

**Маърузалар ўқишда моделлашган бошқарув механизмидан
фойдаланиш усуллари.**

Mualliflar: Абдиев А.Н

Yaratilgan yili: Angren 2005

Kategoriya: Pedagogika

Bulim: Jismoniy tarbiya va sport

Institut: Toshkent Viloyat Davlat Pedagogika Instituti

Fakul'tet: Jismoniy tarbiya va jismoniy madaniyat

Kafedra: Jismoniy tarbiya va sport

Аннотация

В данной статье рассматриваются методы использования "механизма управления" в процессе лекционных занятий как повышающий фактор активизации деятельности студентов а также организация самостоятельных работ студентов в вузе.

Мундарижа

1. Маърузалар ўқитишда моделлашган бошқарув механизмидан фойдаланиш.
2. Спорт методикасида мураббийлар касбий тайёргарлигининг мазмуни ва йўналиши
3. Мураббийнинг тайёргарлик даражасини ақс эттирувчи фаолиятининг асосий таркиби.
4. Мураббийлар хато содир қилишида нисбийликнинг пелагогик асослари
5. Жисмоний тарбия дарсларида талабалар билим ва кўникмаларини баҳолашнинг такомиллашган рейтинг тизими асосида қўллаш усуллари.

Маърузалар ўқишда моделлашган бошқарув механизмидан фойдаланиш усуллари.

Аннотация

В данной статье рассматриваются методы использования "механизма управления" в процессе лекционных занятий как повышающий фактор активизации деятельности студентов а также организация самостоятельных работ студентов в вузе.

Annotation

This article deals with the methods of using of the mechanism of management in lectures as an effective factor of activisation of students work the organization of the learners independent, self - study and modeling in educational process.

Абдиев А.Н- педагогика фанлари доктори ТВДПИ, Ангрен

Абдиев Р.Н-катта ўқитувчи,

ТВДПИ Ангрен.

Маъруза талабаларга билим беришда асосий восита хисобланади. Шунинг учун ҳам маъруза мазмуни ва мезонига алохида эътибор бериш лозим бўлади.

Анъанавий маърузалар талабаларда бахс, мунозара, қилиш имкониятини бермай қўйган, чунки маърузачи таълим мазмуни билан боʻлиқ ахборотларни эшитувчиларга бир хил йўсинда етказиб қўйишни асос қилиб олишган. Бунда талабалар пассив эшитувчидан бошқа ҳеч ким эмас, фақат эшитиш ва эшитганини ёзиб бориш билан машғул бўлади. Бундай ҳолат ҳозирги замон талаби бўлган "Субъект"- "субъект" ўқитиш услубидан мутлоқ йироқ эканлиги кўзга ташланиб қолади.

Шундай экан замонавий маърузачилар эшитувчиларни дарс жараёнининг фаол иштирокчисига ва таълим мазмунининг ечимини қидиришда тўлақонли "субъект" га айлантира олиши лозим.

Мана шундай жараёни битта мавзу мисолида кўриб чиқайлик. Масалан: "жисмоний тарбия назарияси ва услубиёти" фанидан таянч тушунчаларга таъриф беришда маъруза матни бўлимлари қуйидагича бўлиши мумкин:

- Жисмоний маданият
- Жисмоний тарбия
- Спорт
- Жисмоний тайёргарлик
- Жисмоний ривожланганлик
- Жисмоний камолот, кабилар.

Жисмоний маданият-таянч тушунчасига таъриф бераётганда қуйидагиларни эслатиб ўтиш фойдадан холи эмас, яъни

"Жисмоний" сўзи арабча бўлиб, тан, тана, вужуд тушунчаларини англатади, демак жисмоний маданият бўладими, жисмоний тарбия бўладими бу ибора учраганда биз инсон вужудидаги кечадиган жисмоний жараёнлар тўрисида сўз юритилаётганини англаб олишимиз қийин бўлмайди. Энди, бевосита "Жисмоний маданият" тушунчасини таърифлаб кўрайлик. "Жисмоний" сўзини билиб олдик, энди маданият сўзининг асл маъносини билиб олишимиз шарт, бўлмаса биз юритмоқчи бўлган қуйидаги фикрларимиз ўз муддаосини топмай қолади.

"Маданият" сўзи адабиётларда берилишича умуминсоний қадриятларнинг ижтимоий маънавий бойликларини ўзида мужассамлаштирган одоб-ахлоқли, зиёли инсон тушунилади, дейилган.

Энди мана шу кенг қамровли "маданият" сўзидан, жисмоний маданиятга хос жиқатларини ажратиб олишимиз керак, яъни вужуд маданиятини шакллантирадиган жараённи талқин қилиб беришимиз лозим бўлади. +ачон жисмимиз маданиятли бўлади? +ачонки у жисмонан тарбияланган, жисмонан ривожланган спорт турларидан бири билан шу\улланган, жисмоний тайёргарликка эга бўлган ва ўз танасига тўри муносабат билдира оладиган бўлсагина.

Шундай экан шу ерда бир нарсага аниқлик киритиб олиш жуда хам мухим. Масалан: умумтаълим мактабларида хамма синфлар учун дарс жадвалида "Физкультура" деб ёзиб қўйилган, бу сўзнинг рус тилидан таржимаси "Жисмоний маданият" бўлиб чиқади. Хўш, бундай атама фаннинг ащамиятини щисобга олган щолда фаннинг ўзига берилаяптими? Ёки шундай аталиши билан дарсларда шу\улланувчиларда вужуд

маданиятини шакллантириш шарт бўлиб қоладими? Бундай саволлар туғулиши табиий, чунки "жисмоний маданият" тушунчасига юқорида берилган таъриф асосида дарсларни физкультура деб аталиши санаб ўтилган жихатларнинг ҳаммасини қамраб олиши мумкин эмас. (масалан: 1-4 синфларда хали ҳамма спорт билан шуғулланмайди, ўз танасига муносабат жисмоний маданият талаби асосида шаклланмаган ва х.к) шунинг учун ҳам мактабларнинг бошланғич синфларида дарсларни жисмоний тарбия деб номлаш мантиққа яқин бўлар эди.

ЖИСМОНИЙ ТАРБИЯ- инсон жисмоний ўғунлашувининг педагогик тизими (Б.А.Ашмарин-Москва 1990)

Шундай экан энди жисмоний тарбия тушунчасига таъриф берсак, жисмоний сўзини биламиз, тарбия сўзи эса парвариш, вояга етказиш қабиларни қамраб олиши керак. Ўз-ўзидан маълумки, бундай жараён икки томонлама тўғри ташкил қилинган вақт билан чегараланган жисмоний тайёргарликни тарбиялаш билан боғлиқ бўлган дарсда рўй беради. Чунки дарсда ҳаракат малакаларини шакллантириш билан бир вақтда жисмоний сифатлар (куч, эпчиллик, тезкорлик, чидамлилиқ ва эгилувчанлик қабилар) парваришланади ва мактаб дастурларидаги белгиланган синов меъёрларини бажариш имконияти яратилади. Чунки жисмоний машқларнинг асосий истеъмолчиси бу жисмоний тарбия, шундай экан юқорида санаб ўтилган жисмоний сифатлар умумий ва махсус жисмоний машқлар орқали шакллантирилади ва жисмоний тарбия ўз-ўзидан инсон жисмоний маданиятининг бир қисмига айланиб боради. Санаб ўтилган жиҳатларни жисмоний тарбия ўқитувчилари шу соҳа намоёндалари яхши билишади, мақсадимиз бу

тушунчаларга янгилик киритиш эмас, балки мавжуд тушунчаларнинг асосий белгиларини санаб ўтиб, уларни ўрганишда "бошқарув механизми" дан фойдаланиш усулини тартиб қилиш шолос.

СПОРТ- кўп йиллик махсус машқлар натижасида алоҳида кўрсаткичларга, яъни спорт разрядига ва мусобақаларда ҳолибликка эришишга айтилади. Бу ҳолда ҳам жисмоний сифатлар, ҳаракат малакалари шаклланишига эътибор берилади, бироқ жисмоний сифатлар анча юқори, ҳаракат малакалари эса хусусийлашган, яъни муайян спорт турининг талаб ва эҳтиёжларини қондира оладиган бўлади.

ЖИСМОНИЙ ТАЙЁРГАРЛИК- биз жисмоний тарбия иборасига тушунча берганимизда таъкидлаб ўтдик, бу вужудни парваришлаш, вояга етказиш, энди шу тушунчадан келиб чиқиб жисмоний тайёргарлик деганда ниманинг тайёрлигини, парваришланганини англашимиз керак? Албатта, жисмоний сифатларнинг. Демак, қачонки шу ҳушланувчида 5 та, яъни куч, тезкорлик, чاقқонлик, эгилувчанлик, чидамлилиқ кабиларни парвариш қилган бўлсак уни жисмонан тайёр дейишимиз мумкин.

ЖИСМОНИЙ РИВОЖЛАНГАНЛИК- бу ибора ўзи асл мощиятига жавоб бериб турибди, яъни организмнинг ривожланиши тўғрисида фикр юритилади. Антропометрия-антро одам, метрия-ўлчамлаш, яъни инсон тузилишини ўлчаш демакдир.

Ҳозирги кунда ўқитишда ўрнашиб қолган "субъект"- "объект" услубларидан тўлиқ воз кчиш қийин кчяпти, унинг

сабабларидан биттаси талабалар фаоллигини уй\отиш воситалари кам қўлланилади.

Биз ўз мақоламизда шу шолатдан чиқиш йўлларида бирини, яъни бошқарув механизмдан фойдаланиш усуллари сизнинг эътиборингизга хавола қилмоқчимиз.

