Ўзбекистон Республикаси Халқ таълими Вазирлиги

Муқимий номли Қўқон Давлат педагогика институти
Битирув малакавий ишни бажарилиш даражасига берилган

ТАВСИЯНОМАЛАР

Жисмоний тарбия назарияси ва методикаси кафедраси
Жамилов Азамат IV „Д" гуруҳ талабасининг
Талаба-қизларга жисмоний тарбиядан назарий билимлар билан қуроллантиришни ижтимоий муҳимлиги
мавзусидаги битирув малакавий иши

Иш раҳбари
Ҳамрақулов Бўлқин Тоҳирович
(исми, фамилияси ва унвони)

Раҳбарнинг хулосаси
Талаба битирув малакавий ишини режалени мавзуга мос тузган, етарли адабиётлардан фойдаланган, ёзган. Ишни ёзишда тадқиқот ишларини олиб борган. Ишни ҳимояга тавсия этаман.
(имзо, муддати) 12.05.12й.

Кафедра мудирининг хулосаси
Талабани битирув малакавий иши билан танишиб чиқдим. Иш режа асосида талаб даражада ёзилган. Иш раҳбари ва тақризчиларни хулосаларига асосланиб ишни ҳимояга тавсия этаман.
(имзо, муддати) М. Тожиев. 21.05.12й

Тақризчининг хулосаси
Талаба битирув малакавий ишини ёзишда режаларни тўғри тузган, етарли адабиётлардан фойдаланган, иши ўзи жараёнида тадқиқот ишларини олиб борган. Ишни ҳимояга тавсия этаман.
(имзо, муддати) 16.05.12й. Тоҳиров М.

Ҳимоя қилиш ҳақида хулоса

Ҳимояга тавсия этаман Р. Раҳулов.
(факультет деканинг имзоси , муддати)

JISMONIY TARBIYA FAKULTETI

Мундарижа

Кириш ……………………………………………………………………….1

I. Адабиётлар тахлили 14

1. Талаба-қизларни жисмоний тарбия ва спортга жалб этишни ижтимоий зарурлиги

2. Олий ўқув юртларида таълим олишни ўзига хос хусусиятлари

II. Олий ўқув юрти талабаларини мақсад ва вазифалари…................... 50

Педагогика институти бакалавр йўналиши жисмоний тарбия

дастурида назарий билимларни тутган ўрни

II. Мавзудан ўрин олган масалани ўрганишга оид социологик тадқиқот...70

1. Социологик тадқиқот мақсади

2. Социологик тадқиқот вазифалари

3. Социологик тадқиқот саволлари

4. Социологик тадқиқот натижалари ва уларни тахлили

IV. Хулоса.. 82

V. Тавсиялар.. 84

VI. Фойдаланилган адабиётлар 86

Жисмоний тарбия ва жисмоний маданият факультети 4"Д" гурух талабаси Жалилов Азамат Авазовичнинг "Талаба-қизларга жисмоний тарбиядан назарий билимлар билан куроллантиришни ижтимоий мухимлиги" мавзусидаги битирув малакавий ишига

Тақриз

Президентимиз И.А.Каримов таъбири билан айтганда "Ўзбекистон ягона Ватан" – деб миллати, тили, динидан каътий назар яшаб келаётган ҳар бир фуқароларга маълумки Ўзбекистон мустақиллигининг 20 йиллигига бағишланган "Буюк ва муқаддассан мустақил Ватан" шиори остида ўтди.

20 йиллигига бағишланган тантанали маросимда Президентимиз барча фуқароларни табриклаб табрик сўзини билдирди. Унда мустақилликда эришганимизни дастлабки кунларидан иқтисодий танглик кийинчиликларни окилона енгилгани бугунги кунда эришган ютуқларимиз тўғрисида қисқа аниқ далиллар келтирилди.

Битирув малакавий ишини режа асосида, керакли мавзуга доир адабиётлардан фойдаланиб ёритган.

Ишни 1 бобида талаба-қизларни жисмоний тарбия ва спортга жалб этишда соғлом бўлишлари ҳақида ёритилган.

Ишни 2 бобида олий ўқув юрти талабаларини жисмоний тарбия билан шуғулланиш натижасида соғлом она ва соғлом фарзандда тамойилларига боғлиқ мақсад ва вазифалар ёритилган.

Мавзуда ўрин олган масалани ўргатишга доир социологик тадкиқот мақсади - вазифалари, тадқиқот натижалари ва уларни тахлили ёритиб ўтилган.

Педагогик кузатув натижалари асосида тавсиялар келтирилган. Ишда баъзи камчиликлардан холи эмас, лекин бу билан иш ўз баҳосини камайтирмайди. Ишни мутахассислар учун услубий маъруза сифатида фойдаланишни тавсия этаман.

Тақризчи : **Ш.Шокиров**

O'ZBEKISTON RESPUBLIKASI XALQ TA'LIMI VAZIRLIGI NIZOMIY NOMIDAGI TOSHKENT DAVLAT PEDAGOGIKA INSTITUTI JISMONIY TARBIYA FAKULTETI

Жисмоний тарбия ва жисмоний маданият факультети 4”Д” гурух талабаси Жалилов Азамат Авазовичнинг “Талаба-қизларга жисмоний тарбиядан назарий билимлар билан куроллантиришни ижтимоий мухимлиги” мавзусидаги битирув малакавий ишига

Хулоса

Битирувчи Жалилов Азамат ўзининг “Талаба-қизларга жисмоний тарбиядан назарий билимлар билан куроллантиришни ижтимоий мухимлиги” мавзусидаги битирув малакавий ишини режа асосида, мавжуд адабиётлар таҳлили бўйича қўйидагиларни келтирган.

Президентимиз И.А.Каримовнинг кейинги йиллар давомида жисмоний тарбия ва спортга берилаётган эътиборлари ва чиқарилаётган қонун, қарор ва фармонларини ўқиб чиққан холатда талаба битирув малакавий ишини кириш қисмини кенг ва аниқ ёритиб беришга ҳаракат қилган. Бундан ташқари талабанинг ишида мавзуга оид адабиётлар таҳлили ҳақида сўз юритганимда адабиётлар тўғри танлаб олинган бўлиб, унда мавзуга оид мутахассисларнинг фикр мулоҳазалари таҳлили асосида талаба-қизларга жисмоний тарбиядан назарий билимлар билан куроллантиришни ижтимоий мухимлигини катта аҳамиятга эгалиги кўрсатилган.

Мавзуда олий ўқув юртида жисмоний тарбия машғулотларини мазмуни , мақсади, “Универсиада” мусобақалари ташкил қилиш ва ўтказишни ўз аҳамияти ва имкониятлари ёритиб кўрсатиб ўтилган.

Тадқиқот хулосалари шундан иборатки, талаба барча қилинган ишлар хусусида хулосаларни ёритиб берган.

Ишни ёритишда кўплаб адабиётлардан фойдаланилган. Ишда баъзи бир камчиликлар ҳам бор. Битирув малакавий иши қўл ёзма шаклда ёзилган бўлиб келажакда бўлажак мутахассислар учун услубий ёрдам сифатида фойдаланиш мумкин. Хулоса қилиб шуни айтмоқчиманки, ишни ҳимояга тавсия этаман.

Рахбар : Т.Ҳамрақулов

Кириш.

