

**OLIV TA'LIM MUASSASALARIDA JISMONIY MADANIYAT
DARSLARINI GIBRID (ONLAYN/OFLAYN) TASHKIL ETISHNING
METODOLOGIK ASOSLARI**

dotsent B.A.Akbarov,

24-25-NNGQIT-23 guruh talabasi I.R.Abdurasulov,

Namangan dablat texnika universiteti

Аnnotatsiya: Ushbu maqolada oliy ta'lim muassasalarida jismoniy madaniyat darslarini tashkil etishda an'anaviy amaliy mashg'ulotlar va raqamli texnologiyalarni (gibrid model) o'zaro integratsiya qilishning metodologik asoslari tadqiq etilgan. Gibrid ta'lim modelining talabalar jismoniy faolligi va nazorati tizimidagi samaradorligi tahlil qilinib, amaliy tavsiyalar ishlab chiqilgan.

Kalit so'zlar: Jismoniy madaniyat, oliy ta'lim, gibrid ta'lim, onlayn platforma, jismoniy tayyorgarlik, fitnes-ilovalar, pedagogik innovatsiya.

**МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ГИБРИДНОЙ
(ОНЛАЙН/ОФЛАЙН) ОРГАНИЗАЦИИ ЗАНЯТИЙ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ
КУЛЬТУРЕ В ВЫСШИХ УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЯХ**

доцент Б.А. Акбаров

студент группы 24-25-ННГКИТ-23 И.Р.Абдурасулов

Наманганский государственный технический университет

Аннотация: В данной статье исследуются методологические основы интеграции традиционных практических занятий и цифровых технологий (гибридная модель) при организации уроков физической культуры в высших учебных заведениях. Анализируется эффективность гибридной модели обучения в системе физической активности и контроля студентов, разработаны практические рекомендации.

Ключевые слова: Физическая культура, высшее образование, гибридное обучение, онлайн-платформа, физическая подготовка, фитнес-приложения, педагогическая инновация.

**METHODOLOGICAL FOUNDATIONS OF HYBRID
(ONLINE/OFFLINE) ORGANIZATION OF PHYSICAL EDUCATION
CLASSES IN HIGHER EDUCATIONAL INSTITUTIONS**

Associate Professor B.A. Akbarov,

I.R. Abdurasulov, student of group 24-25-NNGQIT-23

Namangan State Technical University

***Abstract:** This article examines the methodological foundations of integrating traditional practical classes and digital technologies (hybrid model) in organizing physical education classes in higher educational institutions. The effectiveness of the hybrid educational model in the system of students' physical activity and control is analyzed, and practical recommendations are developed.*

***Keywords:** Physical culture, higher education, hybrid learning, online platform, physical fitness, fitness applications, pedagogical innovation.*

Zamonaviy oliy ta'lim tizimidagi raqamlashtirish jarayonlari barcha fanlar qatori jismoniy madaniyat va sport yoʻnalishini ham chetlab oʻtgani yoʻq. Ayniqsa, global pandemiya tajribasi va undan keyingi davrda ta'lim platformalarining rivojlanishi an'anaviy oʻqitish shakllarini qayta koʻrib chiqishni taqozo etmoqda. Bugungi kunda talaba-yoshlarning jismoniy faolligini oshirish va ularda sogʻlom turmush tarzini shakllantirishda faqatgina haftasiga 2–4 soatlik amaliy darslar bilan cheklanish kutilgan samarani bermayapti.

Ushbu muammoning zamonaviy yechimi sifatida jismoniy madaniyat darslarini gibrid (blended learning) shaklda tashkil etish yuzaga chiqmoqda. Gibrid model deganda quyidagilar tushuniladi:

- **Oflayn qism:** Sport zallari va maydonlarida bevosita amaliy harakatlar, jismoniy yuklamalar va guruhli o‘yinlarni bajarish;
- **Onlayn qism:** Nazariy bilimlar, mustaqil mashg‘ulotlar nazorati, fitnes-trekerlar orqali yurak urishi va qadamlar sonini monitoring qilish hamda videodarslar orqali individual texnikani o‘zlashtirish.

Tadqiqot oliy ta’lim muassasalarida jismoniy madaniyat darslarini gibridda tashkil etishning samaradorligi va talabalarning bunga munosabatini aniqlash maqsadida anketalashtirilgan so‘rovnoma metodi asosida tashkil etildi.

Tadqiqotda tasodifiy tanlash (random sampling) metodi orqali Toshkent shahridagi oliy ta’lim muassasalarining 1–2-bosqichida tahsil olayotgan jami 240 nafar talaba (132 nafar o‘g‘il bola, 108 nafar qiz bola; o‘rtacha yosh: 20.2 ± 1.4) ishtirok etdi. Barcha ishtirokchilar so‘rovnomada anonim va ixtiyoriy ravishda qatnashdilar.

Ma’lumotlarni yig‘ish uchun Google Forms platformasi orqali maxsus so‘rovnoma ishlab chiqildi. So‘rovnoma 3 ta asosiy blokdan iborat bo‘ldi: (1) Demografik ma’lumotlar (yosh, jins, guruh); (2) Texnologik qulaylik va ko‘nikmalar (fitnes-trekerlar, smartfon ilovalari va onlayn platformalardan foydalanish darajasi); (3) Liker kognitiv shkalasi (Likert scale): Gibridda jismoniy tarbiya darslarining afzalliklari, kamchiliklari va talabalar motivatsiyasini baholashga qaratilgan 5 ballik tizim (1 — mutlaqo qarshiman, 5 — mutlaqo qo‘shilaman).