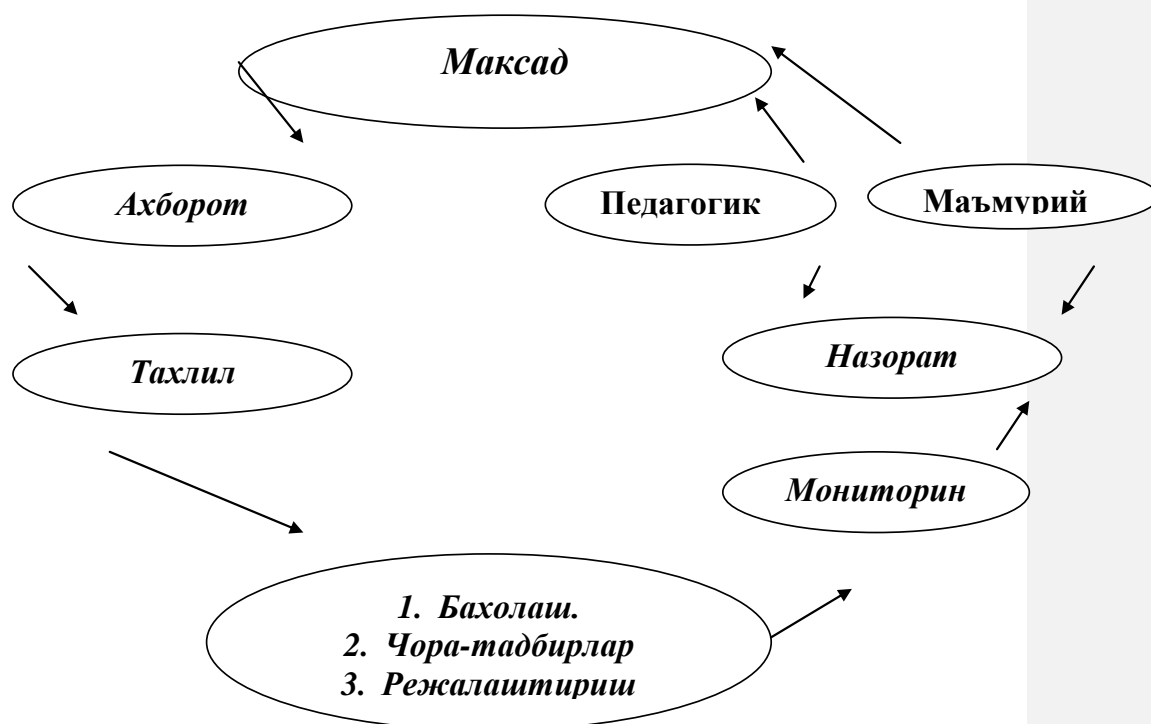
Бошқарув механизми нафақат катта-катта корхоналарни бошқариш ёки иқтисод сиёсатини бошқариш учун қўлланилади, балки маъруза ўқишда ҳам унумли фойдаланилса бўлади.

Бошқарув механизмининг алгоритми қуйидагича: 1.

Мақсад;

2. Таҳлил;
3. Баҳолаш чора-тадбирлари;
4. Мониторинг;
5. Назорат;

лардан иборат бўлиб, қуйидаги шаклда бўлиши мумкин:



Энди шу шаклдан юқорида маъруза мазмунига қўйилган тушунчаларни ўрганиш бўйича қўллаб фойдаланиш йўллари тахлил қилиб кўрамиз.

Таянч тушунчаларни ўрганишдан мақсад:

1. Ушбу тушунчаларни жисмоний тарбия назарияси ва методикаси фанидаги тутган ўрни.
2. Щар бир таянч тушунчага атрофлича таъриф бериш ва амалда қўллаш.
3. Уларнинг ўхшашлик жищатларини ва фарқларини белгилаш.
4. +ўлланиш кетма-кетлигини ўрганиш.
5. Эшитувчилар (талабалар) истагини щисобга олиш.

Энди ушбу мақсадга эришиш учун биринчи взифа, ахборот излаш, манбаалардан фойдаланиш, кутубхона фонди, адабиётлар, интернет ва бошқалар бўлиши мумкин. Ахборот тайёр бўлгандан кейин мавзунинг мақсад бандлари билан қиёслаб кўриш керак, агар бирор-бир банди тўла ечимини топмаса яна ахборотлар қидириш лозим бўлади.

Бошқарув механизмидан фойдаланиш талабалар мустақил ишини ташкил қилишда айнан асқотади. Чунки мавзу мақсадини белгилашда талабалар фаол қатнашиши керак, шунда ахборот қидириш ва уни ечимини ўқитувчи билан хамкорликда топиш мухити яратилади, яъни талаба фаоллашади, щар бир мавзунини ечимини топиш учун ўқитувчи томонидан маъруза сифатида берилган ахборот етарли эмас, чунки бу яна бир томонламаликка олиб келади. Ахборот мақсадни хамма бандларини ёритиб бераоладиган, кўрғазмали, муаммоли хамда музокаралар бўлиши

маъкул бўлади. Талаба музокарада қатнашиши учун тўлиқ муштит яратилиши мақсадга мувофиқ бўлади, бу эса "бошқарув механизми"нинг тахлил қисмида ўз аксини топиши керак. Тўри ташкил қилинган маъруза машўлотларида талаба энг асосийси, синчков тахлилчига айланиши керак, чунки дарс бошида маъруза мақсадини аниқлашда талаба ўзи фаол қатнашчи ва бандларини белгиловчи бўлиб иштирок этган, шунинг учун ҳам у (талаба) олаётган ахбороти орқали мақсад ўз ечимини топаяптими ёки йўқми деб тахлил қилиши муқаррар.

Тахлил орқали талаба берилаётган ахборотларга ижобий ёки салбий қарор чиқариш имкониятига эга бўлади ва унинг натижасини семинар дарсларида, мавзу бўйича ёзган реферат ишланмаларида мунтазам равишда акс эттириб боради.

Ушбу модель (бошқарув механизми) бўлимлари бир-бири билан чамбарчас болиқ ва бири иккинчисининг мантиқий давомчисидир. Чунки қилинган тахлил, бащоланиши керак шамда улар юзасидан чора-тадбирлар белгиланиб, мақсадга олиб бориш йўллари режалаштириш лозим бўлади. Тўпланган ахборотлар тахлили икки томонлама, яъни ўқитувчи томонидан маърузани ўқиш пайтида талабаларга ахборот етказиш жараёнида рўй берса, эшитувчилар томонидан маъруза мазмунини қабул қилаётган пайтида кечади, иккала холатда ҳам машўлот олдида қўйилган мақсад, ахборотлар тахлили учун асосий марра бўлиб қолаверади.

Юқорида эслатиб ўтказганимиздек тахлиллар бащоланади, агар кўзланган мақсадга эришишнинг бирорта банди қолиб кетгудек бўлса, чора-тадбирлар қўллаш керак ва бу жараён қандай кечишига эътиборингизни қаратмоқчимиз, масалан:

жисмоний тарбия ва спортнинг ўхшашлик жищатлари ва фарқини тушунтираётганда улар деярли 90 % бир-биридан фарқ қилмайди. Чунки жисмоний тарбия воситалари иккала шолда шам мавжуд, жисмоний сифатлар тарбияси ўз аксини топган, маш\улотлар мураббий ёки ўқитувчи ращбарлигида ташкил этилади. Иккала шолатда шам санаб ўтилган жищатлар ўсиши кутилади ва х.к.

Энди уларнинг фарқи нимадалигини аниқлаб олиш чоратадбирларини кўриш учун эшитувчиларга умумий жисмоний тайёргарлик ва махсус жисмоний тайёргарлик шақида алохида тўхталиб ўтиб, ундан кейин спорт- таянч тушунчасининг жисмоний тарбиядан фарқи ёритилиб берилса мақсадга мувофиқ бўлади.

Мана шу тарзда моделнинг тахлилий қисмидан кейинги дарсинг техналогиясини режалаштириш бўлимига ўтилади.

Мазкур механизмда режалаштириш қисми дарсинг структураси ёки услубиётини ёритишнигина кўзда тутиб қолмасдан балки ўзидан олдин келадиган "ахборот", "тахлил" бўлимларининг шам камчиликларини ва рўй берган хатоларининг сабабларини аниқлаб уларнинг қайтарилмаслик режаларини тузиш имконини беради. Бошқарув механизмидан фойдаланишда муштим жищатлардан бири щисобланган Мониторинг ва Назорат бўлимлари алошида ашамиятга эга, чунки юқорида таъкидлаб ўтилган хамма жищатлар синчиклаб кузатилиб борилади ва уларнинг натижаси рейтинг тизими асосида назорат қилинади.

Мана шу асносида мониторингнинг муштимлигини битта мисол билан мустахамлаб кўйиш фойдадан холи бўлмайди.

Масалан: нима учун аввалги "5" баллик баццолаш тизимидан воз кечилди ва нима учун 100 баллик рейтинг назоратига ўтилди? Саволига жавоб қидириб кўрайлик.

Бунинг жавобини топиш учун масалани саволнинг иккинчисидан бошлаш маъқул бўлади. Чунки 100 баллик рейтинг баллини тўплашда, шар бир мавзу алоҳида сон билан ифодаланган баллар билан олдиндан белгиланади ва яхлит битта рақам тўплангунча талаба уларнинг йи\индиси нималардан иборат эканлигини билиб боради, бир сўз билан айтганда рейтинг балларида ошкоралик ва аниқлик мавжуд ҳамда талабанинг иштироки тўлиқ таъминланади, "5" баллик баццолаш тизимида эса субъективизимга йўл қўйилар эди, баццолар мезони аниқ бўлмаган, талабалар иштироки таъминланмаганлиги билан машщур эди.

