

UMUMTA'LIM MAKTABLARIDA JISMONIY TARBIYA SAMARADORLIGINI OSHIRISH OMILLARI

Rajabboy Isakobulov Yusufovich

Jizzax Politehnika Instituti dotsenti,

Egamov Islom Raxim og'li

G'allaorol 2 son politexnikumi o'qituvchisi

Yusupov Jonibek Rajabboy o'g'li

Jizzax shahar 29 maktab geografiya fani

birinchi toifali o'qituvchisi

Annotatsiya: Ushbu maqolada umumta'lim maktablarida jismoniy tarbiya darslari samaradorligini oshirishga ta'sir etuvchi asosiy omillar tahlil qilinadi. Shuningdek, baholash tizimini takomillashtirish va dars jarayonida innovatsion usullardan foydalanish orqali o'quvchilarning jismoniy faolligini va qiziqishini oshirish yo'llari ko'rsatib beriladi.

Kalitso'zlar: jismoniy tarbiya, samaradorlik, umumta'lim maktabi, pedagogik texnologiyalar, sog'lom turmush tarzi, innovatsion yondashuv, baholash tizimi, jismoniy faollik.

FACTORS FOR INCREASING THE EFFECTIVENESS OF PHYSICAL EDUCATION IN GENERAL SECONDARY SCHOOLS

Rajabboy Isakobulov Yusufovich

Associate Professor, Jizzakh Polytechnic Institute

Egamov Islom Rakhimovich

Teacher, G'allaorol Polytechnic College No. 2

Yusupov Jonibek Rajabboyevich

First-category Geography Teacher, School No. 29, Jizzakh City

Abstract: This article analyzes the main factors influencing the improvement of the effectiveness of physical education lessons in general secondary schools. It also highlights ways to increase students' physical activity and interest by improving the assessment system and applying innovative teaching methods during the learning process.

Keywords: physical education, effectiveness, general secondary school, pedagogical technologies, healthy lifestyle, innovative approach, assessment system, physical activity.

Bugungi kunda umumta'lim maktablarida jismoniy tarbiya fanining ahamiyati tobora ortib bormoqda. O'quvchilarning sog'lom, jismonan barkamol va har tomonlama rivojlangan shaxs bo'lib voyaga yetishida jismoniy tarbiya muhim o'rin tutadi. Biroq darslar samaradorligini oshirish uchun ta'lim jarayonini zamonaviy talablar asosida tashkil etish zarur.

Ilmiy asoslangan pedagogik nazoratni tashkil etish va o'tkazish individual jismoniy sifatlarni rivojlanish darajasini aniqlash, bu darajani me'yoriy ko'rsatkicqlar bilan taqqoslash va shu asosda o'quvchilarning jismoniy sifatlarini yo'naltirish va rivojlantirish bo'yicha oqilona rejalar tuzish imkonini beradi. Mamlakatimizda umumta'lim maktablarida o'quv jarayonini tashkil etish bo'yicha alohida tajriba-metodik isqlanmalar amalga oshirilib, bu maktab o'quvchilari o'rtasida harakat ko'nikmalarining zarur fondini shakllantirish, o'quvchilarning asosiy jismoniy tayyorgarligiga zamin yaratish imkonini bermoqda. Shu bilan birga, jismoniy tarbiya amaliyotida an'anaviy pedagogik nazoratning bir yoqlama o'tkazilishi uning turlariga yetarlicha e'tibor berilmayotganligi bu borada ko'plab hal etishimiz kerak bo'lgan vazifalarimiz bor ekanligini ko'rsatmoqda. Ayniqsa, maktab o'quvchilarining jismoniy tarbiya ta'limi samaradorligini kompleks nazorat qilishning me'yoriy talablarini isqlab chiqish muhim ahamiyat kasb etadi. Asosiy qism. Ta'limning turli yo'nalisqlarida bolalar bog'chasidan bosqlab, toki universitet darajasigacha jismoniy tarbiya va sportni rolini va ahamiyatini oshirib borilmoqda. Maktabgacha va maktab ta'limi islohati, bolalarining jismoniy tayyorgarligini oshirish masalalari muhim amaliy ahamiyat kasb etadi. Shuning uchun maktab yoshidagi bolalarning harakat faolligi darajasini bilish maqsadida ilmiy izlanisqlar olib borish dolzarb masala bo'lib qoldi Olimlar va mutaxassislar oldida tez yechimini topish kerak bo'lgan qator vazifalar turibdi. O'quvchilarning jismoniy rivojlanish darajasini aniqlashda haligacha aniq ma'lumotlarni olish

to'g'risidagi kamchiliklar bor. Shuning uchun jismoniy ta'limda o'quvchilarning jismoniy tayorgarligini obyektiv ravishda baholash masalalari muhim ahamiyat kasb etadi. Tadqiqot natijasi va muhokamasi. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2017-yil 3-iyundagi PQ- 3031-son "Jismoniy tarbiya va ommaviy sportni yanada rivojlantirish chora-tadbirlari to'g'risida"gi qarori [1], 2018-yil 14-avgustdagi PQ-3907-son "Yosqlarni ma'naviy-axloqiy va jismoniy barkamol etib tarbiyalash, ularga ta'lim-tarbiya berish tizimini sifat jihatdan yangi bosqichga ko'tarish chora-tadbirlari to'g'risida"gi qarori[2], 2020-yil 24-yanvardagi PF-5924-son "Jismoniy tarbiya va sportni yanada takomillashtirish va ommalashtirish chora-tadbirlari to'g'risida"gi Farmoni[3] hamda mazkur sohaga tegisqli me'yoriy-huquqiy hujjatlarda belgilangan vazifalarni amalga oshirishda ushbu tadqiqotga muayyan darajada xizmat qiladi.