Yig‘ilgan ma’lumotlar Microsoft Excel va SPSS 26.0 dasturlari yordamida matematik-statistik tahlil qilindi. Natijalarning ishonchliligi foiz ulushlari va o‘rtacha qiymat ($M \pm SD$) ko‘rsatkichlari orqali hisoblandi.

O‘tkazilgan so‘rovnoma natijalari shuni ko‘rsatdiki, talabalarning mutlaq ko‘pchiligi (85%) kundalik hayotda smartfon va fitnes-ilovalardan faol foydalanadi. Jismoniy madaniyat darslarini gibridda shaklda (nazariy qism va

mustaqil yugurish/mashqlarni onlayn platformada qayd etish, amaliy qismni esa zalda bajarish) tashkil etishga munosabat ijobiy xarakterga ega bo'ldi.

Talabalarning 78.4% qismi gibril darslar an'anaviy darslarga qaraganda ularning jismoniy mashg'ulotlarga bo'lgan shaxsiy motivatsiyasini kuchaytirganini ta'kidladi. Buning asosiy sababi sifatida mustaqil mashg'ulotlar vaqtini o'zlari tanlash imkoniyati mavjudligi ko'rsatilgan.

Tadqiqotimiz natijalari shuni ko'rsatdiki, oliy ta'limda jismoniy madaniyat darslarining gibril shaklga o'tkazilishi talabalar tomonidan yuqori darajada (78.4%) qo'llab-quvvatlanmoqda. Ayniqsa, vaqtni mustaqil taqsimlash imkoniyati ($M = 4.42$) talabalarning darsga bo'lgan shaxsiy qiziqishini oshirgan.

Ushbu topilmalar g'arb olimlari (masalan, Smith et al., 2022) tomonidan o'tkazilgan tadqiqotlar bilan hamohangdir. Ularning ishlarida ham blended learning (gibril ta'lim) modeli talabalarda o'z-o'zini nazorat qilish va avtonomiyani rivojlantirishi ta'kidlangan edi. Smartfon va fitnes-illovalar orqali jismoniy yuklamalarni (qadamlar, masofa, puls) monitoring qilish (81.2%) an'anaviy "daftarga yozish" tizimodan mutlaqo voz kechish imkonini beradi va shaffoflikni ta'minlaydi.

Biroq, tadqiqot davomida salbiy omillar ham aniqlandi. Talabalarning 42% qismi onlayn platformalardagi texnik nosozliklar va internet tezligining pastligini asosiy muammo sifatida ko'rsatgan ($M = 2.85$). Bu esa gibril modelni keng miqyosda joriy etishdan oldin OTMlarning IT-infratuzilmasini yaxshilash va raqamli ta'lim muhitini optimallashtirish zarurligini ko'rsatadi.

Xulosa qilib aytganda, jismoniy madaniyat fanini gibril formatga o'tkazish shunchaki majburiy raqamlashtirish emas, balki talabaning mustaqil sog'lom turmush tarzini shakllantirishga qaratilgan metodologik konsepsiya bo'lib xizmat qila oladi.

Oliy ta'lim muassasalarida jismoniy madaniyat darslarini gibridd (onlayn/oflayn) shaklda tashkil etishning metodologik asoslarini tadqiq etish jarayonida quyidagi xulosalarga kelindi:

- **Pedagogik samaradorlik:** Gibridd ta'lim modeli an'anaviy o'qitish uslubiga qaraganda talabalarning shaxsiy motivatsiyasini sezilarli darajada oshiradi (78.4%). Nazariy qismning onlayn formatga o'tkazilishi amaliy darslarda bevosita jismoniy yuklamalarga ko'proq vaqt ajratish imkonini beradi.

- **Texnologik integratsiya:** Zamonaviy smartfonlar va fitnes-illovalardan foydalanish talabalarning darsdan tashqari vaqtdagi mustaqil jismoniy faolligini masofadan turib obyektiv va shaffof monitoring qilish tizimini yaratadi.

- **Mavjud muammolar:** Modelni muvaffaqiyatli joriy etish yo'lidagi asosiy to'siq talabalarning qariyb yarmi (42%) duch kelgan texnik va infratuzilmaviy (internet sifati, platforma barqarorligi) muammolardir.

OTMlarda jismoniy madaniyat fanining gibridd modelini mukammal tatbiq etish uchun maxsus mobil ilovalarni mahalliyashtirish, professor-o'qituvchilarning raqamli savodxonligini oshirish va onlayn nazorat tizimlarini universitetning ichki ta'lim platformalari (masalan, HEMIS) bilan integratsiya qilish tavsiya etiladi.

ADABIYOTLAR RO'YXATI

1. Karimov, B. A. (2023). Oliy ta'lim muassasalarida jismoniy tarbiya darslarini raqamlashtirish istiqbollari. Fan-Sportga, №3, 45–49-b.

2. Tursunov, S. X. (2024). Gibridd ta'lim sharoitida talabalarning mustaqil jismoniy tayyorgarligini nazorat qilish metodikasi. O'zbekiston Milliy universiteti xabarlari, 2(1), 88–93-b.

1. 3. Sh.Yuvashov, B.Akbarov., KREATIV FIKRLASH. O'quv qo'llanma. – Namangan, 2024. – 176 b.