



MUSIQAVIY RITMIK GIMNASTIKA BO‘YICHA KASBIY KOMPETENSIYALARNI TAKOMILLASHTIRISHNING NAZARIY-METODOLOGIK ASOSLARI

Kazakov Sh.N.
TDPU dotsent v/b

Tayanch so‘zlar: jismoniy madaniyat, jismoniy faoliyat, talaba, larning jismoniy faolligi pastligini aniqlaydi, asosiy sabablarini motivatsion yondashuv, tizimli ta’lim traektoriyasi va arxitekturasi, sport va jismoniy mashg‘ulot, konstitutsional yondashuv, valeologik tafakkur, kompetensiya, irratsional yondashuv.

Ключевые слова: физическая культура, двигательная активность, определяет низкую двигательную активность студентов, основными причинами являются мотивационный подход, системность образовательной траектории и архитектуры, спортивно-физкультурная подготовка, конституциональный подход, валеологическое мышление, компетентность, иррациональный подход.

Key words: physical culture, physical activity, determines the low physical activity of students, the main reasons are motivational approach, systematic educational trajectory and architecture, sports and physical training, constitutional approach, valeological thinking, competence, irrational approach.

Ta’lim jarayonida jismoniy madaniyat va jismoniy faoliyatni takomillashtirish oliy o‘quv yurtlarida o‘quv samaradorligini oshirishda hamda talabalarning umumiy madaniyatini shakllantirishda hamda kasbiy layoqatning tarkibiy qismlarini kognitiv omillarga muvofiqligini ta’minlashda muhim ahamiyatga ega. Bu jarayon pedagogik jihatdan yuqori baholanib, talabalar kasbiy kompetensiyasiga xos bo‘lgan jismoniy va ma’naviy birlikni uyg‘unlashtirishga hissa qo‘shadi. Jismoniy madaniyat talabalarning salomatligi, jismoniy va ruhiy farovonligi, jismoniy barkamolligi kabi kasbiy komponentlarni milliy va umuminsoniy qadriyatlar bilan uyg‘unlashuviga zamin bo‘lib xizmat qiladi. Talaba shaxsining jismoniy madaniyati va jismoniy faoliyatni takomillashtirishni professional mobillashuv sifatida tushunish ilg‘or pedagogik tendensiyalarni shakllantirishda va jismoniy tarbiyaga xos qadriyatlarni o‘zlashtirish zaruratida samarali omil bo‘lishi mumkin.



Bugungi kunda talabalarning jismoniy madaniyati, jismoniy tarbiya va jismoniy faoliyatini muvofiqlashtirishning noan'anaviy vosita va usullarining samaradorligini o'rganishga bog'ishlangan ilmiy ishlar ko'lami sezilarli darajada oshib, ularning mazmuni va sifati yaxshilanmoqda. Shuningdek, jismoniy faoliyatni o'rganishga nisbatan yangi ilmiy yondashuvlar negizida, jismoniy madaniyat nazariyasining zamonaviy konsepsiyasini ishlab chiqish hamda uning kontekstda oliy ta'lim tizimda innovatsion pedagogik texnologiyalarni realizatsiya etish masalasi kun tartibidagi dolzarb masalalardan biriga aylandi.

Shu nuqtai nazardan, talabalarning jismoniy tarbiya va jismoniy faoliyatini to'g'ri yo'lga qo'yish muammosi jamiyatda jismoniy madaniyatning rivojlanish dinamikasi bilan bog'liq bo'lib, uni nazariy jihatdan nostandart va noan'anaviy vosita va usullaridan maqsadli foydalanish mantig'iga muvofiqlashtirish hamda amaliy tatbiq etish bilan bog'liq omillarni ilmiy tadqiqot ishlari bilan asoslash maqsadga muvofiq. Talabalar shug'ullanadigan jismoniy tarbiya mashg'ulotlarining turlari, shakllari, vositalari va usullarini nazariy asoslab berish, ularning o'ziga xosligini aniqlash, farqi va o'zaro bog'liqlik mohiyatini tushuntirish, amalga oshirish yo'llarini asoslash, xususan, talabalarning musiqaviy ritmik gimnastika bo'yicha kasbiy kompetensiyalarini rivojlantirishning metodik ta'minotini takomillashtirishning nazariy asoslari mazkur ilmiy tadqiqotning konsepsiyasini tashkil qiladi.