Навқирон республикамизда истиқлолнинг 20 йиллиги давомида қандай ислоҳатлар фуқароларимизнинг барча қатламларини соғломлаштиришни инсонга муносиб фаровон ҳаёт, озод ва обод Ватан турмушини тарзини яратиб бериш йўлида олиб борилмоқда. Айниқса хотин-қизларини саломатлиги йўлида олиб борилаётган ишлар жаҳоннинг мутахассадди раҳбарлари томонидан юксак баҳоланиб келмоқда. Жумладан БМТ нинг болалар жамғармаси ЮНЕСЕФ нинг марказий идораси Европа болтиқ бўйи

ва мустақил
Давлатлар Ҳамдўст-
лиги мамлакат-
лари бўйича
минтақавий директо-
ри Мария Ҳамливис
юртимизда бўлиб
„Ўзбекистонда соғ-
лиқни сақлаш
хусусан оналик
ва болаликни
муҳофаза борасида
кўпгина давлатлар
ўрганса арзийди-
ган тажриба
тўпланган дея
таъкидлаган.
Буюк Британияда
фаолият кўрсатувчи
„Болаларни асраш
халқаро ташкилоти
оналар ва бола-
лар ҳуқуқини
ҳимоя қилувчи
энг нуфузли
ташкилотдир. Мазкур
ташкилотни бир
неча ўнлаб тад-
қиқотчилари,
дунё мамлакат-
ларида оналик ва

болалик ҳуқуқлари-
ни тўлиқ қўллан-
ганлигини ўрга-
ниб чиққан.
Уни хулосаларига
кўра 125 давлатлар
орасида аёлларга
яратиб берилган
шарт-шароитлар
даражаси бўйича
Ўзбекистон 19 ўринда
эканлиги эълон
қилинган. Шу
ўринда яна бир
мисол жаҳон
соғлиқни сақлаш
ташкилоти томо-
нидан Европа
минтақасидаги
мавжуд 53 та
давлатлар ичида
фақат 4 тагина
давлат жумладан
Ўзбекистоннинг она-
лик ва болаликни
муҳофаза қилиш
миллий модели
юқори баҳоланиб
ана шу давлат-
лар учун минтақавий

модел сифатида эътироф этилган. Дарҳақиқат инсон саломатлиги йўлида қайғуриш соғломлаштириш чора тадбирлари мажмуасини яратишга истиқлолнинг дастлабки йилидаёқ киришилган. Масалан 1992 йил 14 январда мустақил ҳамдўстлик давлатлари ичида биринчи бўлиб жисмоний тарбия ва спорт тўғрисида 28 моддадан иборат қабул қилинди. Қонуннинг 9 моддасида жисмоний тарбия ва спортни бошқариш органлари, таълим муассасалари жисмоний тарбия ва спорт бирлашмалари жисмоний тарбия ва

спорт машғулот-
ларини кенг
тарғиб қиладиган деб белги-
лаб берилган.
12-14 моддаларда
соғлиқни сақлаш
органлари, сана-
торий курорт
муассасаларида
дам олиш уйлари
туристик базалар-
да соғломлаш-
тириш ишлари
олиб борилиш-
ликлари шарт
белгилаб берил-
ган. Маълумки
1993 йил 4 майда
Соғлом авлод
давлат дастури
қабул қилинган.
Президентимиз
ана шу орден-
ни топширилиши
маросимидаги
нутқида, "Биз
наслимизнинг кела-
жаги соғлом
авлод учун

курашни бошладик. Шу ном билан ордени таъсис этдик жамғарма туздик. Бу бежис эмас албатта. Соғлом деганда нафақат жисмо-нан балки маънан, руҳан соғлом фарзанд-ларни ҳам ту-шунамиз. „Фар-зандлари соғлом юртни ҳеч ким ҳеч қачон енга олмайди" деб қатъий хулоса билдирилган. Маълум-ки Республика-мизда Соғлом она соғлом бола дастури 2009 йил 13 апрелда „она ва бола саломат-лигини муҳофаза қилиш, соғлом авлодни шакл-лантиришга доир қўшимча чора.

тадбирлар тўғриси-
даги ҳамда 2009-
2013 йилларда
аҳолининг репро-
дуктив саломат-
лигини мустаҳ-
камлаш, соғлом
бола туғилиши,
жисмоний ва
маънавий барка-
мол авлодни
вояга етказиш
борасидаги иш-
ларни янада
кучайтириш сама-
радорлигини
оширишга чора
тадбирлар тўғри-
сидаги қарори
ижросини таъ-
минлаш мақса-
дида фертил
(туғиш) ёшидаги
аёллар тиббий
кўрикдан ўтка-
зиш йўлга
қўйилди. Муста-
қиллик йиллари-
да жисмоний тар-
бия ва спортга доир

100 га яқин
директив ҳужжат-
лар қабул қилин-
ган бўлса
уларнинг иштироси
борасида қандай
ишлар амалга
оширилиб келинаёт-
ган бўлса барча-
си Ватанимиз
ўғил - қизларини
жисмоний барка-
мол, маънавий
етук, руҳан
соғлом, интеллек-
туал ривожлан-
ган, ғоявий
еш ёш хушёрлик,
теранликни ўзида
мужассамлаштир-
ган комил инсон-
ни тарбиялаш
мақсадидадир.
Қабул қилинган
директив ҳужж-
жатларни ўрга-
нишларидан бири
жаҳон, Олимпия,
Осиё ва бошқа
халқаро мусобақаларда

нуфузли ўринлар-
ни эгаллаган
спортчилар ва
устоз мураббий-
лар фидокорона
меҳнатини тақ-
дирладилар.
Республикамиз
туманларида
жисмоний тарбия
ва спорт иш-
лари билан
шуғулланувчи
ёшлар маоши
1910 йилдан
эътиборан 1,6 фоиз-
га оширилган.
Жорий йил хал-
қаро - хотин - қиз-
лар куни муно-
сабати билан
Республикамизнинг
спортчи қизлари
барча вилоятларда
жисмоний тарбия
ва спорт билан
шуғулланувчи
ёшлар Президент
фармонига асосан
Замира Алиева

Қорақалпоғистон Давлат Университети 2 босқич талабаси Университетининг Педагогика факультетида жисмоний тарбия йўналиши бўйича таҳсил олади. У шитакан кара-тэ-до бўйича спорт устаси, 1 ДАН қора белбоғ соҳибаси Ўзбекистон терма жамоаси аъзосидир. 2011 йилда Тошкент шаҳрида бўлиб ўтган халқаро кубок мусобақасида 1-ўринни эгаллаган.
Малика Бону Нарзуллаева Гулистон Давлат Университети қошидаги янги ер академик лицей 3 босқич талабаси таэквандо бўйича Республика чемпиони

Шоҳида Зоҳидова
Тошкент тиббиёт
академияси қоши-
даги академик
лицейини 2 босқич
ўқувчиси. 2011
Тошкент Малайзия-
нинг очиқ чемпио-
натида 1 ўринни
эгаллаган. Камола-
хон Раҳмонова
Қува туманидаги
58 мактабнинг 9 синф
ўқувчиси. 2010 йил
Ўзбекистон чемпио-
натида бадиий
гимнастикадан
II ўринни эгалла-
ган. 2011 йилда
Ўзбекистонни
кумуш медал
совриндори 2012
йил халкаро
хотин қизлар
8 март куни муно-
сабати билан
ҳар бир вилоят,
шаҳар туман-
ларда спорт
билан шуғулланувчи

бир неча юзлаб
қизлар Президен-
тимиз совғасини
олишга муяссар
бўлганлар. Респуб-
ликамизда спорт
билан мунтазам
шуғулланувчи
аёллар сони
йилдан - йилга
ортиб бормоқда.
2008 йилда улар
2 минг 364 нафар-
ни ташкил
этган бўлса бу
кўрсаткич 2009
йили 3 минг 160 нафар,
2010 йилда 4 минг-
дан ортган,
2011 йилда 5 минг-
дан ортган
шунингдек умум
таълим мактаб-
лари, ЎМКХ таъ-
лими, олий ўқув
юртларида, ўқув-
чи талаба қиз-
ларини спорт
билан шуғуллана-
ниши йилдан-

йилига ортиб бормоқда. Масалан 2004 йил Самарқанд шаҳрида бўлиб ўтган Универсиада 2004 Республика финал босқич Универсиадада мусобақаларига 800, 2007-2010 йил мусобақаларга ҳам ўшанча нафар талаба қизлар қатнашган.

Адабиётлар таҳлили.

