

Mechanism for developing speed and agility through innovative technologies

Duryod EGAMOV¹

Institute of scientific research of physical education and sports

ARTICLE INFO

Article history:

Received August 2024

Received in revised form

10 September 2024

Accepted 25 September 2024

Available online

25 October 2024

Keywords:

physical attributes,
sports, physical
development,
innovative technology,
LD TEST,
speed,
agility,
sports centers,
school,
students,
device.

ABSTRACT

This article examines the development and enhancement of physical attributes through the use of innovative technologies. A study was conducted to evaluate the LD TEST, an innovative device aimed at improving quickness and agility among elementary school students. The article also discusses the current state and quality of extracurricular sports clubs and physical education classes.

2181-3701/© 2024 in Science LLC.

DOI: <https://doi.org/10.47689/2181-3701-vol2-iss4/S-pp363-370>

This is an open-access article under the Attribution 4.0 International (CC BY 4.0) license (<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/deed.ru>)

Бошланғич синф ўқувчиларида тезкорлик ва чаққонлик сифатларини инновацион технологиялар орқали ривожлантириш механизми

АННОТАЦИЯ

Калит сўзлар:

жисмоний сифатлар,
спорт,
жисмоний ривожланиш,
инновацион,
технология,
LD TEST,
тезкорлик,
чаққонлик,
спорт марказлари,
мактаб,
ўқувчилар,
қурилма.

Ушбу мақолада жисмоний сифатларни инновацион технологиялар орқали ривожлантириш самарадорлигини очиб берилган. Бошланғич синф ўқувчиларини тезкорлик ва чаққонлик сифатини ривожлантиришда LD TEST инновацион қурилмаси ҳақида сўровномалар олинган. Бугунги кунда дарсдан ташқари тўғараклар ва жисмоний тарбия машғулоти сифати қандай даражада эканлиги ҳақида баён этилган.

¹ PhD student, Institute of scientific research of physical education and sports Tashkent region, Chirchik city.
E-mail: egamovduryod4@gmail.com

Механизм развития скорости и ловкости учеников начальных классов с помощью инновационных технологий

АННОТАЦИЯ

Ключевые слова:

физические качества,
спорт,
физическое развитие,
инновационные
технологии,
LD TEST,
быстрота,
ловкость,
спортивные центры,
школа,
учащиеся,
устройство.

В данной статье освещается развитие физических качеств посредством инновационных технологий и раскрывается их эффективность. Проведены опросы о применении инновационного устройства LD TEST для развития быстроты и ловкости у учащихся начальных классов. Кроме того, рассматривается текущее состояние внеклассных кружков и качество уроков физической культуры.

ДОЛЗАРБЛИГИ

Бугунги кунда илм-фан ва амалиётнинг турли соҳаларида, шу жумладан жисмоний тарбия ва спорт соҳасида кенг фойдаланилаётган ва тез тарқалаётган инновацион қурилмалар орқали илмий тадқиқотлар олиб борилмоқда. Бошланғич синф ўқувчиларининг жисмоний сифатларини инновацион қурилмалар ёрдамида такомиллаштириш, ҳаракат салоҳиятини кенгайтириш, асосий жисмоний сифатларни самарали тарбиялашга қаратилган; психо-физиологик фаоллаштириш ва такомиллаштиришни таъминлашга қаратилган йўналишлар ажратиб кўрсатилади. Шу муносабат билан болаларда ҳаракат фаоллигини оширишга таъсирнинг янги инновацион воситалари ва шакллари излаш зарур бўлиб, бунга жамиятнинг ижтимоий буюртмаси деб қараш керак.

Ҳозирда ўқувчиларда ҳаракат фаоллигининг етишмаслиги ва у билан боғлиқ касалликларнинг кучайиб бораётгани сабабли юзага келаётган иммунитет танқислигига қарши курашишда жисмоний тарбия машғулотлари жараёнини такомиллаштириш муҳима масалалардан бири бўлиб қолмоқда. Шу тариқа уларга қарши курашишга тайёр бўлган соғлом ва бардошли авлодни тарбиялашнинг зарурий талабларини бажариш, саломатликни мустаҳкамлаш ва ақлий ривожланиш даражасини ошириш долзарб масала ҳисобланади. Ушбу масалалар ўқувчиларнинг нафақат жисмоний сифатларини ривожлантиришда, балки уларнинг жисмоний тайёргарлигини яхшилашда, жисмоний тарбия бўйича дарсдан ташқари машғулотлардан тўғри фойдаланиш самарадорлигини оширишда ҳам алоҳида ўрин тутади. Шунинг учун ҳам олиб, ўқувчиларнинг жисмоний тайёргарлиги самарадорлигини хилма-хил ҳаракатлар ва махсус жисмоний машқларни дарс жараёнига киритиш ҳамда уларни дарсдан ташқари машғулотларга жалб қилиш орқали оширишнинг янги инновацион механизмини инструментал методологик асосларини ишлаб чиқиш муҳим аҳамиятга эга.