Oliy ta'lim muassasalarida jismoniy tarbiya va jismoniy madaniyatni rivojlantirishda asosiy mezon sifatida jismoniy faoliyatning har xil turlariga bo'lgan ob'ektiv (jamiyat talablari) va sub'ektiv (shaxsiy xohish) ehtiyojlarini hisobga olish zarur. Mavjud yondashuv bevosita har bir talabaning jismoniy faoliyatidagi individual yo'nalganligi, ehtiyoji va motivini qondirishga qaratilgan bo'lishi oliy ta'limda jismoniy madaniyat nufuzini oshirishga xizmat qiladi hamda talabalarning qobiliyat va qiziqish uyg'unligi ta'minlanib, kasbiy professionalizmga yo'nalganligi ta'minlanadi.

Rus metodist olimi Yu.M.Nikolaev nuqtai nazaricha, jismoniy madaniyat faoliyatining asosiy shakllari jismoniy tarbiya, sport, jismoniy dam olish va jismoniy reabilitatsiyadan iborat bo'lib, uning asosiy vositalarini jismoniy mashqlar tashkil etadi. Asosiy tarkibiy birligi esa tananing o'zaro ta'siri va uning harakatlari o'rtasidagi bog'liqlikda namoyon bo'ladi.

Jismoniy mashqlarni amalga oshirish va u bilan shug'ullanish yuzasidan Abu Ali ibn Sino o'z fikrini bildirib, jismoniy tarbiya mashqlari saviya va son jihatdan juda uzoq va kishini charchatadigan bo'lmasligi kerak. Ular juda tez ham bo'lmasligi kerak, aks holda ular qisqa davom etishiga qaramay kishiga uzoq bo'lib tuyuladi. Shuningdek, bu mashqlar o'ta bo'sh bo'lmasligi ham kerak, aks holda ular uzoq davom etadigan mashqlar, kishiga juda qisqa bo'lib tuyulmasligini uqtiradi. U

jismoniy tarbiya mashg'ulotlarini to'g'ri tashkillashtirish va muvofiqlashtirish jismoniy madaniyat bilan uyg'unligini ta'kidlagan holda, jismoniy faoliyatni ratsional omillarga muvofiq amalga oshirish lozimligini ta'kidlagan.

Talabalarning jismoniy tarbiya faoliyatini muvofiqlashtirish, nafaqat ularning jismoniy rivojlanishi, balki jismoniy vazifalari, vositalari, usullari va shakllariga ongli, ijodiy munosabatda bo'lishga yordam beradigan bilimlar bilan ma'naviy boyitish jarayonida ham takomillashtiriladi. Ushbu jarayonda talabalarda jismoniy tarbiya va jismoniy faollikning quyidagi jihatlari shakllanadi:

har bir talaba, individual fazilatlarini rivojlantirishga yo'naltirilgan me'yorlar, an'ana va qadriyatlar tizimini puxta o'zlashtiradi hamda jismoniy madaniyat negizida jismoniy faoliyatda aks ettiradi;

aql-zakovat hamda jismoniy faollik birligini jismoniy faoliyat jarayonida muvofiqlashtiradi;

jismoniy faollikni yuzaga chiqarishda axloqiy, madaniy va estetik komponentlar muvofiqligini ta'minlaydi;

talabalar jismoniy faoliyatning insonparvarlik motiv va maqsadlariga muvofiqlashtiradi;

jismoniy faoliyatda rahbarlik qilish zaruriyati va qobiliyatini ishga tushirish kompetensiyasini shakllantiradi hamda jismoniy va ma'naviy rivojlanish natijalari dinamikasini tanqidiy baholash malakasiga ega bo'ladi;

talabalar jismoniy faoliyat sohasida o'zini o'zi tarbiyalash, o'zini o'zi rivojlantirish, o'zini o'zi tartibga solish va nazorat qilish hamda doimiy ma'naviy va jismoniy rivojlanish motiviga ega bo'lishadi.