Талаба кизларини жисмоний тарбия ва спортга жалб этишни ижтимоий зарурлиги.
Республикамизда хар йили конституция кабул килинган кунга бағишлаб танланади йиғилиш ўтказиш, унда янги йилни номлаш ва анчагина одатий тусга айланиб колган. Масалан 2009 йил кишлок тараккиёти ва фаровонлиги 2010 Баркамол авлод, 2011 йил кичик бизнес ва хусусий тадбиркорлик, 2012 йил мустаҳкам оила йили деб кабул килинди. Одатдагидек мазкур йил учун хам 27 февралда Президентимизни мустахкам оила

йили деб давлат
дастури тўғрисида-
ги қарорни эълон
қилинди. Мазкур
ҳужжат, Оила
соғлом экан,
жамият мустаҳ-
кам экан - мам-
лакат барқарордир
деган инсонпарвар-
лик тамойилидан
келиб чиқиб дастур
қуйидаги йўналиш-
ларини ўз таркибига
олган.
Жумладан:
Оила институтини
ривожлантириш
такомиллаштириш
мақсадида қонунига
зарур ўзгарти-
ришлар киритиш
оила манфаатлари-
ни кўзлаб оила
институтига ўзгар-
тиришни, такомил-
лаштиришни, қў-
шимчалар киритиш
янги қонунлар,
қоида нормалар

ишлаб чиқиш.
Ёш оилаларга эътибор ва ғамхўрлик қилиш кунларини, уларни қонуний ижтимоий ҳимоя қилиш. Биринчи навбатда уй жой билан таъминлаш. Маҳалла фаолияти қонунини янада оширишни, чунки оила мустаҳкамлигида маҳалланинг ўзига хос ўрни бор.
Маҳалла ёрдамида оилалар эҳтиёжини ўрганиш ҳомийсона бўлимлиги ҳам дастурда ифодаланган. Ўз юритилмайтган жумлатда, соғлом оила соғлом фарзанд тамойилига мувофиқ, оила саломатлигини оналик ва болаликни

муҳофаза қилиш тизимини янада такомиллаштириш миллий менталитетимизга ёт бўлган зарарли таъсирларга қарши туришда оиланинг роли муҳим эканлиги жамият тарихидан ўрин олган. Давлат ижросини амалга оширилаётган устидан назорат қилиш ҳам белгиланган.

Давлат раҳбари 8-март Ўзбекистон хотин-қизларига байрам табригида барчамизга аёлни, оналарни, аёл зотини эъзозлаш эл юртимиз учун азал-азалдан эзгу қадрият бўлиб келган. Бунинг тасдиғини тарихимизда ҳаётимизда, мумтоз

адабиётимизда кўп-
лаб мисолларда
кўришимиз мумкин.
Сўз илмининг сул-
тони Алишер
Навоий „Аёллар
фаришталарнинг
она - сингилларидир"
деган сўзлари
замирида нақа-
дар чуқур фал-
сафа мужассам
эканини англаш
мураккаб эмас
деб ўйлайман
деган фикр ва
мулоҳазалар Прези-
дентимизнинг сўз-
ларидир. Дунёда-
ги энг муқад-
дас деган сўзга
энг муносиб зот
ҳам онадир.
Президентимиз
табрик сўзини
давом эттириб
Аёни вақтда
мунис тавсифлаш
керакми, онани
жаннатга ҳам

мустаҳкам оила
қилиш учун том
маънода жамияти-
мизни ҳам
қилувчи бугунига
аёллантиришда,
хонадонларимизнинг
чироғи кўрки ва
файзи бўлган
сиз ҳурматли
аёлларнинг ўрни
ва таъсирини
нарса билан
ўлчаб баҳолаб
бўлмайди ва бу
вазифаларни адо
этишда мен сиз-
ларга сизларнинг
улкан салоҳия-
тингизга ишона-
ман деб қатъий
муносабат билдир-
ган.

Республикамиз олий
ўқув юртларида
жисмоний тарбия
ва спортни ривожи-
га эътибор қара-
тиш йилдан-
йилга кенг қулам-
ли бўлиб тако-
миллашиб бормоқда.
Ўтган аср охири
1999 йил 21 феврал-
да олий ўрта
махсус таълим
вазирлигининг
51 сонли буйруғида.
Талабаларни дарс-
дан бўш вақт-
ларида доимий
равишда спорт
билан шуғулла-
нишлари учун
шар - шароитлар
яратишни барча
олий юртларининг
бош масаласи
этиб белгиланиши
зарур. Ҳамда қураш-
ни ривожига
катта эътибор
кучайтириш зарурлигини

Президентимизнинг ҳамкаро ассоциация-сини қўллаб қувватлаш тўғри-сидаги (1999 йил 1 февраль) фармони тақозо этади.
Ҳамда буйруқ муқаддимасида яна бир неча вазифалар ўрин олган. Олий ўрта махсус таълим вазирли-ги ишланит ректор-ларига талабалар профессор ўқитув-чиларни спорт билан шуғулла-нишларига шар-шароитлар яратиш, спорт майдонлари-ни таъмирлаш, жиҳозлаш, мусоба-қалар ўтказиш, рағбатлантириш унга бюджетдан ташқари маблағ-лардан ажратиш ҳам ўрин олган.

хамда талабалар-
ни курашга
жалб этиш, тала-
балар уйига
эрталаб гигиеник
гимнастика ташкил
этиш тренажёр
спорт хоналари
ташкил этиш,
талабалар саломат-
лигини тест орқа-
ли ўрганиш
хафталиги ўтка-
зиш каби вази-
фалар юкланган.
сўз юритилмайтган
бўлирун эълон
қилинмайтган даврда
„Универсиада"
мусобақалари,
„Алпомиш" ва
„Барчиной" жорий
этилмаган эди.
Шунинг учун
ҳам спортни
10-га яқин турида
5 босқичдан иборат
мусобақалар орқали
республика босқичини
ташкил этиш ва

уларни катнашиш жумиатларда босқичлар:

I босқич - гуруҳлар ўртасида 1 сентябрдан 31 октябргача.

II босқич факультетлар ўртасида 10 ноябрдан 25-декабргача.

III босқич факультетлараро. 10 ноябрдан 15 февралгача.

IV босқич - Олий ўқув юртлари ўртасида. 1 мартдан 30 мартгача.

V Вилоят ғолиблари бўлган Олий ўқув юртлари ўртасида. Бутун республиканинг 3 вилоятлари 5 минтақага бўлинган V босқич ғолиблари ўртасида Республика биринчилиги мусобақаларига катнашиши.

Республикамизда
1999 йил 27 май
вазирлар махка-
масининг қарорига
асосан "Ўзбекистонда
жисмоний тарбия
ва спортни янада
ривожлантириш
чора тадбирлари,
унга жисмоний
тарбия ва спорт-
ни ривожлан-
тириш Давлат
дастури концеп-
циясини ишлова
этилгани ижроси
борасида 2000 йил-
дан "Умид ниҳол-
лари" "Баркамол
авлод", "Универсиада"
мусобақалари 2004
йилгача ҳар икки
йилда 2002 йил
24 октябрда Ўзбе-
кистон болалар
спортини ривож-
лантириш жамғар-
масини тузиш
тўғрисидаги фар-
мондан ўрин

олган вазифа-
лардан келиб
чиқиб ёшларнинг
уч тизимли
мусобақалари 2004
йилда ҳар уч
йилда ўтказила-
диган бўлди 2010-
йил бўлиб
ўтган Универсиадада
Республика босқич
финал мусобақа-
ларда факультети-
миз магистранти
Екатерина Тунгусова
Универсиаданинг
кумуш медали
совриндори бўлган.
Республикамиз
талаба ёшларини
жисмоний тарбия
ва спорт билан
шуғулланишига
жалб этиш са-
марадорлигини
ифодаловчи далил-
ларни бир
неча юзлаб
келтириш мум-
кин.

