

JISMONIY TARBIYA TIZIMINING UMUMIY IJTIMOIIY-PEDAGOGIK TAMOYILLARI

Feruza Homidjonova,

SHDPI o'qituvchisi

Tog'ayeva Sohiba Qudratovna

Boyqobilova Nodira O'ngboyevna

SHDPI talabalari

Annotatsiya: Ma'lumki, umumta'lim maktablari, o'rta va oliy maxsus o'quv yurtlari, sport maktablari va boshqa tashkilotlar uchun jismoniy tarbiya bo'yicha o'quv rejalari va dasturlari davlat organlari tomonidan ishlab chiqiladi. O'quv jarayonining jadvallari, ish rejalari va dars rejalari boshlang'ich rasmiy hujjatlar - o'quv rejasi va dasturi asosida o'qituvchilar tomonidan ishlab chiqiladi.

Kalit so'zlar: jismoniy tarbiya, komil inson, musobaqa, murabbiy, jismoniy tarbiya, aqliy tarbiya sport.

Аннотация: Известно, что учебные планы и программы по физическому воспитанию для общеобразовательных школ, средних и высших специальных учебных заведений, спортивных школ и других организаций разрабатываются государственными органами. Графики учебного процесса, планы работы и планы занятий разрабатываются преподавателями на основании первичных официальных документов – учебного плана и программы.

Ключевие слова: физическое воспитание, совершенный человек, конкуренция, тренер, физическое воспитание, психическое воспитание, спорт.

Annotation: It is known that curricula and programs on physical education for general education schools, secondary and higher special educational institutions, sports schools and other organizations are developed by state bodies. Schedules of the educational process, work plans and lesson plans are developed by teachers based on the primary official documents - the curriculum and program.

Keywords: physical education, perfect person, competition, coach, physical education, mental education, sport.

O'quv rejasi asosiy (dastlabki) hujjat bo'lib, uning asosida barcha darajadagi davlat ta'lim muassasalarida jismoniy tarbiya bo'yicha barcha ko'p qirrali ishlar amalga oshiriladi.

O'quv rejasida: a) umumta'lim maktabi yoki ta'lim muassasasida jismoniy tarbiya mashg'ulotlarining umumiy davomiyligi; o'smirlar sport maktablari va boshqa sport maktablarida sport ixtisosligi; b) o'quv yili bo'yicha ularni to'ldirish soatlari ko'rsatilgan dasturiy materialning bo'limlari (turlari).

Ish rejalari matn va grafik shaklda tuziladi.

Ish rejasining mazmuni quyidagilarni o'z ichiga oladi:

- 1) darslarning aniq ta'lim maqsadlari (umumiy va maxsus);
- 2) jismoniy tarbiya bo'yicha nazariy ma'lumotlar;
- 3) asosiy vositalar (jismoniy mashqlar), ulardan foydalanish usullari va yuklarning kattaligi (har bir dars uchun ularning hajmi va intensivligini ko'rsatadigan);
- 4) dasturiy materialni o'zlashtirish muvaffaqiyati va o'quvchilarning jismoniy tayyorgarligi darajasini aniqlash uchun nazorat mashqlari (testlar).

O'quv rejasi - bu o'quv ishlarini rejalashtirish hujjati bo'lib, u quyidagilarni belgilaydi:

a) pedagogik jarayonning maqsad va umumiy vazifalari: umumta'lim maktabida – jismoniy tarbiya kursi, o'smirlar sport maktabida – tanlangan sport turi bo'yicha sport mashg'ulotlari;

b) mashg'ulotlarning rejalashtirilgan davrida jalb qilinganlar tomonidan o'zlashtirilishi kerak bo'lgan bilim, ko'nikma va malakalar miqdori va asosiy jismoniy mashqlar va belgilangan vazifalarni hal qilishni ta'minlaydigan boshqa vositalar ro'yxati;

v) talabalarga har yili va ta'lim muassasasida o'qishni tugatgandan so'ng erishish tavsiya etiladigan kredit talablari va ta'lim standartlarida (test ko'rsatkichlarida) ifodalangan nazariy, umumiy jismoniy va sport tayyorgarlik darajasi.