Bu jarayon jismoniy tarbiya va jismoniy faoliyatni takomillashtirishni ob'ektiv zarurati bo'lib, talabalarda jismoniy tarbiya madaniyatini rivojlanishining tabiiy tendensiyasini ta'minlashga xizmat qiladi. Shuningdek, ularning individual kasbiy, ma'naviy, axloqiy va jismoniy madaniyatiga qo'yiladigan talablarni oshirish zarurati bilan tavsiflanadi. Jismoniy tarbiya va jismoniy faollik ekstensivlikdan intensivga o'tish (sifat va samaradorlik omillari sari o'sish) tamoyiliga asoslanganligi hamda shaxsni fiziologik, ma'naviy va psixologik rivojlantirish tamoyillari bilan uyg'unlashgan bo'lishi jismoniy faoliyat takomillashuvini yangi bosqichi sifatida e'tirof etiladi. Bugungi kunda bu jarayon kompleks tarzda ilmiy tadqiqot ishlarini olib borishni taqozo etadi.

O'zbekiston respublikasi Prezidentining 2022 yil 3 noyabrdagi "Jismoniy tarbiya va sport sohasida kadrlarni tayyorlash hamda ilmiy tadqiqotlar tizimini yanada takomillashtirish chora-tadbirlari to'g'risida"gi PQ-414-sonli qarorining 10-bandida jismoniy tarbiya sohasini takomillashtirish to'g'risida, jumladan, shunday deyiladi:



jismoniy tarbiya va sport sohasida, shu jumladan, sport biomexanikasi, fiziologiyasi, farmakologiyasi va genetikasi bo'yicha fundamental, amaliy va innovatsion tadqiqotlar o'tkazish, ularning natijalarini amaliyotga joriy etish;

aholining yosh xususiyatidan kelib chiqib, jismoniy rivojlanishi va jismoniy tayyorgarligini ilmiy asosda o'rganish va tavsiyalar ishlab chiqish;

sport turlari bo'yicha O'zbekiston terma jamoalari (yoshlar, o'smirlar va kattalar) a'zolarining hamda sport-ta'lim muassasalari sportchi o'quvchi va talabalarining jismoniy rivojlanishi va tayyorgarligi, funksional holati, texnik-taktik va psixologik tayyorgarligini ilmiy jihatdan o'rganish, monitoring qilish va istiqbolini belgilash;

ilmiy-innovatsion faoliyat natijalarining transferi va ularni tijoratlashtirish, startap loyihalarni joriy etish orqali yoshlar, olimlar va professor-o'qituvchilarni jismoniy tarbiya va sport sohasining ilmiy-texnik muammolarini hal etishga jalb qilish.

Bu borada amalga oshirilgan ilmiy-amaliy ishlar jismoniy tarbiya va jismoniy faoliyatni takomillashtirishda alohida ahamiyat kasb etib, quyidagi samaradorliklarning mezonini bo'lib xizmat qiladi:

– jismoniy tarbiya va jismoniy faoliyat bilan bog'liq o'quv jarayoni vazifalarini muvofiqlashgan zamonaviy pedagogik texnologiyalar asosida amalga oshirilishini ta'minlab, talaba shaxsini har tomonlama jismoniy rivojlantirishga oid maxsus bilimlarni interaktiv metodlar yordamida ularga yetkazish, jismoniy madaniyatni milliy va umuminsoniy qadriyatlarga yo'nalganligini ta'minlash, jismoniy mashqlar nazariyasi va metodikasini innovatsion pedagogik yondashuvlar asosida yaratish hamda talabalarning jismoniy faolligini oshirishga xizmat qiluvchi kasbiy harakat ko'nikmalari va qobiliyatlarini shakllantirish, jismoniy mashqlarni bajarishning oqilona texnikasi bilan ishlash malakasini shakllantirish imkoniyatini ta'minlash;