Масалан енгил
атлетикачи Юлия
Тарасова енгил
атлетикани кўп
кураш бўйича
Япония, Хиндистон,
Эрондан келган
рақибларини ортда
қолдириб Гуанжоуда-
ги Осиё ўйинлари-
да Ватанимиз
мадҳиясини янгра-
шига сабабчи
бўлганлардан бири-
дир. Светлана
Радзеван 1м 95 см
баландликка сакраб
олтин медал
соҳиби бўлди.
Гўзал Хуббиева,
Надия Дусанова,
Оқгул Омонмуродова-
лар енгил атле-
тикадан, гимнасти-
качи Ульяна Трофи-
мовалар кумуш
медал совриндори
бўлдилар. Таэквандо-
чи Евгения Каримова
каратэчи Барно

Мирзаева батутда сакрашда Екатерина Хилько спорт гимнастикасида Луиза Галиулина Луиза Михайлова эшкак эшишда учинчи ўринни эгалладилар. Умуман Гуанчжоудаги Осиё ўйинларида Юлия Барзова, Виктория Петришина, Екатерина Шубина, Ксения Прилепская, Нафиса Муминова, Ольга Собирова, Юлдуз Хамрокулова, Нодира Кодирхонова каби-лар Гуанчжоуда бўлиб ўтган Осиё ўйинларининг совриндори бўлиб қайтдилар.

Республика Президенти 1998 йил 25 август Ўзбекистон Ифтихори фахрий унвонини таъсис этиш тўғрисидаги фармонида

мизо чиқди. Ана
шундай шароитга
эга бўлган
қизлар ичида
Тўхтаганова гим-
настикачи Оксана
Чусовитина шунда
нафис учиш
бўйича икки
Осиё ўйинлари
чемпиони Татяна
Малишина шахмат
бўйича Ўзбекистонни
уч карра чемпиони
Юлдуз Ҳамрокулова,
шахси стол теннис
мусобақаларининг
бронза медали
соҳибаси Манзура
Иноятова, Тэквандочи
Алевтина Ким,
велоспорт бўйича
шахси чемпиони
Татяна Гамулмина
сузувчи Саида
Искандарова енгил
атлетикачи Любовь
Перепелова стол
теннисчи халқаро
мусобақалар ғолиби.

саида бугунги
хўжаева каби
бир неча ўнлаб
спортчи қизлар
Ўзбекистон Чифтихори
деган унвон олиш
шарафига муяссар
бўлганлардир.
Улар ҳақида
талаба қизларга
маълумотлар
бериш уларни
жисмоний тарбия
билан ҳеч бўлма-
ганда мустақил
шуғулланишлари
учун одат қилиш-
ига ҳосил бўли-
шига ёрдам
беради деб ўйло-
наман. Масаланинг
яна бир ижти-
моий томони
шундаки талаба
қизларни онгига,
кундалик турмуш
тарзига жисмоний
тарбия ва спортни
сингдириш уларни
мутахассислик амали

жисмоний тайёргар-
лигини шакллан-
тириш ўта дол-
зарб ижтимоий
масаладир.
Чунки:
1. Улар бўлажак
она, улар соғлом
бўлса соғлом
фарзанд туғилади.
2. Педагоглар умумий
таълим мактаб-
ларида жисмоний
тарбия тарғибот-
чиларидир, айниқ-
са қизлар ўртасида.
Педагог қизларни
мутахассислик
амалий жисмоний
тайёргарликлари
тўғрисида ЖТНМ
кафедрасининг
маъруф доценти
қўллаб педагогик
кузатув социологик
тадқиқот, педагог
аёллар билан
суҳбатлар олиб
борган. Республика-
мизда 2010 йилдан

мана шу 2012
йиллар давомида
бир неча илмий
анжуман бўлиб
ўтган уларни
материалларни
тўплами сифатида
нон этилган.
Аммо анжуман
материалларида
ногирон - қизларни
нуқсонлик турмуш
тарзига ижтимоий
тароне ва спортни
сингдириш уларда
соғлом турмуш
тарзига бўлган
эҳтиёжини шакл-
лантиришга доир
тавсия кўрсатма-
лар ўрин олган
лекин педагогика
институти талаба
қизларини мута-
хассислик амали
ижтимоий тайёр-
гарликларини
шакллантириш
ижтимоий зарурия-
ти мародамочи

илмий мақола уларни тезисларни деярли чоп этилмаган.

1 Талабаларни ўз қизиқиши орзу ва истаклари билан ўзлари хоҳлаган бакалаврлик касбини танлаганликлари.

2. Кўпчилик иқтисодий қийинчиликларини енгиб чидам сабр-тоқат билан ўқишни давом эттиришлари.

3. Кундалик ўқиш жараёнидаги фанлардан амалий топшириқни юзага чиқиришга кўникишлари.

4. Кун тартибидаги амалий топшириқни устунлиги.

5. Семинар, мустақил таълим талабаларига тайёр бўлишлик зарурлиги.

6. Кун тартибига амал қилишликка кўникишдаги қийинчиликлари.
7. Айрим кишиларга қўйилган талабларни бир хиллиги.
8. Дарс жадвалини ўзгартириб туриш холлари.
9. Олий рейтинг тизими талаблари бўйича оралиқ жорий назорат баллари олишлик ва юқоридагиларга ўхшаш турли хилда талабалар руҳиятига таъсир этувчи воситалар. Шунинг учун ҳам талабалар кундалик турмуш тарзида жисмоний харакатларни ўрин олиши зарурлиги жисмоний тарбия физиолог руҳшунос олимларини қизиқтириб келган.

Бир гуруҳ олимлар
Агаджанян Н.
Барсукова Вайтерикс
Я. Данилов Н.
Хамидов Н. 1985
илмий тадқиқот
олимлар жамоаси
талабаларни соғлом
турмуш тарзи ва
соғломлиги Активный
образ жизни и
здоровье студента
(Тошкент 1985)
номли китоб
ёзганлар. Китобни
асосий мазмуни
фақат талабалар
балки талаба
ёшидагилар учун
ҳам муҳимдир.
Мениш талабалар-
ни кундалик
руҳиятларига бўла-
диган таъсирлар
ўтилмайдиган тем-
пурларига нисбатан
кескин фарқ қилади.
Талабаларни хафталик
ҳаракат кун тартиби-
бидан ўрин олган

2 соатлик жисмо-
ний тарбия дарси
ўсмирлик ёшлар
организмининг ха-
ракатга бўлган
талабларини қонди-
ра олмайди
деган қатъий
хулоса Хамидов Н
Курзамов А. Коротькоф
билдирганлар. Ҳеч
қандай тавсир
ёки услубчи
организмни харакат-
сизликдек бузилиш-
ларга олиб кел-
майди деган
хулоса К Холдоров
С Кузнецовларнинг
дарсликларида 2007
йилда ёзилган.
Ва холанки бундай
X аср илгари
Ибн Сино худди
ана шу масала-
ни ўз кузатув-
ларига асосланиб
илмий тарзда
ёзган.

Риёзатсиз ётишдан кўп топма роҳат, бу роҳатдан тополмассан ҳеч манфаат. Ибн Сино риёзат сўзини бадан тарбия ўрнида қўллаган.
Риёзатсиз ёсганг бадан жиштга тўлар деб билиш ёзмаган чунки модда алмашинувидан ҳосил бўлган чиқиндилар асосан нафас йўллари, тери ва буйрак органлари орқали чиқариб юборилади. Талабаларни кундалик турмуш тарзидан жисмоний тарбия ва спорт ўрни олиши масаласи бир томони асосий томони шахсни жисмоний маданиятини шакллантириш деб ёзилган.