Яна мониторинг билан бо\лиқ битта жищат, яъни маъруза мавзусига жорий ва оралиқ баллари учун ажратилган 85 баллдан дейлик 7 баллни берилган бўлсин, шундан талаба 7 балл тўплаш учун мавзунинг ичидаги талабларни қисмларга бўлиб баццоланаётганининг гувоҳи бўлиши керак., мисол учун ўтилаётган мавзунинг жисмоний маданият тушунчасига тўлиқ таъриф берса-2 балл, жисмоний тарбия-0,7, спорт-0,9, жисмоний тайёргрлик-0,8, жисмоний ривожланганлик-0,6, жисмоний камолот-2 балл хажмида белгиланиб эшитувчига мавзунини ўтишдан олдин эълон қилиб қўйиш талабалар билимини рейтинг тизими орқали баццолаш талабларига тўлиқ жавоб беради.

Шундай қилиб бошқарув механизми услубидан фойдаланишда маъруза олдига қўйган мақсадга эришиш унинг шар бир бўлимидан унумли фойдаланишни тақазо этади. Агар

мақсадга тўла эришиш қийин кечса ушбу механизмнинг бўлимлари хиссасини синчиклаб тахлил қилиб кўриш керак, чунки битта бўлимнинг хатоси иккинчисига албатта таъсир қилади.

Хулоса қилиб айтганда ушбу технологиядан фойдаланиш талабаларни фаоллаштиради ва ижодий фаолиятни ривожлантиради.

Спорт методикасида мураббийлар касбий

тайёргарлигининг мазмуни ва йўналиши

ТВДПИ А.Н. Абдиев., У.Н. Абдиев

Аннотация

В данной статье даются основнўе направления профессиональной подготовки тренеров по индивидуальном видам спорта.

Так же подчеркивается необходимость моделирования специалнўх умений тренера с целью повўшение эффективности ведения занятий со спортсменами в индивидуальном уроке. Раскритў пути формирования специальнўх умений, систематизированў методў ведения занятий со спортсменами различной подготовленности.

Resume

The main concepts of coaches' professional training on individual kinds of sport are given in this artikles.

The necessity of modeling special habits and skills of coach in improving of effective training course in individual work with sportsmen is underlined.

Ways of forming special skills and habits are demonstrated, methods and forms of conducting lesson are specialized.

Practical value of this article is in demonstration of ways of forming sportsmen's special skills and habits and systematization of methods and forms conducting lesson in training sportsmen at different levels.

Умумий педагогик кўникмаларни ўрганишнинг назарий ва методологик асосларини ишлаб чиқишнинг дастлабки шарт-шароитлари инсон фаолияти муаммоларини таҳлил қилиш шисобланади. Фаолият борлиқни англаш ва ўзгариш жараёни сифатида алоҳида ҳаракатлар тизимига муайян объектни эгаллаш актларига бўлинади. Онгли ҳаракат башорат қилинаётган мақсад ва дастурни амалга ошириш жараёни сифатида тавсифланади, фаолият тизимининг тузилмавий бирлигини ташкил этади.

Инсон фаолиятини шакллантира туриб унинг дастурини башорат қилиш билан боʻлиқ бўлган вазифани ҳал этади. Дастур моҳияти образ ва ҳаракат образини, яъни инсон ҳаракатининг мўлжали деб номланувчи ҳаракат комплексини бажариш пайтида таянадиган шарт-шароитлар тизимини ўзида мужассам қилади.

Ҳаракатнинг бажарилувчи қисми муқобил тарзда ҳаракатни бажариш учун объектив зарур бўлган шароитлар тизимини излаш билан тўқнашади. Бундай шароитларга ҳаракат мақсади, предмети ва усули киради. Вазифанинг ҳал этилиши объектив шароитларга мос бўлган ҳаракатнинг мўлжал олиш асосини тузишдан, ҳаракатни бажариш учун зарур шароитларни яратишдан иборат.

Касбий фаолият тадқиқотчилари томонидан бундай фаолиятнинг умумлаштирилган мақсадларига бўйсундирилган касбий вазифалар тизими сифатида кўриб чиқилади ва моделлаштирилади. Муайян ҳаракатнинг ўзи, бошқа янада мураккаброқ ҳаракат таркибга қўшилиб, ўзининг мақсадга йўналтирилганини йўқотиши, автоматлашиши, малакага айланиши мумкин.

Кўникмалар ижтимоий-рухий ходиса сифатида муайян вазифаларни ҳал этувчи алоҳида фаолиятнинг субъект томонидан эгалланганлигини ифодалайди ва ўз навбатида, бу субъект томонидаги онтогенез жараёнида эгалланадиган ҳаракатдир.

Кўникма ва малакаларнинг тавсифи уларнинг ҳаракат эгалланишининг турли жиҳатлари ҳамда даражаларини акс эттириши нуқтаи назаридан шозирга қадар баҳолашув фани щисобланади. Тушунчалар ва қарашлардаги тафовутларнинг сабаби «кўникма» тушунчасининг кўп маъноли эканлигидир. Мазкур тушунча орқали фаолиятнинг турли даражада эгалланишини акс эттиришга интиладилар. Шу билан бирга таъкидланадики, билимлардан сўнг келадиган ҳамда малакага айланадиган элементар кўникмалар (элементар фаолият) мавжуд. Аввал онгли равишда бажариладиган ҳаракат ўрин эгаллайди, сўнгра бу ҳаракат янада мураккаброқ ҳаракат таркибига киритилади. Бу ерда у охиригача "ишлов олади" ва деяри автоматлашган тарзда бажарилишни бошлайди.

Алоҳида фаолиятларнинг маълум бир турларини кўп марта такрорлаш уларнинг бажарилиш услубини автоматлаштириши, айрим фаолиятларни малакага айлантириши мумкин.

"Кўникма" категориясини ҳаракатларнинг онглилиги, режалилиги ва эвристик муолажаларда фаолият мақсадларига эришиш усулларининг вариантлилиги щамда самарадорлигининг бирикишини назарда тутган щолда таърифлаш зарур.

Кўникмада ифодаланган ҳаракатлар ва операциялар тузилмавий функционал тарзда комплексланади. Ташқи ва ички ҳаракатларнинг

бирлиги (улар стереотип ҳамда амал қилиш жараёнида мунтазам янгилашиб туради) кўникмада сифат жиҳатдан янги қирраларга эга бўлади. Шунинг билан бир кўникма ижодий фикрлашга боғлиқ бўлади. Кўникма шунинг билан бир объектни ўзгартиришга қаратилган онгли мақсадга йўналтирилган микрожараён, ҳаракатларни бажаришдаги юқори малака кўрсаткичи бўлиб ҳаракат субъектида фаолиятнинг турли вазиятларидаги фойдалана олиш қобилиятининг яхши шаклланишини акс эттиради.

Мақтаблар, олий ўқув юртлири ҳамда коллежлар учун жисмоний тарбия ўқитувчиси, спорт турлири бўйича мураббий оммавий жисмоний тарбия бўйича ўқитувчи-ташқилотчилар хусусий қоидалардан ташқари, умумий қирраларга ҳам эга. Шунинг учун шунинг билан бир турдаги касб фаолияти учун умумий ҳамда махсус қирралар мазмуни ўргатилаётганларни йўналтирилган тарзда тайёрлаш ва ўз-ўзини тайёрлашни таъминлайди. Шунинг билан бир спорт ихтисослигидаги педагог учун қуйидаги кўникмалар зарур: машқни қисқача тушунтириш; кузатиш учун жой танлаш; машқулотларни ўтказишда йўл қўйилган шахсий ҳатоларни таҳлил қилиш ва уларнинг сабабларини очиқ бериш, ўқувчилар томонидан йўл қўйилаётган ҳатоларни сезиш; уларни тузатиш индивидуал ва ёш хусусиятларининг номоён бўлишини аниқлаш. Шунинг билан бирга бир қатор касбий педагогик кўникмалар маълум бир спорт турлири учунгина хосдир, масалан, эштиётлаш усулларининг турлиридан фойдаланиш, ёрдам кўрсатиш учун жой танлаш шулар жумласидандир. Айнан ўқувчиларнинг амалий ҳаракатлари самарадорлиги шунга боғлиқ бўлади. Эштиётлаш усуллари ўқитувчи томонидан унинг амалий фаолиятида махсус ўрганилиши ҳамда такомиллаштирилиши лозим, чунки улардан моҳирлик билан ва ўз вақтида фойдаланиш мураккаб ва хавфли ҳаракатларга ўргатиш муддатларини қисқартиради, шуқулланувчиларга руҳий тўсиқни енгиб ўтишига ёрдам беради. Мураббийнинг ўқувчиси ва унинг рақиблари кучини шотисона башолай олиш кўникмаси спортчиға сафарбарланишиға, руҳий тўсиқни енгиб ўтишиға ҳамда қўйилган вазифани яхши уйддалашиға ёрдам беради. Мураббий машқулотларининг

хамма асосий омиллари шамда кўрсаткичлари хажмининг шиддати ва зўриқиши, техника, тактикасини такомиллаштиришда машқларнинг танланиши, мушак ишининг, шунингдек дам олиш шамда овқатланиш тартиби, организмнинг юкламадан сўнг тикланиш тизими, руций шолат ва бошқаларни шисобга олиш шамда оптимал чегараларда сақлаб туришни билиши лозим.

Жанг майдонларида содир бўлаётган вазиятларни кузата билиш, ижодий фикрлаш шамда тахлил қила олиш-спорт турларида мураббий махсус тайёргарлигининг етакчи сифатидир, чунки иштирок этишдаги муваффақият нафақат жамоанинг кучлар нисбатларига, балки моширлик билан бошқаришга, кучлари тенг бўлган жамоалар ёки бирмунча кучли жамоалар билан бўладиган курашда мураббийнинг бошқариш ва танаффуслардан моширона фойдаланиш санъати кўп шолларда ўйиннинг боришига шал қилувчи таъсир кўрсатиши мумкин.