ТАДҚИҚОТ МАҚСАДИ

Инновацион технологиялар ёрдамида бошланғич синф ўқувчиларининг тезкорлик ва чаққонлик сифатларини ривожлантириш механизмини ишлаб чиқиш ва илмий асослашдан иборат.

ТАДҚИҚОТ ВАЗИФАЛАРИ

- мавзуга доир илмий услубий адабиётларни таҳлил қилиш;
- бошланғич синф ўқувчиларининг жисмоний ривожланиш ва жисмоний тайёргарлик даражасини аниқлаш;
- бошланғич синф ўқувчиларида тезкорлик ва чаққонлик сифатларини ривожлантиришга йўналтирилган инновацион технологияларини дарсдан ташқари машғулотларда қўллашни ижобий тасирини сўровномалар орқали аниқлаш.

ТАДҚИҚОТ УСУЛЛАРИ

Тадқиқотда илмий-услубий адабиётларни таҳлил қилиш, педагогик тажриба, математик статистика усулларида фойдаланилган.

ТАДҚИҚОТНИ ТАШКИЛ ҚИЛИШ

Тажриба Тошкент вилояти, Чирчиқ шаҳар, 15-сонли ИДУМ. Самарқанд вилояти, Тойлоқ тумани, 5-сонли умумий ўрта таълим мактаби, Фарғона вилояти, Риштон тумани, 42-сонли умумтаълим мактаблари жисмоний тарбия ўқитувчилари ҳамда республикамиздаги барча Олимпия ва паралимпия спорт турларига тайёрлаш марказлари мураббийларидан сўровномалар олинган.

Мавжуд муаммо бўйича илмий-услубий ишларни таҳлил қилиш, мамлакатимиз умумтаълим мактабларида ўқувчиларининг жисмоний ҳолатини аниқлаш мақсадида илмий тадқиқотлар етарли даражада ўтказилмаганлигини кўрсатди.

Умумтаълим мактабларида таълим тизими ва мазмунини давлат олдида ўсиб келаётган авлодни соғломлаштириш билан боғлиқ бўлган глобал масалаларни ҳал қилиш бўйича қўйган устувор вазифаларга мос равишда тубдан қайта кўриб чиқиш, педагогик фан ва таълимнинг энг муҳим вазифаси бўлиб қолмоқда.

Жаҳон соғлиқни сақлаш ташкилоти гиподинамияни – ўсиб келаётган авлодни саломатлигида акс этадиган ижтимоий ноқулай омил сифатида тан олган. Болаларнинг жисмоний ҳолатини, уларнинг ҳаракат қобилиятларини педагогик тестлаш усули орқали ўқувчиларнинг 17% да кейинчалик прогресс қилиш анъанасига эга бўлган гиподинамия омилини аниқлаш имконини берди.

Умумтаълим мактаблари ўқувчилари жисмоний тайёргарлигидаги энг муҳим педагогик муаммо ўқувчиларнинг жисмоний қобилиятларини такомиллаштириш ва саломатликларини мустаҳкамлаш ҳисобланади. Адабиётларни таҳлилий кўриб чиқиш, мактабдаги жисмоний тарбия дарсининг мақсади – ўқувчи ёшларнинг саломатлиги даражасини ошириш ҳисобланади деган хулосага келиш имконини берди, бу фикр, В.С. Леднев; М.Ф. Агашин; Э.А. Сейтхалилов; Т.С. Усманходжаев; Ф.А. Керимов; А.А. Белкиним; Р.С. Саламов; О.В. Гончарова; А.А. Абдуллаев; Ш.И. Алламуратов; К.Б. Мухаммадийев., Ш.Х. Ханкелдиев каби жисмоний тарбия соҳасидаги бир қатор олимлар ва амалиётчиларнинг илмий ишларида ҳам ўз тасдиғини топган.