К. Холдоров С. Кузнецов
(2007) лари соҳага
доир дарсликларида.
Уларнинг кўрсатмала-
ларида талабалар
ўйинлик фаолият
тури ундан кейин
мутаносибсида оша.
Яъни, фарзанд
тарбияси бошланади.
Бундай фао-
лиятларда шахс
ўзининг жисмоний
маданиятини шакл-
лантириш масала-
сига бефарқ бўлиб
келишини эҳтимолдан
холи эмас. У ўз
соғлиғи масаласи-
да жисмоний
тарбия билан
эмас балки таблет-
ка уколлар восита-
сида қайғурадиган
бўлиб қолади.
Шунинг учун ҳам
соғлом турмуш
тарзига интилиши
жисмоний маданият-
га бўлган эҳтиёжини

талабалик йилларида шакллантириш олий ўқув юртлари талабалари жисмоний тарбиясининг асосий мақсадидир. К. Холодов С. Кузнецов (2007) Ёшларни кун тартибидан жисмоний тарбия воситаларидан фойдаланиши, уларни шифобахшлигини билиб ҳар куни белгиланган муддатда мунтазам бажаришни натижасида биоритм шаклланади. Иоганна Кеплера и Гочино Вашини. Биоритм бу биологик соат. Инсонни кундалик йиллик фаолиятлари биоритм қонуниятлари асосида юзага келади. Масалан қоронғу туша бошлаган сари инсонни ҳаракат

фаоллиги пасайиб
эрталаб тонг ёриши
билан эса аксинча
фаоллияти ортиб
боради. Кечаси
қоронғуда ўзига
ўхшаш топадиган
(бўри тулки) каби-
ларда қоронғу
тушиши билан
ҳаракат фаоллиги
кучаяди ёруғ туша
бошлагани сари
аксинча. Инсон
бир икки йил
кечки сменада
ишласа унинг физио-
логик функциялари
кечки пайтда кучая
боради. Сабаби ана
шу фаолиятга
биологик соат инсон-
ни кўниктириб
боради. А. Ячадмани
Гамабани ўтиш
дам олиш овқат-
ланиш спорт
билан кушиш
аниқ вақтида
яъни тузилган кун

тартибга мувофиқ
бўлса ҳатто
физиологик функ-
цияларни ўша
вақтига келиб
кун тартибида
белгиланган фао-
лиятга мослашиб
ўзгаради. (Барсукова О,
Умиданов Л) масалан
талаба 4 соат
дарсдан кейин
(11с. 20) овқатла-
нишга одатланса
овқат ҳазм қилиш
фаолиятининг иши
соат 11, 20'га яқин-
лашганда сари
шитажа шираси
ажралиб овқат
ҳазмига тайёргар-
лик кўради. Ёки
дарсдан кейин
соат 18 дан спорт-
нинг бирон бир
тури билан
шуғулланишга
одатланса ўша
соатга келиб спорт-
нинг вегетатив таянч

ҳаракат тизимларида
ини бошқаришига
доир физиологик
фаоллик ортади.
Яна шу айтиб
ўтилганлар био-
логик соат натижа-
сидир. Ушбу спорт
тренировкасида ҳам
ҳисобга олиниши
зарур. Тадқиқотчи-
лар А Яроцкий (1972)
жисмоний ишлар-
да кучли толиқиш
юзага келганда
кўзларини юмиб,
оёқ қўлларини бў-
шаштириб чайқал-
ча ётиш жисмо-
ний тикланишини
жадаллаштиришини
кузатувларида аниқ-
лаган. Мана шун-
дек ҳам аниқ
фойда, "Активный
пассивный отдых
по Яроцкому" деб
номланиб спорт
машқланишида жис-
моний юк ва ҳам

олишни навбатла-
шувида самарали
эканлиги тўплаб
тадқиқотларда
исботланган. Бундай
дам олиш усулини
талабалар ёки
республика босқич
Универсиада мусоба-
қаларига тайёр-
лашда қўллашни
фойдадан холи
эмас деб биламан.
Инсонда ақлий
жисмоний ишлар
туфайли юзага
келадиган кучли
кучсиз физиологик
руҳий ўзгаришлар-
ни Нервизм тамо-
йиллигига асосан
содир бўлишлиги-
ни И Павлов Н Боткин
лар томонидан
асосланган.
Ақлий иш билан
шуғулланишни давом-
ида барча физио-
логик кўрсаткичлар-
ни пасайиб бориши

ана, шундек фао-
лиятни бўлмаб-
тилмаб давом
этиши оқибатида
организмнинг функ-
ционал имкониятла-
ларини тобора
пасайиб бориши
тиббий, физиоло-
гик тадқиқотлар-
да исбот қилинган.
(В Васильева Н Зимкин
В Фарфель). Уларнинг
тадқиқот хуласа-
ларини тажриба-
ларини кундалик
фаолиятга тад-
биқ этадиган
бўлсак бўлмаган
мутаносибликни
тартибидан жис-
моний тарбия
воситаларини ўрин
олишни долзарб
масала эканлиги-
ни тақазо этади.
Ақлий фаолиятда-
ги кишилар учун
руҳий толиқишни
енгиш, навбатдаги

аҳамияти шунга
тайёр бўлишида
физкультура ма-
шғулотлар аҳа-
миятлидир. Қайсики
уларни ишлаб
чиқаришни гимнасти-
каси деб ҳам
номланади. Рус
физиологи И.М. Сеченов
гавдани бир
қисмини чарчаганида
иккинчи қисмини
билан иш бажа-
риш чарчаган
қисмини иш
фаолиятини оширишни-
нинг физиологик
асослаб берган.
Мана шу даврда
И. Сеченовнинг ушбу
тажрибалари унинг
номи билан
Сеченов феномени
деб номланиб
келмоқда. Афсуски
физкультура ма-
шғулотлар аҳамияти
қанчалик психологик-
физиологик жиҳатлардан

асосланганлиги учун жисмоний тарбия тизимини мактабгача таълим бўғинидаёқ нутқ ўстириш, математик тасаввурларни шакллантириш, қуриш, ясаш машғулотлардагина аниқ тизими ечими воситаси спортида фойдаланиб келинмоқдалар. Т.И. Осокина А.А. Тимофеева Е. Левий Гориневская.

Таълим тизимининг II-III-IV бўғинларида дарсдан кейинги ўқувчи ёшлар талабаларини спорт тўгаракларига жалб этиш мазкур таълим тизимининг бўғинларида ташкил этилиши зарур бўлган жисмоний тарбиянинг шаклларидан биридир.

малакавий мини-
ни ўтган бет-
ларида ёзганими-
дек олий ўқув
юртлари талаба-
ларини универ-
ситада мусобақа-
ларига тайёрлаш
Алпомиш ва
Барчиной тест
меъёрлари топши-
ришга тайёргар-
лик кўрик
орқали уларни
ижтимоий фаола-
ниятини шакл-
лантиришнинг
самарали восита-
си бўлиб хизмат
қилиб келмоқда.
Талабаларнинг
кундалик турмуш
тарзи уларнинг
фаолиятида ижти-
моий тарбиянинг
тутган ўрни
ижтимоий фаода-
ниятни шакллан-
тиришга оид
тадқиқот олиб борган

коротько Г, Валимерис А. Нурзанов. Ц. Нуш кабн мутахассис-лар қуйидагилар-ни тавсия этади-лар.

1. Аввало талабани кун тартибини тузишда олийгоҳ томонидан ҳафта давомида ўтка-зилиши мумкин бўлган тадбир-ларни ҳисобга олиш.
2. Талабани тиббий кўрик хуло сасига кўра қайси гуруҳ-га мансублиги
3. Албатта талаба-ни бўлажак касб хусусиятлари.
4. Талаба ётоқ хонада яшайдими ёки ўйидан қатнайди-ми ёки ижара-га турадими.
У ерни шароити.
5. Талабани жисмоний тайёргарлиги мактабда

Бусим нарда спортнинг қайси тури билан шуғулланиб мусобақаларга қатнашганлар.
Айрим физиолог руҳшунослар ўз тадқиқотларида кун тартибини тузиш ўзи ёқлаган спорт тури билан шуғулланишлари ҳақида тавсия ва кўрсатмалар берган. С.П. Боткин, А. Ухтомский, Ш. Гогочия.
Айрим тадқиқот-лар талабаларда вақт ҳаром бўлиши билан 10-15 дақиқа ўзлари мус-тақил шуғул-ланишни бошлаб давом эттириш-лари улар шахсининг жисмоний

мадаияти тили
шакл ланиши-
даги қўшиқ ма-
ши бошланиш-
лишидир деган
жумоса билдир-
ганлар.
А Боголюбец чогано
Фишер

Педагогика институти талабалари жисмоний тарбиясининг мақсади ва вазифалари. (талаба қизлар мисолида).