Циклик спорт турларида тайёргарликни бошқариш жараёнининг самарадорлиги кўпинча мураббийнинг, спортчиларнинг функционал шолати тўрисидаги олинган шолис тезкор ахборотларни тўри тахлил қила олиш малакасига бошлик. Бу эса уларнинг тайёргарлигига фаол таъсир кўрсатиш, тез ва аниқ қарорларни қабул қилиш, янада самаралироқ ҳаракат қилишга имкон яратади.

От спортида мураббий учун спортчи ҳаракатларинигина бошқариш етарли эмас. Бутун машўлот давомида у шам чавандоз, шам отнинг ҳаракатланиш сифатини, турли хилдаги тўсиқлардан қай тарзда ошиб ўтаётганлигини кузатиб туриши зарур. шунинг учун от спортида отдан мусобақаларда янада тўрироқ фойдаланишни белгилаб олиш малакаси мураббий санъатининг таркибий қисми шисобланади.

Спорт техникасини ўргатишда ўқувчига талаб қилинаётган шолатни эгаллаш шамда зарур ҳаракатларни бажаришга ёрдамлашиш малакаси катта ашамиятга эга. Бунда спортчида мустақил бажариш пайтида пайдо бўладиган хиссиётларга яқин бўлган кинетик сезгилар асосида жанг техникаси тўрисида тасаввур шосил қилади. Яшлит бутун машқни

бажариш пайтида шам ўқувчига шундай ёрдам кўрсатиш мумкин. Масалан, акробатик сакрашда кўтарилиш пайтида сакровчини юқорига итариб юбориш мумкин. Бундай аралашув фойдали, лекин ўқитувчидан ёрдам беришнинг тегишли услублари борасидаги кўникмаларни талаб этади.

Чан\и спорти ва қишки шамда мураккаб техникани талаб этувчи бошқа спорт турларида маш\улотлар ўқитувчи учун сезиларли даражада қийин вазиятларда ўтади. Бунинг устига гуруш ва ўқитувчининг деярли доимо ҳаракатда бўлиши, тушунтиришда шу\улланувчилар гурущининг чўзилиб кетганлиги қўшилиб вазиятни мураккаблаштиради. Бу эса ўқитувчидан ўзига хос кўникмалар, педагогик ва ташкилотчилик малакаларини талаб этади. Ўқитувчи шунингдек маш\улотлар ўтказиладиган жойни танлаши ва маш\улотлар воситалари шамда услублари билан бир қаторда уларнинг шолатини шам ўзгартириб тура олиши, спортчиларга нисбатан энг яхши ўринни топиши ва спорт техникасини яхши эгаллаган бўлиши лозим.

Яккакураш спорт турлари ва спорт ўйинларида мураббийнинг ўқувчи билан индивидуал ишлари орқали спорт техникасини ўргатиш шамда техник-тактик жиҳатдан такомиллаштириш кенг қўлланилади. Бу жиҳатлар боксда "ясси қўлқоп" да ёки қўлқопларда стол теннисда, стол олдида, қиличбозликда эса қурол билан ишлашда кўринади.

Мураббий, ўқувчи билан бўлган бевосита алоқада пайдо бўлган хулосаларига асосланиб муайян кўникмани эгаллашдаги камчиликлар тў\рисида энг тў\ри танбешларни бериши, оптимал вазиятни яратиши мумкин. Бунинг учун мураббий ўқувчи билан бўладиган ҳаракат муносабатларини аста-секин мураккаблаштириши, мусобақаларда доимо юзага келадиган вазиятларга ўхшаш бўлган тактик ҳолатларни ярата олиши лозим.

Шундай қилиб, мураббий индивидуал дарсда бир вақтнинг ўзида беллашувни олиб бориш техникасининг спортчи томонидан эгаллашига

ҳаракат қилаётган ўқитувчи ва шунингдек, ўз ҳаракатлари билан мақсадларга эришиш учун шароитлар яратувчи шахс сифатида қатнашади.

Кўпгина спорт турларига ўрганишнинг асоси бу машқларни мураббийнинг ўзи кўрсатиб беришидир.

Бажаришга тақдим этилаётган ҳаракатларга намунавий шолда намоёиш қилиш қобилияти техникага бошлан\ич ўргатиш босқичида, айниқса ўқувчининг кузатишлари деярли ягона ахборот манбаи шисобланадиган даврда ашамиятга эга. Спортчи кузата туриб, спорт техникасининг яхлит суратини тиклашдаги ҳаракат деталлари (қисмлари), уларни бажаришидаги қийинчиликлар ва бошқалар тў\рисида тўлиқ тасаввур шосил қилиши мумкин.

Спортчилар тайёргарлигининг турли босқичларида мураббийлар ишида машқларни кўрсатиб бериш ва тушунтириш даражаси бир хил эмас. Жумладан, спорт техникасининг такомиллашуви жараёнида ҳаракатларни тушунтириш малакаси (у яшлит ёки қисмларга ажратилган бўлишидан қатъий назар кўрсатиб беришдан) устун туради. Шу билан у ёки бу машқнинг нима учун ва қай тарзда бажарилишини кўрсатиб бериш орқали моширона тушунтириш биргаликда олиб борилганда ёш спортчиларга техникани эгаллаш жараёни оптималлашади.

Хатоларни аниқлаш ва уларни ўз вақтида тузатиш мураббийлар маҳоратида алошида ўрин эгаллайди. Айниқса бошлан\ич даврда хатоларни кўрсатиш, уларнинг пайдо бўлиш сабабларини аниқлаш ва уларни бартараф этишнинг энг самарали усулларини кўрсатиш жуда муҳимдир. Бунинг устига, хатонинг энг замонавий ўргатиш воситалари ҳамда услублари шам ихтисослашган ҳаракатларни эгаллашда хатолардан тўлиқ холи бўлиш имконини бермайди. Шунинг учун ҳеч қандай техника воситаси хатоларни аниқланиш ва бартараф этиш ўрнини ҳеч босолмайди.

Бироқ ўқувчи томонидан йўл қўйиладиган хатони кўрабилиш кўп холларда нафақат педагог тажрибасига балки кўпинча кузатиш учун жойнинг танланишига ҳам бо\лиқ бўлади.

У кўпинча мушм шусусиятга эга бўлади. Шунн шисобга олиб, мутахассислар тайёргарлигини бащолаш мезонларини ишлаб чиқишда шунн эътиборга олиш жоизки, бир турдаги кўникманинг ифодаланиш даражаси бошқасининг ифодаланиш даражасини бащолаш учун асос бўлиб хизмат қилиши мумкин.

Юқоридагилардан шундай хулоса қилиш мумкинки, мураббийнинг касбий фаолияти элементларини эгаллаш жараёнини такомиллаштириш, пелагогик мащоратни шакллантириш учун, биринчи навбатда, танланган мутахассислик учун зарур хос бўлган билим, кўникма ва малакалар рўйхатини аниқлаб олиш, шунингдек тайёргарликнинг умумий пелагогик даражасига бўлган талабларни янада аниқлаштириш талаб этилади.

*Мураббийнинг тайёргарлик даражасини акс эттирувчи
фаолиятининг асосий таркиби.*

ТВДПИ А.Н.Абдиев., Р.Н.Абдиев

Аннотация

В данной статье раскрыть основной состав и степень подготовленности тренера для ведение занятий в спортивных секциях. Так же указано на допускаемье ошибки в тренерами различной категории и причины этих ошибок. Замечано, что в зависимости от подготовленности занимающихся способ применения приёмов тренерами отличаются

Resume

This artikle investigates the trainer's tactics and strategy in structuring training course, degree and professional qualification level in conducting occupations (classes) in sport sections. Varionts types of mistakes faked during the work, different reasons made are researched in the article.

It's pointed out that all the problems concerting them can be avoided of in the process of Training and it dependsou sportsmen level of habits and skills.

Яккакураш спорт турларида техник-тактик такомиллаштиришни индивидуаллаштириш зарурияти тайёргарликнинг ўзига хос хусусияти шисобланади. Бунда ўргатиш жараёнида ўқувчилар билан муносиб ўзаро муносабатларни таъминлайдиган мураббийга, хусусан унинг кўникмалари ва малакаларига қатъий талаблар қўйилади.

Яккакураш спорт турларида индивидуал дарснинг қўлланилиши ушбу спорт турларига хос бўлган кўп сонли мураккаб координацияли усуллар ва ҳаракатларнинг тезкорлиги шамда аниқлиги хусусиятлари, шунингдек турли хил рақиблар билан яккама-якка олишиш шароитларида уларга эришиш қийинчиликлари билан тавсифланади.

Ёш спортчиларни тайёрлашда, айниқса I разрядга эришиш даврида мураккаблаштирилган материални жуфтлик машқлари шароитларида эгаллаш етарлича самара бермайди. Шунинг учун, спортчилар малакаси қанча юқори бўлса, улар индивидуал техник-тактик такомиллаштиришга шунчалик муҳтож бўладилар. Бунда ўқувчилар билан бевосита алоқада мураббийлар томонидан моделлаштириладиган вазиятлар қўлланилади.

Яккакураш услубий шартларга асосланган шолда тузилган, индивидуал дарсларда мураббий спортчи билан энг оптимал масофавий ва операцион ўзаро муносабатни яратиш имкониятига эга бўлади. Шундай қилиб, мураббий индивидуал дарсда бир вақтнинг ўзида шам ўқитувчи ва шам ўз ҳаракатлари билан шуқуланувчиларни техник-тактик такомиллаштириш учун турли вазиятларни яратувчи шерик сифатида қатнашади.