– jismoniy tarbiya va jismoniy faoliyat bilan bog'liq ta'lim jarayoni vazifalarini zamonaviy va nostandart yondashuvlar asosida talabalarning jismoniy rivojlanishiga, mutaxassis sifatida shakllanishiga ratsional munosabatni shakllantirish, oliy ta'limda tashkil etilayotgan nazariy va amaliy dars mashg'ulotlarida yuzaga kelishi mumkin individual va kasbiy psixo-emotsional zo'riqlashlarni minimallashtirish, bu borada pedagogik va psixologik korreksion ishlarni amalga oshirish, jismoniy zo'riqlash natijasida yuzaga keladigan psixologik jarohatlarni bartaraf etish, individual va kasbiy qat'iyat, irodani tarbiyalash hamda jismoniy faoliyatga bo'lgan ehtiyoj va motivlarni muntazam rag'batlantirib turishning omillarini aniqlash hamda o'quv va amaliy jarayonlar samaradorligini oshirish;

- jismoniy tarbiya va jismoniy faoliyat bilan bog'liq ta'lim jarayonini tashkillashtiruvchi pedagogik boshqaruv funksiyalari muhim ahamiyatga ega bo'lib, talabalarda jismoniy sifatlarni rivojlantirish, kasbiy faoliyat turiga xos bo'lgan kuch, chaqqonlik, tezlik, chidamlilik, epcillik kabi harakatlar kombinatsiyasini mohirlik bilan muvofiqlashtirish, ko'nikma va malakasini shakllantirish hamda talabalarning jismoniy va ma'naviy rivojlanishining shakllari, vositalari va usullarini takomillashtirish.

Oliy ta'limda tashkil etiladigan ta'lim, uning talabalarga pedagogik-psixologik ta'sir va imkoniyatlari xususida E.G'oziev ilmiy mulohaza yuritgan bo'lib, yuqorida talabalarni jismoniy tarbiya va jismoniy faolligini takomillashtirish bilan bog'liq mulohazamizni ilmiy asoslashga xizmat qiladi. Uning nuqtai nazaricha, talabalar o'quv faoliyatining to'g'ri usullarini bilmasligi, aqliy mehnatda kuch va imkoniyatlarni bir tekis taqsimlay olmasligidan iborat bo'lib, bular aqliy zo'riqishning negizi hisoblanadi va qiyinchilikning asosiy sababi bo'ladi. Talabalarda vujudga kelgan aqliy zo'riqish tasodifiy psixologik hodisa emas, uning zahirida shaxsiy o'quv faoliyatini oqilona boshqarish uquvining zaifligi yotadi. Shunga ko'ra, oliy o'quv yurti talabalari ko'pincha o'quv materiallarini o'zlashtirishda bu faoliyatni tasodifiy boshqarishga harakat qiladilar. Bunda muayyan materiallar mantiqiy harakat bilan eslab qolinsa, qolganlari mutlaqo diqqatdan uzoqlashtiriladi. Natijada, ular ma'ruzaning bir qismini tinglaydilar, uning mohiyatini bazo'r angelaydilar, uni konspektlashtirishga ulgurmaydilar. Shunga ko'ra, oliy o'quv yurtining asosiy vazifalaridan biri talabani o'quv materiallarining asosiy manbalari bilan ishlashga o'rgatishdan, uning mustaqil bilish faoliyatini tashkil qilishdan, uni o'zini boshqarish usullari bilan tanishtirishdan iboratdir.

Ushbu ilmiy nazariya oliy ta'limda tahsil olayotgan jismoniy tarbiya mutaxassislarini tarbiyalashda hamda jismoniy tarbiya va jismoniy faoliyat bilan bog'liq ta'lim jarayonini takomillashtirishda ustuvor masalalardan biri hisoblanadi. E.G'oziev nazariyasida talabalarning ta'lim jarayonidagi aqliy faoliyati xususida so'z yuritilgan bo'lsada, ushbu yondashuv mantiq va mazmun jihatdan jismoniy faoliyatga mos keladigan formula bo'lib, uni jismoniy tarbiyani tashkil etishda transformatsiya qilish, bugungi kunda ushbu sohada pedagogik takomillashuvni o'ziga xos elementlaridan bo'lib xizmat qiladi.