Ушбу таълим талаблари жисмоний тарбиясининг мақсади талаба шахсининг жисмоний маданиятини шакллантиришдир. Ушбу мақсадан: жисмоний таълим уни таркибига кирувчи билим ва унга боғлиқ бўлган кўникма малакаларни шакллантиришни тушунилади.
Ушбу масалада сўз юритадиган бўлсак талаба қизлар оила мустаҳкамлигини таъминловчи оналардир, уларни

соғлом бўлиши
соғлом зурриётни
юзага келишини
кафолатловчи омил-
ларни асосийлари-
дан биридир.
Демак уларни
онги тафаккури
қалбига ана шу
масалани сингди-
риш масаланинг
бир томони
бўлса иккинчи
томони уларни
тамакишк ёки ич-
ларидан ҳеч
бўлмаганда жис-
моний машқлар
билан мунтазам
шуғулланишга
одатлантириш ижт-
имоий муҳитат
кенгашаги ва янада
соғломлаштиришга
бўлган унга
эришишга бўл-
ган асосий талаб-
лардандир. Талаба
лиз ҳар жисмоний
тарбиясининг вазифа-
лари кўп ва жиҳма-

жиддир. Аввало улар оила қуриш, фарзанд кўриш ва тарбиялаш оилани мустаҳкамлашдаги хизматларини мунтазам уқтириб боришликни талаб этади. Айтиб ўтилган масалани талаба қизлар онгига сингдириш албатта амалга ошириб борилмоғи шарт. Бош вазифадир.
Масаланинг энг муҳим томони улар умум таълим мактаблари академик лицей касб-ҳунар таълимининг эгалловчи бўлажак оналарга жисмоний тарбияни мазмуни ва моҳияти тўғрисидаги билим тумунига маълумотларни

сингдирувчи ва
оилада башари-
лилишини таъ-
минловчи тарғи-
ботчилардир.
Сиз эмас улар
ўқувчи қизлар
организмини ху-
сусиятки оилада
хеч бўлмаганда
7-10 дақиқа мен
мен соғлом
бўлишим шарт
шундагина соғлом
насл кўраман
деган ишончни
улар қалбидан
ўрин олдиришда
сёл ўқитувчи-
лари ўрни
бекиёсдир. Шунинг
учун хам 2010
йилидан кишлок
жойларида жис-
моний тарбия
ўқитувчилари билан
шуғулланувчи
сёл ўқитувчилар
мураббийлар шабони
1,6 баробарга ошгани
бежиз эмас.

Талаба қизлар
таълим муассаса-
ларида жисмоний
тарбиянинг кун
тартибидаги сонор-
дан, мактабдан
ташқаридаги барча
турлари ва шакл-
ларига оид назарий
амалий кўникма-
ларга эга бўли-
ши, эрталабки
гимнастикани таш-
кил қилиш ша-
роит талаб
этса ўтказиш
физкультура
дақиқаларини ўтка-
зиш ҳаракатли
ўйинлар „Алпомиш"
ва „Барчиной",
„Умид" ниҳоллари"
мактаб саралаш
босқич мусобақа-
ларига ўз
сифатини қатнаш-
тириш мусобақа-
ларда мактаб
жисмоний тарбия
дастуридан ўрин

олган спорт тур-
ларидан ҳакам-
лик қила билиш
мусобақаларга
талабнома ёзишни
билиш, иқтидорли
ўқувчиларни
шаҳар туман,
халқ таълими
бўлими хусусий
турли ташкилот
корхоналарда
ташкил этилган
БЎСМларга жалб
этиш ишларига
ёрдамлашиш
каби ишларда
фаоллик кўрсатиш
каби мутахас-
сислик амалига
назарий амал
ий жиҳатлардан
тайёргарликка
эга бўлиши
ижтимоий талаб-
лардандир. Деярли
ҳар йили
шаҳар туман-
ларда отам-онам
ва мен деган

оммавий мусобақа-
ларда иштирок
этиш, ёки улар-
ни ташкил этишга
ёрдам бериш
кабилар жисмоний
таълим ва унинг
таркибий қисми
бўлган билимлар-
га эга бўлишни
тақозо этади.
Ватанимиз спортчи-
ларининг $\frac{1}{3}$ қисми
қизларга улар
таркибидан [illegible]0% га
яқин талаба
қизларга тўғри
келади.
1. Жисмоний тарбия-
нинг шахсни
ривожлантиришда-
ги, бўлажак
касбга тайёрлаш-
даги ролини
мазмуни ва моҳ
иятини тушуниш.
2. Жисмоний тарбияни
илмий амалий
соғлом турмуш тарзи
асосларига доир билим-
ларга эга бўлиш.

3. Жисмоний тарбиянинг соғлом турмуш тарзи кечиришидаги самарадорлигига оид катта руҳий ишонч у билан мунтазам шуғулланишга кўникма одат ҳосил қилиши ўзини-ўзи ана шуларга тайёрлаш.

4. Жисмоний тарбия билан мунтазам мустақил шуғулланиши унга ўз олдига аниқ мақсад қўйиш ҳамда амалий кўникма малакалар тизимига бўлиш.

5. Жисмоний тарбия билан мунтазам шуғулланиш давомида психологик имкониятларини сифат фазилатларини

бошқара олиш ва такомиллаштириш.

6. Бўлажак касбга умумий мажсус руҳий жисмоний жиҳатлардан тайёр бўлишларини таъминлаш.

7. Жисмоний тарбия ва спорт бўлажак касбий фаолиятда юксак натижаларга эришишларини таъминлашга доир тажрибага эга бўлиш.

8. Умум таълим мактаблари ўқитувчилари жисмоний тарбиясини ютуғига кўтишга доир билим тушунча малакаларга эга бўлиш.

Бакалавр мутахассиси жисмоний тарбия дастурида назарий билимларини тутган ўрни.

Ўзида аждодларимизнинг орзу истак мақсад, муддаоларини мужассамлаштирган озод ва обод Ватан эркин ва фаровон ҳаёт барпо этиш. Ушбу мафкуравий мақсадни амалга оширувчилар Президентимиз орзусидаги соғлом баркамол авлод яъни комил инсон этиб тарбиялаш ижтимоий зарурлигини тақозо этади. Комил инсон тарбиялашнинг мақсади: инсонни ҳар томонлама камол топтириш, маънавий бойлиги, ахлоқий поклиги, жисмоний камолоти интеллектуал

ривожланганлигини, меъёрий ғоявий жумёрлик теранлигини ўзида мужассамлаштирган этиб камол топтиришдир.

Ушбу мақсад таълим тизимининг барча бўғинлари қатори, шу жумладан: педагогика институтларда жисмоний тарбияни барча турлари ва шаклларини мутахассислик хусусиятларини ҳисобга олиб ташкил этиш ва ўтказиш таълим тўғрисидаги қонун талабларидандир. Педагогика институтларида жисмоний тарбия олий ўрта махсус таълим вазирлигининг мутасадди идоралари

томонидан 2004 йил
17 августда тасдиқ-
ланган бакалавр
йўналиши учун
тавсия этилган
намунавий жис-
моний тарбия
дастури бўйича
ўтказилиб келинмоқда.
Дастурда экспедиция
ва дала шароитли
сув транспорти,
авиация ва авиация
технологияси метал-
лургия, қурилиш,
ҳуқуқ, физиология,
фалсафа олий
ўқув юртлари
талабалари мута-
хассислик амалий
жисмоний тайёр-
гарлик намуна-
лари тавсия
этилган. Ушбу
дастурдан ўрин
олган назарий
билимларини қуйи-
дагиларга гуруҳ-
лашни жоиз
деб билдик.