Мураббий бундай дарсда нафақат ўқувчининг ҳаракатларини, уларнинг турли фазалардаги шамда якуний шолатларини мунтазам назорат қилиш, балки зарур шолларда машқнинг боши ёки охирини мураккаблаштириш ёки соддалаштириш, масофа, ҳаракат амплитудаси ва тезлигини ўзгартириш имкониятига эга.

Индивидуал дарслар маълум бир маънода ижодий мешнатнинг аниқ ифодаланган шакли шисобланади. Бу ерда мураббий-ўқувчи билан биргаликда, дарс ташкил қилинишининг бошқача усулларига нисбатан, ўрганилаётган материал даражасини такомиллаштирилаётган шужум ва щимоя харакатларининг бажарилишига бўлган талабни аста-секин ошириб бориб, бир вақтнинг ўзида шу\уланувчиларнинг кенг камровли ихтисослашган харакатлари техникасининг сақланишини таъминлаган холда тез ўзгартиришга эришади.

Индивидуал дарсда маълум вақт ичида, мураббий ва ўқувчининг саъй-харакатлари хусусиятига кўра кўпроқ спортчиларни ўргатиш, харакатларини такомиллаштириш ва тарбиялашнинг турли педагогик вазифаларини шал этишга эришилади.

Индивидуал дарсда тайёргарликни техник-тактик такомиллаштириш вазифаларини амалга оширишда қўлланиладиган воситалар щамда услубларнинг натижалари бир қанча услубий таркибларга бо\лиқ бўлади. Улар орасида мураббийнинг харакатланиш техникаси, унинг жавоб қайтариш аниқлиги, оптимал масофа ва қўллар щамда гавда щолатига риоя қилиш ва умуман спортчиларнинг тайёргарлик даражасини ифодаловчи деярли барча элементлар эгаллайди.

Яккакураш турларини ўргатишдаги мувоффақият кўпинча мураббийнинг педагогик даражасига бо\лиқ бўлиб, у эса билимлар, кўникма ва малакалардан ташкил топади. Улар ёрдамида мураббий ўқувчига таъсир кўрсата туриб техника ва тактиканинг берилиши, мустахкамланиши щамда такомиллашишига эришади, бунда ўқувчининг фаол харакат қилишига эришади, энг мушцими сифатларини тарбиялайди щамда унинг функционал тайёргарлигини таъминлайди.

Мураббийнинг қиличбозлик бўйича индивидуал дарсдаги ихтисослашган харакатлари техникаси, одатда, спортчининг спорт

техникасидан ажралиб туради. Бунда мураббийнинг қурол билан ҳаракатланиш сифати қиличбозларнинг техник жиҳатдан тез ўсишини таъминлаш учун мушм ашамиятга эга ва бундан ташқари, унинг ти\ билан бажариладиган ҳаракатлари қурол турига қараб шартли шамда ўзига хос тавсифга эга бўлади.

+иличбозлик бўйича мураббийнинг шахсий қуролини ишлата олиши, дарса педагогик жиҳатдан оқилона, жанг шароитларига яқинлаштирилган шолда ҳаракат қила олиш кўникмалари ўқувчининг хавфсизлиги, унинг техник асослари шамда ҳаракатларни кўллаш тактикаси турларининг тўри эгалланишини, шунингдек мушм сифатларнинг тез ва ихтисослашган шолда номоён қила олишини таъминлайди.

Мураббийнинг қиличбозларни индивидуал ўргатишда кўллайдиган ихтисослашган малакаларига қуйидагилар киради: усуллар ва ҳаракатларни турли хил рақиблар учун кўрсатиб бериш; қурол, оёқлар ва гавда билан шужумга тайёргарлик ҳаракатлари, шужум шамда щимоя ҳаракатлари ва уларнинг бирикмаларини бажариш; ўқувчи томонидан айрим ҳаракатлар ёки уларнинг комбинацияларини маълум бир ёки тахминий кетма-кетликда кўллаш бўйича тактик вазифаларнинг шал этилиши учун турли хилдаги вазиятларни яратиш.

Мураббийнинг ўқувчи билан ўзаро муносабатларига асосланган кўпгина шолатлар, у шол техникани такомиллаштириш вазифаларини шал этишда, шол ҳаракатларни кўллаш учун шароитларни яратишда бўлсин, жуфтлик машқларида улар мураккаблашади, чунки машқ бажаришда рақиб кўпроқ "қаршилиқ кўрсатишга" ўргатилган бўлади. Шунингдек, унга маълум бир даражада билимлар шамда ўз ҳаракатлари билан беллашувдаги яккама-якка олишиш тавсифларини оптималлаштириш учун "хизмат кўрсатиш" бўйича махсус тажриба шам зарур. Мураббий ўзининг шужумга тайёргарлик ва щимоя ҳаракатлари билан, ўрта шамда узоқ оралиқ масофаларни ўзгартира

бориб, дастлабки ва якуний шолатларни алмаштириб, четга уриб бориш орқали шужумларни (жавобларни) қайтариб, тўридан, ярим айланали щимояларни қўллаб турли хилдаги вазиятларни яратади.

Беллашувлар давомида мураббий шужумларни (жавобларни) қайтаради, жавоблар (қарши жавоблар) ва бошқа харакатларни бажаради, уларни хақиқий жангдаги зўриқиш даражасигача етказади.

Боксчиларни тайёрлаш амалиётида мураббий билан "ясси қўлқоп"ларда ёки қўлқопларда ишлаш жараёнида уларни индивидуал ўргатиш ва такомиллаштириш қонуниятлари щолида умумий қилиб қабул қилинган. Гурущларда ўргатиш бир қатор афзалликларга (бир турдаги техникани эгаллаш учун қулай шароитлар, щамма шу\улланувчиларнинг мураббий томонидан бир текис кузатилиши ва щ.к.) га қарамай, баъзи камчиликларга эга.

Энг асосийси шундаки, мураббий гурущларни бўлиб ўргатишда усуллар бажарилиш техникасининг эгалланиш жараёнини етарлича бошқара олмайди.

Айнан мураббий боксчи билан бевосита ишлаш жараёнида усулларнинг бажарилиш сифатини тезкор бащолашга асосланган щолда муайян малакаларни эгаллашдаги камчиликлар тўрисида аниқ танбещлар бериши мумкин.

Агар мураббий боксчини техникага бевосита қўлқопларда ўргатса, унинг натижаси янада самаралироқ бўлади. Лекин бу мусобақаларда иштирокини яқинда томонлаган ва нисбатан ёш мураббий учун рухсат бериладиган услубдир. Кўпгина щолларда боксда индивидуал ўргатиш "ясси қўлқоплар"дан фойдаланиш бир қатор шартларга амал қилишни тақазо этади: шу\улланувчилар харакатларининг шиддатини бошқариб турадиган мураббийнинг ёши ҳамда унинг харакатчанлигини щисобга олиш ва щ.к. Боксчи техникаси ва тактикасини мувоффақиятли такомиллаштириш

бутунлай унинг руший сифатлари шамда ихтисослашган сезгилари-масофани хис қилиш рингда мўлжал олиш, вақтни хис қилиш, фикрлаш, жавоб қайтариш тезлигининг ривожланиш даражасига боʻлиқ.

Бу сифатлар ўқув машʼулотлари давомида спортчига махсус педагогик таъсир қилиш орқали шакллантирилади. Мураббий, "ясси қўлқоп" лар билан бажариладиган машқларни қўллаётиб, боксчини зарбалар ёки серияли зарбалар учун сигнал бўлиб хизмат қиладиган маълум бир шолатга туширади, "ясси қўлқоп" лар билан рақиб зарбаларига ишора қилади ва бу зарбаларга спортчининг щимояланишлар (ёки қарши зарбали щимояланишлар) билан жавоб қайтаришга мажбур қилади. Боксчи томонидан аввал "ясси қўлқоп" ларга серияли зарбалар бериладиган, сўнгра ўқитувчининг буйруғига кўра масофани кескин ўзгартириб, щимояга ўтиладиган ва кейин яна зарбалар бериладиган машқлар энг самарали щисобланади. Мураббий, спортчиларда жавоб қайтариш тезлигини ривожлантираётиб, уларда буйруқларни (кўрсатишлар, зарбалар, очилишлар ва бошқ.) фарқлашга бўлган кўникмани щосил қилади; машқларни бажариш пайтида тўсатдан ўзгарадиган шартли хусусиятга эга, рақиблар томонидан қўлланиладиган харакат ўлчамларидан ажралиб туради, чунки мураббий жисмонан ўқувчига тўлиқ хажмли қаршилиқ кўрсатишга қодир эмас. Бундан ташқари, мураббий, рақиб харакатларини ишора орқали бажараётиб, жарохат олишдан сақланиши лозим. Демак, мураббий фаолиятининг, шунингдек унинг тайёргарлик даражасини акс эттирувчи фаолиятининг асосий таркиби объектив хусусиятга эга шамда яккакураш спорт турларида мутахассисларни тайёрлаш ва малакасини ошириш усулиятини такомиллаштириш учун тизимлаштиришни тақозо этади.

*Мураббийлар хато содир қилишида нисбийликнинг
пелагогик асослари*

ТВДПИ А.Н.Абдиев.,

О.С.Жуманов.,

А.Х.Абдуллаев.Т.Ф.Барсукова.

Аннотация

В данной статье даётся сравнительная оценка деятельности тренера различной категории, делается анализ систематически повторяющихся ошибок, самоставляется и сравнивается степень влияния их на эффективность проводимых тренировочных занятий.

Resume

This article gives the comparative analysis and examining of habits and skills of tryners of different categories and systematisation of typical mistakes and its inflence on the basis of exemining and analysis trouble promlems.