Mazkur yondashuv jismoniy faoliyatga xos mutaxassis tayyorlashga ixtisoslashgan ta'lim muassasalarida pedagogik mantiqiy asosga ega bo'lib, jismoniy sifatlari va harakat qobiliyatlarini har tomonlama rivojlantirish uchun faqat boshlang'ich asos bo'lib, zarur shart-sharoitlarni yaratadi. Jismoniy tarbiya va jismoniy faollik talabalarda yuqori psixofizik qobiliyatlarni tarbiyalashning o'ziga xos vositalariga bo'lgan ehtiyojlari bilan belgilanadi. Shuningdek, jismoniy faoliyat talabalarning muloqot doirasini kengaytirishga imkon beradi, empatiya,



estetik va hissiy idrok etish, irodani tarbiyalash, nostandart vaziyatlarda ilmiy, pedagogik, ijtimoiy va boshqa muammolarni hal qilish imkoniyatini beradi. Bu, ayniqsa, ko'p bosqichli ta'lim tizimiga o'tish sharoitida, talabalar zamonaviy hayotning tez sur'atlariga jalb qilinganida, ba'zan ularning psixofiziologik jihatlariga salbiy ta'sir ko'rsatadigan sharoitda juda muhimdir. Jismoniy tarbiya va jismoniy faoliyat talaba shaxsida o'zini o'zi rivojlantirish, takomillashtirish va tartibga solish uchun real sharoitlar yaratadi hamda o'zini o'zi anglash va o'zini o'zi tasdiqlashning muhim va ijtimoiy jihatdan maqbul usullarini yetarli darajada bilish kompetensiyasini shakllantiradi.

Adabiyotlar:

1. Пильщикова Т.Н. Подготовка учителя физической культуры в педвузе: реальность, проблемы, решение // Теория и практика физической культуры. - 2001. - № 10 - С. 8-10.
2. Рожков П.А. Развитие физической культуры и спорта – приоритетное направление социальной политики государства // Теория и практика физической культуры. - 2002. - №1. - С. 2-8.
3. Ротерс Т.Т. Музыкально-ритмическое воспитание и художественная гимнастика. - М., 1989. - 174 с.
4. Румба О.Г., Нигматулина Ю.Р. Назначение и вариативность музыкального сопровождения соревновательных программ в художественной и спортивной гимнастике // Теория и практика физической культуры, 2016. №2. С. 77-79
5. Сборник материалов для занятий по ритмике (система Жак-Далькроза) в музыкальных школах, техникумах и консерваториях. Москва: Музгиз, 1930.
6. Соколова Н И. Организационные основы управления здоровьем на региональном уровне / Н.И. Соколова // Физическое воспитание творческих специальностей: сборник научных трудов. – Харьков. 2003. - №4. С.77 - 86.
7. Кострицкая И.В. Музыкально-ритмическое воспитание в разных педагогических практиках. Теоретический анализ // Вестник Красноярского государственного педагогического университета им. В. П. Астафьева. 2006. С. 70-71.
8. Костюченко В.Ф. К проблеме подготовки специалистов физической культуры в свете концепции непрерывного образования. // Совершенствование образовательного процесса в многоуровневой системе подготовки специалиста физической культуры. Материалы межвуз. Науч.-метод. конф. - СПб., изд. РГПУ им. Герцена, 1998. - С. 16-20.

РЕЗЮМЕ

Ushbu maqolada bo'lajak jismoniy tarbiya mutaxassislarining kasbiy tayyorgarligini takomillashtirish, jismoniy tarbiya va sport mashg'ulotlarining shaxsga yo'nalganligini ta'minlash, jismoniy madaniyatni shakllantirish, ta'lim sifatini oshirish, tizimli ta'lim traektoriyasi va arxitekturasini yaratish hamda yangi pedagogik va tashkiliy asoslarini ishlab chiqish hamda unga ta'sir etuvchi ob'ektiv omillar yoritilgan.

РЕЗЮМЕ

В данной статье рассмотрено совершенствование профессиональной подготовки будущих специалистов физической культуры, обеспечение личностной направленности физкультурно-спортивной подготовки, формирование физической культуры, повышение качества образования, создание системной образовательной траектории и архитектуры, новой педагогической выделяются развитие организационных основ и объективные факторы, влияющие на него.

SUMMARY

In this article, improvement of the professional training of future physical education specialists, ensuring the personal orientation of physical education and sports training, forming physical culture, improving the quality of education, creating a systematic educational trajectory and architecture, and a new pedagogical and the development of organizational foundations and the objective factors affecting it are highlighted.