2. Мутаносиб соғлиги-
ни сақлаш, ўзини
ўзи назорат
этиш касб фаол-
иятига руҳий
жисмоний чини-
қиш кўникмасига
эга бўлишга хос;
3. Жисмоний тарбия
назарияси ва
услубиёти фани
негизи билан
танишганлиги кун
тартибида жисмо-
ний тарбия
воситаларини қўл-
лай билиш,
услуб усуллари
тўғрисида мустақ-
ил билим
тушунчаларга
эга бўлиш;
4. спортда жамоатчи
йўриқчи, мураббий
ва ҳакамлик қилишга
Олимпия ҳаракати
тўғрисида назарий
билим, жисмоний
мукаммалликка
бўлган онгли эҳтиёж-
ларини шакллантириш;

5. Оила, мактаб, лицей коллеж ва олий ўқув юртларида миллий спорт турларини ташвиқот қилиш;

мазкур жиҳатда назарий билимга оид 10 [illegible] мавзу уларни бўлимлари ҳам мавжуд. Айтиб ўтилганлардан маълумки дастурдан ўрин олган жисмоний таълимга хос назарий билимлар умумий тарзда бўлиб педагогика институти мутахассислари амалий жисмоний тайёргарликлари назарда тутилмаган. Шунинг учун ҳам педагогика институтларида таълим олувчилар учун жисмоний тарбия дастурини яратиш.

низларни жисмоний тарбия сини кутидаги томонларига эътибор берилишликни ўрганишдеб билдим.

1. Уларни умумий жисмоний тайёргарликларини „Алпомиш" ва Барчиной тест меъёрлари топширишга тайёрлаш ва баҳартиришни орнаш „Универсиада республика босқич финал мусобақалари дастуридан ўрин олган спорт турлари машғулотларига жалб этиш орқали жисмоний таълим билимларини кенгайтириш.

- Ўзлари танлаган спорт турларидан спорт маҳоратини

омилларига мос
билимларини
- институт, шаҳар
миқёси қутлуғ
кунларда ўтка-
зиладиган омма-
вий спорт му-
собақаларига
кни жалб этиш;
- талабалар
ётоқхоналарида
эрталабки гим-
настика жис-
моний машқ-
лар билан
мустақил шу-
ғулланишга
кўникма ҳосил
қилишни одатлан-
тириш ёрдами-
да билим
тушунча мала-
каларини шакл-
лантириш орқа-
ли жисмоний
таълимни ри-
вожлантириш
масаласини бир
томонидир.
- нида гоғларни

жисмоний тар-
биясига доир
билимли ҳулқини-
на маълумот-
лар билан
қуроллантириш
педагогик жиҳат-
дан зарур
бўлган талаб-
лардандир.
Вазирлар маҳка-
масини (2003 йил
3 июнь) қарорига
мувофиқ 2004 дан
2012 йилгача
мактаб ўқувчи-
лари ҳар уч
йилда „Умид
ниҳоллари" ўрта
махсус касб
ҳунар таъли-
ми ўқувчи
йилларини „Бар-
камол авлод"
олий ўқув
юрти талаба-
ларини „Универ-
сиада" республи-
ка босқич
финал мусобақалари

спортининг 12 турида ўтказиб келин-моқда. Мусобақа натижаларига Президентимизни табрик хатини ўқиб эшитти-ришини спортчи талабаларни насаёдлари, яъни кундаги ҳаётларини Ватанга, мил-латга, мустақилликка, жисмоний тарбия ва спортга бўлган ҳис туйғулари меҳр муҳаббат уйғу-тган маънавия-тини тарбия-лашнинг самара-ли воситалари-дан бўлиб хизмат қилишини шубҳасиз.
Педагогика институти қизлари умуми таълим

мактаблари, ўрта
махсус касб-
хунар таъли-
мида эрталабки
гимнастика,
физкультурами
дақиқалар, катта
танаффусда
„кучли очар"
ўйинлар ташкил
этиш ва
ўтказиш мак-
таб дастуридан
ўрин олган
спорт ўйин-
турларидан
хакамлик қила
билиш, рахбар-
лик сипорини
мактаб мусобақа-
сига қатна-
шишлари учун
талаб-нома
ёзишни ҳара-
кати ўйинлар-
ни ўтказишга
доир билим
тушунча маъ-
лумотларга эга
бўлиш педагогик

касбга бўлган мутахассислик атамаси инсоний тайёргарлик турларидан деб биламиз. Улар янги кундаги хотин қизлар педагогларининг жисмоний таълим тўғрисидаги билими ва тушунча ва мавжудотларини кенгайтириб инсоний таълимга хос билимларини кўламини шакллантириш.

Талаба қизларда жисмоний тарбияга оид назарий билимлар шаклланганлигини ўрганишга оид социологик тадқиқот.

Тадқиқот мақсади талаба қизларни жисмоний тарбияга оид назарий билимларини ўрганиш

Вазифалари.

1. Президентимизни жисмоний тарбия ва спортга оид қонун қарор ва фармонларини нечоғлик билимларини ўрганиш.
2. Талаба қизлар жисмоний таълим билиш деганда тушунчаларини фаркларини ўрганиш.
3. Талаба қизлар кун тартибида жисмоний тарбияни тутган ўрнини ўрганиш.

4. Талаба қизларни университетда мусо-
бақаларни тўғриси-
даги билим
тушунчаларини
ўрганиш.
5. Бўлажак педагог-
ларни мактаб
ноимчилар ўқувчи-
ларни жисмоний
тарбиясини тур-
лари ва шакл-
лари тўғрисидаги
тушунчаларни
ўрганиш.
6. Социология тушун-
ча ва уларни
тахлили.
Социологик тадқиқот
олдига қўйилган
мақсад ва вази-
фаларни ҳал
этиш мақсадида
13 та саволдан
иборат саволнома
тузилди.
Тадқиқот институт-
ни тарих ва
ҳуқуқ, математика
факультетларининг

100 нафар 3 курс
талаба қизларида
олиб борилди.

Социологик тадқиқот
саволлари.

хурматли хам касб!
Сизни саволнома-
га номи сома
ёзган жавобла-
рингиз мени
битирув малака-
вий ишими
мазмунини бойи-
тишига хисса
қўшади.
Яна бир бор
илтимос жавоб-
ларингиз номи-
сона бўлсин.
жавобларингиз
учун олдиндан
рахмат.
1 Президентимиз
жисмоний тарбия
ва спортни
ривожлантиришга
оид қонун қарор
ва фармонларидан
қайси бирини
биласиз. илтимос ёзинг

2. Болалар спортини ривожлантириш бўйича нималарни биласиз.

3. Президентимизни 2002 йил 24 октябр фармони қандай номланади.

4. Универсиада тўғрисида нималарни биласиз кимларни мусобақаси.

5. Сиз мактабда спортни қайси тури билан шуғуллангансиз.

а) Институтда шуғулланганмисиз спортни қайси тури билан.

б) шуғулланмасангиз сабаби нимада

6. Мусобакаларга кат-нашганмисиз.

7. Алпомиш ва Барчиной тест меъёрлари неча боскичдан иборат.

а) сизни ёшингиз кайси боскичга тўғри келади.

8 Алпомиш ва Барчиной синов турларидан кайсиларини бажаргансиз.

9. Мактабда (дарсдан ташкари) жисмоний тарбиянинг кайси турлари ва шаклларини биласиз.

10. Умид ниҳоллари баркамол авлод ўйинлари мусобакалари неча йилда ўтказилади.

11. Бўлажак оналар учун жисмоний тарбиянинг фойдаси нимада

12. Қизларга жисмоний тарбиянинг фойдаси нимада

13. Ётоқхонада эрталабки гимнастика ўтказиладими

14. Мактаб академик лицей касб-хунар коллежларида фан ўқитувчилари жисмоний тарбиядан қандай

ише бажаради-
лар.

жавобларингиз
учун
раҳмат.

социологик тадқиқот
натижалари ва
уларнинг таҳлили.