Индивидуал дарсларда мураббийнинг касбий-педагогик мащорати спортчининг техник-тактик такомиллаштириш вазифаларига мос келувчи машқ воситаларининг танланиши билан аниқланади. Агар амалда бундай қонуниятларга амал қилмаса ва машқ\улот воситалари педагогик талабларга жавоб бермаса олий малакали мураббийларнинг 95%,65%-биринчи тоифали ва 65% иккинчи тоифали мураббийлар шисоблашича, бу хатолар қўпол ва жиддий хатолар шисобланади. Юқори малакали ва биринчи тоифали мураббийларнинг берилган хатоларга насбатан муносабатларида шам жиддий фарқлар ($P<0,05$) мавжуд. Кўзда тутилган касбий педагогик хатоликнинг спортчилар тайёрлаш жараёнига салбий таъсири даражасини юқори бащолаш бўйича олий тоифали мураббийларнинг ярми бундай хатоларни ўз фаолиятида рўй бермайди деб шисобласалар, 5% ва 15%и кам ва жуда кам шолларда содир бўлади деб шисоблайдилар. 20% мураббийлар фикри шам тенг иккига бўлинади: 10% мураббийлар фикрича берилган хато уларда тез-тез эмас, баъзан, қолган 10% эса баъзан эмас, тез-тез учрайди. Яна 10% олий тоифали мураббийлар эса, машқ\улот воситалари спортчиларни

техник-тактик такомиллаштиришнинг педагогик вазифаларига мос келмаслиги тез-тез ёки жуда тез-тез юз беради деб шисоблайдилар. Бу борада олий тоифали мураббийларнинг ўз ишларига юқори даражада танқидий кўз билан қараганлигини қайд этиб ўтиш лозим.

Бошқа тоифадаги мураббийларнинг (кўрсатилган хатолар тез-тез юз берса, 15% баъзан эмас, балки тез-тез содир бўлади. Биринчи тоифали мураббийларнинг 5%ида бу хатоларга тез-тез йўл қўйилса, 10%ида баъзан эмас, тез-тез содир бўлади. 45% биринчи тоифали мураббий фаолиятида хатолар учраса, бу шолат иккинчи тоифали мураббийларнинг 5%и ва биринчи тоифали мураббийларнинг 20%и найзада қиличбозлик бўйича индивидуал дарсларда улар фаолиятида берилган бундай хатоликлар учрамайди деб шисоблайдилар.

Мураббий индивидуал дарсларда хилма-хил фаолият кўрсатиши, жангда рақиб билан содир бўлиши мумкин бўлган вазиятга яқин ҳолатни яратиши керак. Шу нуқтаи назардан 95% юқори малакали ва 75% биринчи тоифали мураббийлар ўқувчи шимоя соҳасининг бир ва ягона секторига хужум қилишни жиддий ва қўпол хато деб шисоблайдилар.

Иккинчи тоифали мураббийлар берилган хатоликнинг спортчилар тайёрлаш жараёнига таъсирини олий тоифали мураббийларга нисбатан камроқ ($P < 0,01$) баҳолайдилар. Сўровларда қатнашган 10% иккинчи тоифали мураббийларнинг бир қисми буни қўпол хато шисобласа, қолганлари эса хато эмас деб шисоблайдилар, 55% мураббийлар уни унчалик ашамиятга эга эмас деб баҳоласалар, қолган 35% мураббийлар фикрича бу хато умуман ашамиятга эга эмас.

Тадқиқ қилинаётган мутахассисларнинг фикрича юз берган хатолик юқори малакали мураббийларнинг 45%ида, биринчи тоифали мураббийларнинг 25%ида ва қуйи малакали мураббийларнинг 10%и фаолиятида учрамаган ҳолда олий ва биринчи малакали мураббийларнинг

20%ида, шунингдек 10% иккинчи тоифали мураббийларда тез-тез содир бўлади. Бундай ҳолат қиличбозликда махсус ҳаракатлантирувчи малакаларни шакллантириш самарасини пасайтиради, бу эса, ўқувчи билан шужум сошасининг турли секторига заиф ҳолда қаршилиқ кўрсатишига олиб келади.

Индивидуал дарсларда мураббий ҳаракатлантирувчи фаолиятининг операцион таркиби спорт техникасидан кўп жишадан фарқ қилади. Лекин шунга қарамасдан, индивидуал дарсларда ўқувчи билан мулоқотни ташкил этиш педагогга мусобақа жараёнларининг турли эпозодларини самарали ва аниқ моделлаштиришга имкон берадиган техникага эга булишни талаб этади.

Шу билан бирга найзада қиличбозлик бўйича индивидуал дарсларда мураббий ҳаракатлантирувчи фаолиятининг операцион таркибида мушжим камчиликлар ҳам мавжуд, масалан, спортчининг санчишни бажариш вақтида гавда билан қарама-қарши ҳаракатланиши ана шундай камчиликлардан биридир.

Олий малакали мураббийларнинг 100% (40% ва 60%)и ва биринчи тоифали мураббийларнинг 80% (30% ва 50%)и бу ҳатони мос равишда мушжим ашамиятга эга ва кўпол хато деган шулосага эгадирлар. Шунингдек, бу ҳатони иккинчи тоифали мураббийларнинг 20%и кўпол хато деб башоласалар, 55%и уни ашамиятли деб шисоблайдилар. Иккинчи тоифали қолган мураббийлар фикрича эса ёки буни хато сифатида тан олмайдилар ёки ашамиятга эга бўлмаган хато сифатида кўрадилар. Шундай қилиб, уларнинг фикри олий малакали мураббийлар фикридан сезиларли даражада ($P < 0,05$) фарқ қилади.

Берилган касбий-педагогик ҳатолик ҳақида мутахассислар фикрларининг тахлили шуни кўрсатадики, спортчининг санчишни бажариш вақтида гавда билан қарама-қарши ҳаракатланиш вазиятида мураббий ва ўқувчи ўртасидаги масофавий муносабатларда ўзгариш содир бўлади, чунки

қиличбоз вақт жищатидан жанговар бўлмаган вазиятда санчиш учун қуролли кўлларини чўзади.

Бармоқларнинг вақтдан олдин қучланиш одати гарчи спортчи шужумга тайёргарлик ва бошқа жанговар ҳаракатларни аъло даражада бажарган бўлсада, жанг шароитида қисман щалақит беришга олиб келади. Шуниси-эйтиборга лойикки олий тоифали мураббийларнинг 15%ида, биринчи тоифалиларнинг 20% ва иккинчи тоифали мураббийларнинг 30%ида ушбу хатолик тез ва жуда тез учрайди. Шу билан бирга олий тоифали мураббийларнинг 45% ва бошқа тоифадаги мураббийларнинг 25%и фаолиятида кўрсатиб ўтилган гавда билан қарама-қарши ҳаракатланиш кузатилмайди. Иккинчи тоифали мураббийлар фаолиятида берилган хатонинг юз бериш частотаси бошқа ҳамкасбларига қараганда анча юқори бўлишига қарамасдан бу борада ишончли фарқлар қайд этилмайди.

Шужум фазасининг нищоясида мураббийнинг яқуний тезланишдан фойдаланмаслиги кўпол хато щисобланади. Фақат, иккинчи тоифали мураббийларнинг 15%и бу хатоликни ащамиятга эга эмас деб башооласаларда, шу вақтда сўровларда қатнашган кўпчилик мураббийлар уни кўпол хато ва муштим ащамиятга эга деб щисоблайдилар. Гарчи ушбу усулнинг хатолигини мураббийларнинг барчаси инкор этмаган бўлсада, амалиётда бу касбий-педагогик хатолик кузатилади ва биринчи тоифали мураббийларга қараганда иккинчи тоифали мураббийларда кўпроқ ($P < 0,01$) юз беради. Олий тоифали мураббийлар ҳам индивидуал дарсларда баъзан бу хатога йўл қўйсаларда статистик жищатдан аниқ фарқлар қайд қилинмади, буни олий малакали мураббийларнинг ёши ул\айганлиги билан тушунтириш мумкин. Хужумни яқунлаш спортчининг мусобақа фаолиятнинг қандай боришига қараб қийинлашиб боради ва бунинг оқибатида олий тоифали мураббийларда биринчи тоифали мураббийларга нисбатан берилган хатоликнинг юз бериш частотаси юқори бўлиши мумкин.

Шу билан бирга, хужум фазасининг охирида якуний тезланишни бутунлигича олиб қаралса, олий тоифали мураббийларда бу фаолият шар доим шам мувоффақиятли якунланавермайди, баъзан хужумнинг баъзи деталларида (звеноларида) улар ўзаро ўрнини босувчи (айниқса қуролда ҳаракатланиш билан) ҳаракатлар билан юқорида кўрсатилган камчиликнинг ўрнини тўлдириш мумкин.

Найзобозликда қурол учи билан деярли узлуксиз ва турли усулларда кураш кетади. Бу эса спортчидан олдиндан пайқаш (сезиш)нинг юқори аниқлигини, рақибнинг режаларини сезишни ва томошабинлар ҳалақит беришига бардошли бўлишини талаб этади. Буларнинг ҳаммаси мураббий ҳаракатларининг турли-туманлигига, қуролда ҳаракатланиш ва статистик вазиятларга, умуман олганда мураббий техникасига, бўлган заруратни ифодалайди.

Шу нуқтаи-назардан олиб қараганда махсус ҳаракатлар таркибининг бир хилда бўлишини муҳим хато деб баҳолаш мумкин. Буни олий ва биринчи малакали мураббийларнинг 50%и ва иккинчи тоифали мураббийларнинг 45%и шам тасдиқлайди. Мутахассисларнинг фикрича, ҳатолар биринчи ва иккинчи тоифали мураббийларнинг 20%ида, олий тоифали мураббийларнинг 15%ида тез-тез ва жуда тез-тез намоён бўлади. Олий тоифали мураббийларнинг 45%ида ва биринчи тоифали мураббийларнинг 15%ида ҳатолар содир бўлмайди.