Jismoniy tarbiya dasturi asosan 4 bo'limdan iborat:

- 1) jismoniy tarbiya darslari;
- 2) maktab kunida jismoniy tarbiya va sog'lomlashtirish tadbirlari;
- 3) darsdan tashqari jismoniy tarbiya;
- 4) jismoniy tarbiya va sport tadbirlari.

O'quv rejasi belgilangan o'quv rejasi mazmuniga va har bir bo'limga va umuman sinflarning barcha bo'limlariga ajratilgan soatlar miqdoriga muvofiq ishlab chiqiladi.

O'quv jarayonining jadvali o'quv rejasining nazariy va amaliy bo'limlari materiallarini bir yil davomida oylar va haftalar bo'yicha o'tishning eng maqbul ketma-ketligini belgilaydi (ta'lim - umumiy o'rta maktabda va sport mashg'ulotlarining yillik tsikli). o'smirlar sport maktabi). Jadvalda, shuningdek, har

bir bo'lim uchun ajratilgan soatlar soni va yil davomida bo'limlar materialini to'ldirishga sarflangan vaqtni haftalar bo'yicha taqsimlash ko'rsatilgan.

Jadval bir hil o'quv guruhleri uchun tuziladi (masalan, maktabda har bir parallel sinf uchun, universitetda bir xil kurs guruhleri va o'quv bo'limi uchun).

O'quv rejasining amaliy bo'limi turlarini to'ldirish tartibi mavsumiy sharoitga va sport inshootlarining mavjudligiga bog'liq.

Dasturiy material o'quv haftalari bo'yicha o'quvchilarga bo'lgan talablarni bosqichma-bosqich oshirib borish tartibida, ham mashqlarni bajarish texnikasining murakkabligi, ham jismoniy faollik nuqtai nazaridan taqsimlanadi.

Jadval dasturning har bir bo'limi uchun testlar yoki test musobaqalari rejalashtirilgan darslar sonini belgilaydi.

Jadval sof tashkiliy hujjat (jismoniy tarbiya usullari unda aks ettirilmagan). Bu o'quv yili davomida dastur materialining o'tishi haqida faqat umumiy yaxlit fikr beradi.

Ish (tematik) reja - bu o'quv choragi (semestr)ning har bir darsi mazmunini ketma-ket taqdim etish. Jismoniy tarbiya amaliyotida ish rejasi turli nomlarga ega - tematik reja, bir chorak, bir semestr uchun reja. Ish rejasi o'quv jarayonining jadvalidan ko'ra aniqroq shaklda qo'llaniladigan vositalarni taqdim etadi va vosita harakatlarini o'rgatish va vosita qobiliyatlarini rivojlantirish metodikasini aks ettiradi. To'g'ri tuzilgan ish rejasi asosan o'quv jarayonini uslubiy ta'minlash funksiyasini bajaradi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR:

1. Книга тренера. Вайсеховский С. М. М., “Физкультура и спорт”, 1971
Теорию и методика физической культуры: Учебник /Под ред. проф. У.Ф.Курамшина. – 2е изд., испр. –М.: Советский спорт, 2004. – 464 с.
2. Физическая культура студента: Учебник / Под ред. В.И. Ильинича. М.: Гардарики, 1999. – 448 с.
3. Физическая культура: Учебное пособие / под ред. В.А. Коваленко. – М.: Изд – во АСВ , 2000 . – 432 с.
4. Homidjonova, F. (2021, December). METHODOLOGY OF TEACHING SPORTS AND MOVING GAMES. In *Archive of Conferences* (pp. 25-28).
5. Kizi, Khomidjonova Feruza Komiljon. "NATIONAL WRESTLING SPORTS CHARACTERISTICS OF THE RELATIONSHIPS BETWEEN COACHES AND ATHLETES." *Oriental renaissance: Innovative, educational, natural and social sciences* 1.5 (2021): 210-214.