социологик тадқи-
қотнинг 1 саволига
10 нафар талаба
қизлар соғлом
авлод учун орде-
ни таъсис этиш
тўғрисидаги қарор
деб ёздилар. Ҳам-
да баъзилар спор-
тини ривожлан-
тириш жамғарма-
сини тузиш тўғ-
рисидаги фармон
деб ёздилар.
лекин қабул
қилинган йили
ойини ёза олма-
дилар. Иккинчи
учинчи саволи-
ларга етарли
жавоб олмадим.
Учинчи курс
талаба қизларини
60 фоизи Универ-
ситада институт
талабаларининг

мусобақаларни экан-
ти чиши уни ҳар
уч тилда ўтказили-
шинини тўғри
ёздилар. Лекин
қизлар хос тури
бўйича фақат
бадиий гимнастика,
волейбол қўл тўпи,
баскетбол югуриш
деб ёздилар.
50 нафар жавоб
берувчи қизларни
22 нафаригина
спортни волейбол,
баскетбол, қўл тўпи,
енгил атлетика
қисқа масофага
югуриш турларидан
институт мусобақа-
ларида қатнашган-
ликлари респондент-
ларни берган
жавобларидан аниқ-
ланди.
Еттинчи савол ва
уни бўлимларидан
ўрин олган жавоб-
лардан маълум
бўлдики институтда

Алпомиш ва Барчиной мусобақаларини бошланиши, якунланишига доир мусобақалар ўтказилмаган. Бўлажак педагоглар мактаб комплектларда баскетбол, волейбол, енгил атлетика, гимнастика деб ёздилар. Менинг учинг шахсларини баркамол авлод кимларни мусобақалари деган саволга тўғри жавоб ёздилар. Саволноманинг 10 саволига оналар соғлом бўлса соғлом бола туғадилар. Ушбу масалада ижтимоий омиллар фойдасини тўлиқ тушунишлари маълум бўлди.

мекин шуғулланмасангиз сабаби нимада деган саволга ўйламаган, ийманаман деб жавоб ёздилар. Ётоқхонада эрталабки гимнастика ўтказилмаслик мустақил шуғулланмаслик 12 саволга олинган жавоблардан маълум бўлди. Худди шунингдек мактаб академик лицей касб-ҳунар коллежларида жисмоний тарбия соғломлаштиришдаги иштирокларини тўғрисида билими тушунча маълумотларга эга эмасликлари ожир. 11. саволга олинган жавоблардан аниқланди.

Хулоса.

Бугунги кунда педагогика институти талабалари жисмоний тарбияси мутахассислик аммани жисмоний тайёргарлигига хос бўлмаган дастур асосида олиб борилмоқда. Мазкур ҳужжатлардан ўрин олган назарий маълумот тушунча билимлар жисмоний таълимга хос бўлсада педагогик касбига хос билимларни шакллантиришдан йироқ. Лекин Олий таълимни қайси соҳаси бўлмасин талабалар Президентимизни қонун қарор фармонларини билишлари зарур.

шундай экан
институтда ушбу
масалага доир
жисмоний таълим
берилмаган. Шунин-
дек талаба қизлар-
да Алпомиш ва
Барчиной тест
меъёрларга оид
билим тушунча
маълумотлари
ҳам тўла кони
эмаслиги жавоб-
лардан маълум
бўлди. Масалани
яна бир муҳим
томони бўлажак
педагоглар мактаб
ЎМКХ таълими
жисмоний тарбия-
сининг турлари
ва шакллари
уларни амалга
оширишида педагог-
ларнинг вазифалари
тўғрисидаги билими
ва тушунчаларга
эга эмасликлари
маълум бўлди.

Тавсиялар.

Педагогика инсти-
тутларида таълим
олувчи талабалар
(қизлар) билимини
таркибидан Респуб-
ликамизда соғлом
баркамол авлод
тарбиясини фуқаро-
ларнинг барча
қатламларида соғлом
турмуш тарзини
шакллантириш
мақсадида қабул
қилинган директив
ҳужжатлар ва
уларни ижроси
борасида амалга
оширилган ишлар
тўғрисида таълим,
билим, тушунча
олиб борилса.
Педагогика инс-
титутлари учун
махсус тарбия
дастури яратилса
албатта унга бўла-
жак педагогларни
мутахассислик амали

жисмоний тайёргар-
ликлари таркиби-
дан мактаб умкх
таълими жисмоний
тарбиясига хос
жисмоний таълим,
жисмоний билим
тушунга маълумот-
лар ўрин олган.

АДАБИЁТЛАР:

1. Каримов И.А. “Жахон молиявий - иқтисодий инқирози, Ўзбекистон шароитида уни бартараф этишнинг йўллари ва чоралари” - Т.: Ўзбекистон, 2009.- 56 б.
2. Каримов И.А. “Мамлакатимизда демократик ислохотларни янада чукурлаштириш ва фукаролик жамиятини ривожлантириш концепцияси”- Т.: Ўзбекистон, 2010. 56 б.
3. Каримов И.А. Ўзбекистон Республикаси мустакиллигининг 20 йиллигига бағишланган тантанали маросимда сўзи, "Ўзбекистон овози" газетаси, 2010 йил 1- сентябр;
4. Каримов И.А. "Мамлакатимизни модернизатсия килиш йўлини изчил давом -тараккиётимизнинг мухим омилидир", "Ишонч" газетаси, 2010 йил 8 декабр;
5. Каримов И.А. "Барча режа ва дастурларимиз Ватанимиз тараккиётини юксалтириш, халқимиз фаровонлигини оширишга хизмат қилади", "Халк сўзи" газетаси, 2011 йил 22 январ;
6. Ўзбекистон Республикаси Конститутцияси Т.:Ўзбекистон, 1992.
7. Ўзбекистон Республикаси "Жисмоний тарбия ва спорт тўғрисида"ги қонуни.14 январь 1992йил.
8. Ўзбекистон Республикаси "Таълим тўғрисида"ги қонуни
9. "Баркамол авлод йили" - давлат дастури. Т.; Ўзбекистон, 2010.
10. Ўзбекистон Республикаси Президентининг "Ўзбекистон болалар спортини ривожлантириш жамғармасини тузиш тўғрисида"ги Фармони. (2002 й. 24 октябръ). Спорт. Тошкент, 2002. № 80. 30 октябръ.
11. Абдуллаев А., Хонкелдиев Ш. Жисмоний тарбия назарияси ва методикаси. Фарғона 2001.
12. Ибн Сино “Тиб қонунлари” 1 – китоб 1954йил
13. Ф.Коротко, В.Дамилова “Активий образ жизни и здоровым студента” Т. 1985

14.А.Каминин “Физиологические основы организации отдиха” М 1980
15.И.К.Холодов, В.С. Кузницов “Теория и методика физичиеского воспитания и спорта” М 2007
16.Ивонова В.И. Основ математический статистики. - М.: "Фис" 1990 год
17.Курбонова М. 500 машқ ва харакатли ўйинлар 2-қисм -Т.: 1999 йил
18.Ковелов В.Д. Спортивние игры. -М.: "Просвишение" 1988 год
19. З.И . Нестерова “Воспитания интереса к физической культуре и спорту детей” Москва 1986 год
20. Э.Я. Степаненкова “Теория и методика физического воспитания и развития ребёнка” Москва 2001 год.
21. А.В.Коробов “Двигателный режим и здоровья” Москва 1972 год.
22.А.Ничаева “О научной организации труда студентов” М. 1987

ЎЗБЕКИСТОН РЕСПУБЛИКАСИ ОЛИЙ ВА ЎРТА МАХСУС ТАЪЛИМ ВАЗИРЛИГИ

МУҚИМИЙ НОМИДАГИ ҚЎҚОН ДАВЛАТ ПЕДАГОГИКА ИНСТИТУТИ
ЖИСМОНИЙ ТАРБИЯ НАЗАРИЯСИ ВА МЕТОДИКАСИ КАФЕДРАСИ

Жалилов Азамат Авазович

5141900 – Жисмоний тарбия ва жисмоний маданият таълим йўналиши бўйича бакалавр даражасини олиш учун

БИТИРУВ МАЛАКАВИЙ ИШИ

МАВЗУ : "Талаба-қизларга жисмоний тарбиядан назарий билимлар билан қуроллантиришни ижтимоий муҳимлиги "

Илмий раҳбар: Т.Ҳамрақулов

Қўқон – 2012 й