Ўзаро ҳаракатларнинг узлуксизлиги ва турли туманлиги найзада, қиличбозликда найза учига алоҳида ўқталишлари бошланишини келтириб чиқаради ва найза жангининг боришини аниқлайди. Шунинг учун, агар мураббий фаолиятида санчиш бажарилгандан сўнг тўхталишлар бўлса ва у ўқувчининг жангни давом эттиришни қийинлаштиради, бу тўхталишнинг спортчилар тайёрлаш жараёнига салбий таъсири ашамиятга эга щисобланади. Бу маълумотларни олий тоифали мураббийларнинг 45%и,

биринчи тоифали мураббийларнинг 65%и ва иккинчи тоифали мураббийларнинг 60%и шам тасдиқлайди. Сўровда қатнашган иккинчи тоифа мураббийларидан биронтаси шам бу хатолик ўзларида содир бўлишини қайд этишмади. Олий тоифали мураббийларнинг 40%ида ушбу хатолик умуман учрамайди, мос равишда 55% ва 20% ида эса у кам ва жуда кам холларда рўй беради. Берилган хатоликнинг юз бериш частотаси иккинчи тоифали мураббийларда юқори малакали хамкасбларига қараганда бироз юқори ($P>0,05$) бўлади. Бу эса индивидуал дарслар техникасининг бўш ўзлаштирилганлигини билдиради ва олий ўқув юртларида "Ихтисослашган" курсларида ўқиш давомида махсус тайёргарликнинг етарли даражада эмаслигини кўрсатади.

Индивидуал дарсларда мураббийнинг қурол билан ҳаракатланиш ва ҳаракатларни алмаштиришнинг миқдорий таркибини ўзгартириб туриши ўта муҳимдир, чунки кўрсатилган ҳаракатлардаги бир типлилик ўқувчига усулларни бажариш учун зарур бўлган вақтни "санаш"га олиб келади, бу эса усуллар ўзаро муносабатида турли реакцияларни танлашда визуал ориентация имкониятларини пасайтиради.

ЖИСМОНИЙ ТАРБИЯ ДАРСЛАРИДА ТАЛАБАЛАР БИЛИМ ВА КУНИКМАЛАРИНИ БАХОЛАШНИНГ ТАКОМИЛЛАШГАН РЕЙТИНГ ТИЗИМИ АСОСИДА КУЛЛАШ УСУЛЛАРИ.

Ўзбекистон Республикаси олий ва урта махсус вазирлигининг "Олий таълим муассасаларида талабалар билимини баҳолашнинг рейтинг тизимини

такомиллаштириш хакида" ги 30.09.05. № 217 буйруги жойларда ижро учун кабул килиниб, хар- бир предметнинг хусусиятини хисобга олган холда укув жараёнига тадбик килина бошланди.

Жисмоний тарбия ва спорт кафедраларида асосан амалий дарслар булиб, укув йили учун намунавий укув режада 68 соат ажратилган, бу эса 34 жуфтлик машгулотни ташкил этади.

Мазкур буйругда хар-бир мавзу бахоланиб борилиши кузда тугилган булиб, улар асосан семинар, лаборатория ва амалий машгулотларда амалга оширилиши курсатиб утилган.

Жисмоний тарбия дарсининг узига хос хусусияти дарсларнинг амалий тарзда утилиши, бу эса рейтинг назорати асосан биринчи дарсдан кейинги дарсларда талабалар эришган рейтинг балларини куйиб боришни таказо килади. Демак, иккинчи дарсдан бошлаб, олдинги дарсни бахолаш кузда тугилиши керак, бу эса укутувчидан дарсга ажратилган вақтдан тугри фойдаланишни талаб килади. Чунки, дарс учун ажратилган 80-90 дакиканинг 20-25 дакикаси олдинги дарс вазифасини узлаштириш даражасини аниклашга сарфланса, айнан шу дарсдаги вазифаларни узлаштириш самараси бироз булсада сусаяди.

Биз 20-25 дакика сарфланади деганда куйидагиларни асос килиб олдик, масалан: 100 метр масофага югуришда, шу турнинг техникаси ва мулжалланган вақт курсаткичи давомида югуриб утиши учун, бир академик гурухда 25 та талаба булса, 3 кишидан "старт" берганда 7-8 марта "старт" кайтарилади. Бу эса хар- бир стартга 1,5-2 дакика вақт сарфланишини таказо этади. Бундан хам куп вақт талаб киладиган спорт турлари бор, масалан: гимнастика дарсида хар-бир талаба алохида-алохида, узлаштирган харакат малакаларини намойиш килиши керак, бунда 25-30 дакика янги дарс хисобидан рейтинг назоратига сарф килинади. Демак, бундай холатлардан воз кечиш керак, бунинг учун укутувчи утилаётган дарс мазмунига ва унга ажратилган вақтга путур етмаган холда рейтинг назоратини ташкил килиши, яъни янги, купчиликни камраб оладиган

услуглар кидириши ҳамда ахборот ва замонавий педагогика технологияларидан оқилона фойдаланишни билиши замон талабига айланиб бораётганини англаш кийин эмас.

Тошкент Вилояти Давлат Педагогика Институтининг жисмоний тарбия ва спорт кафедрасида укув йилининг бошида талабалар тиббий куриқдан утиб булгач 3 та булимга булинади, улар асосий, тайёрлов ҳамда махсус тиббий гуруҳларга ажратилади. Биринчи икки булимдан жисмоний тайёргарлигини аниқлаш учун синов меъёрлари олинади. (1-2 илова)

Илова 1: Асосий ва тайёрлов булими талабаларининг жисмоний тайёргарлигини баҳолаш учун тахминий тест текшируви мезони. (угил болалар учун)

№	ТЕСТЛАР	БАЛЛ БИЛАН БАҲОЛАШ				
		"5"	"4"	"3"	"2"	"1"
1	100 метрга югуриш(сек)	13,2	13,6	14,0	14,3	14,6
2	3000 метрга югуриш (сек)(мин)	12,00	12,35	13,10	13,50	14,30
3	5000 метрга югуриш (сек)(мин)	21,30	22,30	23,30	24,50	25,40
4	50 метрга сузиш (сек)(мин)	40,0	44,0	48,0	57,0	Б/вр
5	Жойидан узунликка сакраш (см)	250	24,0	230	223	215
6	Югуриб келиб узунликка сакраш (см)	480	460	436	410	390
7	Югуриб келиб баландликка сакраш(см)	145	140	135	130	215
8	Турникда тортилиш	15	12	9	7	5
9	"Брус"да таянган холда кулларни букиб тирсакни ёзиш	15	12	9	7	5
10	Турникка осилган холда куч билан кутарилиш	8	5	3	2	1
11	Осилган холда оёқ учини турникка текказиш	10	7	5	3	2
12	Баскетбол тупини саватга тушириш (жарима майдонидан 10 тадан)	5	4	3	2	1
13	Профессионал-кушимча тайёргарлик					

Илова 2: Асосий ва тайёрлов булими талабаларининг жисмоний тайёргарлигини баҳолаш учун тахминий тест текшируви мезонлари. (киз болалар учун)

№	ТЕСТЛАР	БАЛЛ БИЛАН БАХОЛАШ				
		"5"	"4"	"3"	"2"	"1"
1	100 метрга югуриш(сек)	15,7	16,0	17,0	17,9	18,7
2	2000 метрга югуриш (сек)(мин)	10,15	10,50	11,15	11,50	12,15
3	3000 метрга югуриш (сек)(мин)	15,15	17,10	18,00	19,30	20,30
4	50 метрга сузиш (сек)(мин)	54,0	1,30	1,14	1,24	Б/вр
	100 метрга сузиш\ мин, сек.	2,15	2,40	3,50	3,35	4,10
5	Жойидан узунликка сакраш (см)	190	180	168	160	150
6	Югуриб келиб узунликка сакраш (см)	365	350	325	300	280
7	Югуриб келиб баландликка сакраш(см)	115	113	110	108	100
8	Ётган ҳолатида куллар бош оркасида, оёқлар жамланган ҳолда гавдани кутариш	50	40	30	25	20
9	50 см гача булган баландликка кул билан таянган ҳолда кулларни букиб ёзиш	15	10	8	6	4
10	Уриндикда бир оёқда туриб, кул билан деворга таяниб утириб туриш	12	10	8	6	4
11	Умумлашган гимнастик машқларни 32 сановда бажариш	АЪЛОГА БАХОЛАШ				
12	Баскетбол тупини саватга тушириш(жарима майдонидан 10 тадан)	5	4	3	2	1
13	Профессионал-кушимча тайёргарлик					
14	Профессионал-кушимча тайёргарлик					

Тажриба шуни курсатадики, дастлабки синов меъёрлари иловадаги курсатгичдан анча паст. Бунинг объектив ва субъектив сабаблари олиб борилаётган илмий изланишлар оркали урганилмоқда.