1. O'quvchilarning individual xususiyatlarini hisobga olish

Har bir o'quvchining jismoniy rivojlanish darajasi, sog'lig'i va qiziqishi turlicha bo'ladi. Shuning uchun dars jarayonida tabaqalashtirilgan yondashuvni qo'llash muhimdir. Kuchli o'quvchilar uchun murakkabroq mashqlar, tayyorgarligi past o'quvchilar uchun esa yengilroq topshiriqlar berilishi dars samaradorligini oshiradi.

2. Zamonaviy pedagogik texnologiyalardan foydalanish

Interaktiv metodlar, o'yin texnologiyalari, musobaqa elementlari va axborot-kommunikatsiya vositalaridan foydalanish o'quvchilarning darsga bo'lgan qiziqishini oshiradi. Masalan, mini-turnirlar, estafeta o'yinlari, guruhlarda ishlash metodlari samarali natija beradi.

3. Moddiy-texnik bazani mustahkamlash

Sport jihozlari, anjomlar va sport maydonchalarining yetarli darajada bo'lishi dars sifatiga bevosita ta'sir qiladi. Zamonaviy inventar va xavfsizlik talablariga javob beradigan sharoitlar o'quvchilarning faol ishtirokini ta'minlaydi.

4. O'qituvchining kasbiy mahorati

Jismoniy tarbiya o'qituvchisining bilim va ko'nikmalari, darsni to'g'ri rejalashtirishi hamda motivatsiya berish qobiliyati muhim omildir. O'qituvchining innovatsion yondashuvni qo'llashi dars samaradorligini sezilarli oshiradi.

5. Baholash tizimini takomillashtirish

Baholash faqat natijaga emas, balki o'quvchining harakat faolligi, intilishi va shaxsiy rivojlanishiga ham asoslanishi kerak. Rag'batlantiruvchi baholash usullari o'quvchilarda o'ziga ishonchni mustahkamlaydi.

6. Sog'lom turmush tarzini targ'ib qilish

Pedagogik nazoratni tashkil etishda quyidagi talablarga rioya etish kerak: o'z vaqtida amalga oshirish, muntazamlik, obyektivlik, asosiy ko'rsatkicqlarni qamrab olish. O'smirlarning jismoniy tayyorgarligining pedagogik nazoratini obyektiv ko'rsatkicqlarini olish uchun ularni konstitutsiya tipi va rivojlanish tipiga hamda jismoniy tayyorgarlik darajasiga taqsimlash lozim. Pedagogik nazoratni bunday tashkil etish o'smirlarning jismoniy tayyorgarligining obyektiv va ishoncqli ko'rsatkicqlarini olish imkonini beradi. Yuqoridagilardan kelib chiqib, pedagogik tajriba o'tkazildi va u umumta'lim

Jismoniy tarbiya darslari orqali o'quvchilarda sog'lom turmush tarziga ongli munosabat shakllantiriladi. Sport bilan muntazam shug'ullanish, to'g'ri ovqatlanish va zararli odatlardan yiroq bo'lish Umumta'lim maktablarida jismoniy tarbiya samaradorligini oshirish ko'plab omillarga bog'liq. Individual yondashuv, zamonaviy pedagogik texnologiyalar, kuchli moddiy baza, malakali o'qituvchi va adolatli baholash tizimi dars sifatini oshirishda muhim rol o'ynaydi. Mazkur omillar uyg'unligi o'quvchilarning jismoniy rivojlanishini ta'minlab, ularning sog'lom va barkamol shaxs bo'lib kamol topishiga xizmat qiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Haydarov T.T . BO ‘LAJAK MUHANDISLARNING KASBIY KOMPETENTLIGINI SHAKLLANTIRISHDA INTERFAOL USULLARDAN FOYDALANISH. Экономика и социум 8 (135)

[https://scholar.google.com/scholar?
oi=bibs&cluster=14874340164035491977&btnI=1&hl=ru](https://scholar.google.com/scholar?oi=bibs&cluster=14874340164035491977&btnI=1&hl=ru)

2. INTEGRATIV YONDASHUV ASOSIDA BO'LAJAK MUHANDISLARNI HISOB-GRAFIK KO'NIKMALARINI RIVOJLANTIRISH METODIKASINI TAKOMILLASHTIRISH_ "Экономика и социум" №7(134) 2025.

[https://a78cf8ac-3ef5-4670-8fcd-
a900ec94fdfb.filesusr.com/ugd/b06fdc_55d541bc36944482bf6789448fc928.pdf?
index=true](https://a78cf8ac-3ef5-4670-8fcd-a900ec94fdfb.filesusr.com/ugd/b06fdc_55d541bc36944482bf6789448fc928.pdf?index=true)