcenia i wychowania w kulturze fizycznej. – Warszawa: WSiP, 2012. – 398 s.
9. Bakiev Z.A. Jismoniy tarbiya pedagogikasi. – Toshkent: Tafakkur, 2021. – 254 b.
10. Filin V.P. Teoriya i metodika yunosheskogo sporta. – Moskva: Fizkultura i sport, 2019. – 350 s.