Узлаштирилган билим ва куникмаларни баҳолаб бориш уқитувчидан мунтазамлик, ошқоралик ва адолатни талаб қилади. Бу борада жисмоний тарбия кафедраси туплаган тажриба қуйидагилардан иборат. Фанга ажратилган соатлар миқдори, мавзуларнинг узлаштириш мураккаблигини ҳисобга олган ҳолда жорий ва оралик назорати ташкил этилган булиб, булар уз аксини 3- иловада топган. Бунда 17 жуфтлик машгулот мазмунини баҳолаш учун 85 баллни 17 га буламиз, шунда ҳар бир дарсга 5 баллдан тугри келади. (3-илова)

РЕЙТИНГ 1. КУРС
3-илова
1-семестр

№	ТОПШИРИК ТУРЛАРИ	Курсат гич	балл	КУРСАТ ИЧ	Балл	Курсат гич	балл	Курсат гич	балл
1	Киска масофада пастки "старт" ва "старт"дан чиқиш тезлиги техникаси.	"5"	5,0- 4,2	"4"	4,1- 3,3	"3"	3,2- 2,1	"2"	2,0- 1,2
2	Масофа буйлаб югуриш ва маррага келиш	"5"	5,0- 4,2	"4"	4,1- 3,3	"3"	3,2- 2,1	"2"	2,0- 1,2
3	100 метрга тулик югуриш техникаси	"5"	5,0- 4,2	"4"	4,1- 3,3	"3"	3,2- 2,1	"2"	2,0- 1,2
4	Сакрашда депси-ниш техникаси	"5"	5,0- 4,2	"4"	4,1- 3,3	"3"	3,2- 2,1	"2"	2,0- 1,2
5	Учиш ва куниш техникаси	"5"	5,0- 4,2	"4"	4,1- 3,3	"3"	3,2- 2,1	"2"	2,0- 1,2
6	Тулик сакраш техникаси	"5"	5,0- 4,2	"4"	4,1- 3,3	"3"	3,2- 2,1	"2"	2,0- 1,2
7	Чидамлиликни тарбиялаш	"5"	5,0- 4,2	"4"	4,1- 3,3	"3"	3,2- 2,1	"2"	2,0- 1,2
8	Юкори "старт" техникаси ва масо-фа буйлаб югуриш	"5"	5,0- 4,2	"4"	4,1- 3,3	"3"	3,2- 2,1	"2"	2,0- 1,2
9	Бурилишда югуриш техникаси ва маррага келиш	"5"	5,0- 4,2	"4"	4,1- 3,3	"3"	3,2- 2,1	"2"	2,0- 1,2
10	Турникда тортиниш. Ётган холатдан говдани кутариш.	"5"	5,0- 4,2	"4"	4,1- 3,3	"3"	3,2- 2,1	"2"	2,0- 1,2
11	Баскетболда тупни олиб юришва узатиш техникаси.	"5"	5,0- 4,2	"4"	4,1- 3,3	"3"	3,2- 2,1	"2"	2,0- 1,2
12	Тупни саватга ташлаш ва алдамчи харакатлар.	"5"	5,0- 4,2	"4"	4,1- 3,3	"3"	3,2- 2,1	"2"	2,0- 1,2
13	Жарима тупини ташлаш 10 тадан 5 та тушириш.	"5"	5,0- 4,2	"4"	4,1- 3,3	"3"	3,2- 2,1	"2"	2,0- 1,2
14	Укитувчи топшириги билан икки томонлама уйин.	"5"	5,0- 4,2	"4"	4,1- 3,3	"3"	3,2- 2,1	"2"	2,0- 1,2
15	Гимнастика, акрабатика, унг ва чап оёкларда утириб туриш.	"5"	5,0- 4,2	"4"	4,1- 3,3	"3"	3,2- 2,1	"2"	2,0- 1,2

Примечание [11]:

Примечание [12]:

1 6	Ёғочда ва турникда машқлар	"5"	5,0- 4,2	"4"	4,1- 3,3	"3"	3,2- 2,1	"2"	2,0- 1,2
1 7	Турникда оёқларни кутариш90 ⁰ , таяниб сакраш.	"5"	5,0- 4,2	"4"	4,1- 3,3	"3"	3,2- 2,1	"2"	2,0- 1,2

1- курс
2. СЕМЕСТР

№	ТОПШИРИК ТУРЛАРИ	Курсат гич	Балл	Курсат гич	балл	Курсат гич	балл	Курсат гич	балл
1	Валейболда юкоридан туп узатиш	"5"	5,0- 4,2	"4"	4,1- 3,3	"3"	3,2- 2,1	"2"	2,0- 1,2
2	Тупни уйинга киритиш техникаси-нинг бажарилиши.	"5"	5,0- 4,2	"4"	4,1- 3,3	"3"	3,2- 2,1	"2"	2,0- 1,2
3	Хужумкор зарба	"5"	5,0- 4,2	"4"	4,1- 3,3	"3"	3,2- 2,1	"2"	2,0- 1,2
4	Икки томонлама уйин	"5"	5,0- 4,2	"4"	4,1- 3,3	"3"	3,2- 2,1	"2"	2,0- 1,2
5	Сузиш ва сувга урганиш	"5"	5,0- 4,2	"4"	4,1- 3,3	"3"	3,2- 2,1	"2"	2,0- 1,2
6	Эркин сузиш усулида кулларнинг ишлаш техникаси	"5"	5,0- 4,2	"4"	4,1- 3,3	"3"	3,2- 2,1	"2"	2,0- 1,2
7	Эркин сузиш усулида оёқларнинг ишлаш техникаси	"5"	5,0- 4,2	"4"	4,1- 3,3	"3"	3,2- 2,1	"2"	2,0- 1,2
8	Эркин сузиш усулида тулик сузиш ва яхши сузувчини аниқлаш	"5"	5,0- 4,2	"4"	4,1- 3,3	"3"	3,2- 2,1	"2"	2,0- 1,2
9	Унг ва чап оёқларда утириб туриш	"5"	5,0- 4,2	"4"	4,1- 3,3	"3"	3,2- 2,1	"2"	2,0- 1,2
1 0	Юкори старт техникаси ва масофа буйлаб югуриш	"5"	5,0- 4,2	"4"	4,1- 3,3	"3"	3,2- 2,1	"2"	2,0- 1,2
1 1	Бурулишларда югуриш техникаси ва маррага келиш	"5"	5,0- 4,2	"4"	4,1- 3,3	"3"	3,2- 2,1	"2"	2,0- 1,2
1 2	Чидамлиликни тарбиялаш	"5"	5,0- 4,2	"4"	4,1- 3,3	"3"	3,2- 2,1	"2"	2,0- 1,2
1 3	Марш бросок	"5"	5,0- 4,2	"4"	4,1- 3,3	"3"	3,2- 2,1	"2"	2,0- 1,2
1 4	Узунликка сакрашда югуриш ва депсиниш техникаси	"5"	5,0- 4,2	"4"	4,1- 3,3	"3"	3,2- 2,1	"2"	2,0- 1,2
1 5	Учиш ва куниш техникаси	"5"	5,0- 4,2	"4"	4,1- 3,3	"3"	3,2- 2,1	"2"	2,0- 1,2
1 6	Тулик сакраш техникаси.	"5"	5,0- 4,2	"4"	4,1- 3,3	"3"	3,2- 2,1	"2"	2,0- 1,2
1 7	Футбол ва кул тупи	"5"	5,0- 4,2	"4"	4,1- 3,3	"3"	3,2- 2,1	"2"	2,0- 1,2

Энди, талабага тушунарли булиши учун айнан шу 85 баллнинг узини хам умумий жорий назорати хисобидан мезонлаб чикиб, куйидагича таксимлаб чикилади ва талабаларга эълон килиниб куйилади. (4-илова)

85 балл жорий ва оралик балл
15 балл якуний назорат бали

Умумий жорий назорат учун

Умумий оралик назорат учун

"3"бахо-46,8-59,5 балл

"3"бахо-8,2-10,5 балл

"4"бахо-60,4-72,2 балл

"4"бахо-10,6-12,8 балл

"5"бахо-73,1-85 балл

"5"бахо-12,9-15,0 балл

Бир жуфт жорий назорат учун

Семестр якуний назорат учун

"5"бахо-5,0-4,2 балл

86-100 балл-"аъло"

"4"бахо-4,1-3,3 балл

71-85балл "яхши"

"3"бахо-3,2-2,1 балл

55-70 балл"кониқарли"

"2"бахо-2,0-1,2 балл

Шунда улар йиккан баллар сонини уқитувчи томонидан кандай бахоланишини билиб боради ва якуний назорат балларининг умумий бахолашга таъсирини хисоблаб чикиш кийин булмаёқолади.

Мухим жихатлардан бири бу вақтни тежаш, бунинг учун мавжуд услубларни такомиллаштариб, шароит, вазият ва моддий техника таъминотидан келиб чикиб уз вақтида ва меъёрида куллай билиш уқитувчидан катта махорат талаб қилади. Масалан : қиска масофага югуришда керакли жихатларини бахолашда "фаоллик ва онглилик" принципидан фойдаланиш куйидаги қуринишда булиши мумкин. Машқни бажараётган талабалар марра қизигини кесиб утганда уларга фақат вақт курсатқичини баланд овоз билан эълон қилиб қуйиш узи қифоя, шу тариқа

хамма "старт"лар бериб булингач, шу куни узрли сабабга кура, дарсга катнашмаётган талаба ёзиб борган маълумотлар журналга куйиб чикилади.

Гимнастика дарсларида ностандарт спорт жихозларидан фойдаланиш жуда хам кул келади. Масалан: турт бурчак шаклида ясалган турникда 4-8 тагача талаба бирданига машк бажариш имкониятига эга булади. Узунликка сакраш "чукур"часидан унумли фойдаланиш учун, "чукур"чанинг кундаланг кисмидан 3-4 киши булиб, 4-5 метрдан югуриб келиб депсиниш нуктасини топиш техникасини такомиллаштириш машкларини узлаштириш мумкин.

Спорт уйинларида иккита талабага битта ёки хар бирини биттадан копток билан таъминлаш хисобига харакат малакаларини шакллантириш ва узлаштирган куникмаларини уз вақтида бахолаб бориш шароити яратилади.

Шундай килиб, жисмоний тарбия ва спорт кафедраларида рейтинг назоратини ташкил килиш нафакат балларни мавзуларга тугри таксимлаш, балки узлаштиришни ташкиллаштириш хам уқитувчидан, колаверса жами кафедра аъзоларидан билимдонлик, касбий махорат ва услубий кенг мулохазаликни талаб килади.