ТАДҚИҚОТ НАТИЖАЛАРИНИ ВА УНИНГ МУҲОКОМАСИ

Айниқса, ўқувчилар саломатлигига мактабдаги кўплаб омиллар ҳам сабаб бўлади, булар: турли хил шамоллаш касалликларининг ошиши, касаллик сабаб дарсларни қолдириш, гавда, кўриш қобилиятларининг бузилиши, ўқитувчи фаолиятининг ўқувчилар имкониятларига номутаносиблиги, ўқув жараёнларини ташкиллаштиришда гигиеник омилларга риоя қилмаслик, ота-оналарнинг болалар

саломатлигига эътибор қаратмаслиги, ўқувчиларнинг соғлом турмуш тарзи ҳақида етарлича билимга эга эмаслиги.

Шу сабабдан ҳам, бошланғич синф босқичида ўқувчилар саломатлигига катта эътибор қаратиш лозим. Айниқса, дарсдан ташқари вақтлардан унумли фойдаланиш, кўзланган натижаларга эришиш учун энг тўғри йўл ҳисобланади. Мазкур муаммоларни ўрганиш ва уни бартараф этиш мақсадида Тошкент вилояти, Чирчиқ шаҳридаги, 2-сон ва 15-сонли, Самарқанд вилояти, Тойлоқ тумани, 1-сонли ва 5-сонли, Фарғона вилояти, Риштон тумани, 2-сонли ва 42-сонли умумтаълим мактаблари бошланғич синф ўқитувчилари 150 та ҳамда республикамиздаги барча Олимпия ва паралимпия спорт турларига тайёрлаш марказлари мураббийларидан 150 та аноним сўровномалар орқали ҳолатни ўрганиш ишлари олиб борилди.

Анкета саволларида бошланғич синф ўқувчиларининг умумий саломатлиги, жисмоний тарбия дарсларига бўлган қизиқиши, спортнинг бола ҳаётидаги ўрни, ўқувчиларнинг дарсдан бош вақтларидан унумли фойдаланиш ҳамда ўқитувчиларнинг инновацион технологиялар бўйича маълумотлар олинди ва таҳлил қилинди.

Мазкур сўровномадан мақсад – жисмоний тарбия бўйича дарсдан ташқари машғулотлар ва дарслар жараёнини яхшилаш, ёш авлодни жисмонан бақувват қилиб тарбиялаш, ўқув дастурларини ишлаб чиқиш учун асосий инструмент сифатида таълим ва хизматларни янги инновацион усуллари кириштириш орқали тизимдаги мавжуд камчиликларни бартараф қилишга йўналтирилган ташкилий тадбирларни ислоҳ қилишдан иборат.

Мазкур сўровномада педагогик усулни қўллаган ҳолда эҳтиёжларни ҳал қилишга йўналтирилган бўлиб, унда, жисмоний тарбия ўқитувчилари орасида 7 та саволлар бўйича анкета-сўровномаси ўтказилди.

Анкета-сўров натижаларига кўра, респондентларнинг барчаси жисмоний тарбия соҳасида олий маълумотга эга мутахассислар, ушбу йўналишдаги таълим тизими педагогларидир.

1-савол. Жисмоний тарбия бўйича базавий машғулотларни ўтказиш ва ўқувчилар билан жисмоний тарбия соғломлаштириш тадбирларини ташкил қилиш учун умумтаълим мактабларининг моддий-техника базаси ҳолатини таҳлил қилиш – 67,4%да жисмоний тарбия дарсларини ва жисмоний тарбия спорт тадбирларини ўтказиш учун қониқарли шароитларнинг мавжудлигини, 14,8%да нисбатан яхши ва 26,7% етарли бўлмаган моддий спорт базасига эга эканлигини кўрсатди. Бундай ҳолат базавий машғулотларни ва ўқувчи ёшлар билан жисмоний тарбия соғломлаштириш тадбирларини услубий жиҳатдан юқори даражада ўтказишга имконият йўқлигидан далолат беради.

2-савол. Жисмоний тарбия соҳасидаги энг замонавий илмий ва услубий ёндашувлар ҳақидаги билимингизга ишончингиз қандай? деган саволимизга қатнашчиларнинг 18,6%, яъни (28 нафари)) 90%; 41% (61 нафар)и 70%; 32% (48 нафари)) 50% ва 8,4% (13 нафари)) 30% деган жавобни беришган. Ушбу савол юзасидан берилган жавоблар натижаси шуни кўрсатдики, жами 150 та иштирокчиларнинг 41% яъни (61 нафари) ўз билимига 70% ишониши энг юқори жавоб варианты эканлиги аниқланди.

3-савол. Умумтаълим мактабларида жисмоний тарбия фанидан дарс машғулотларини олиб бораётганингизда қандай қийинчиликларга дуч келасиз?

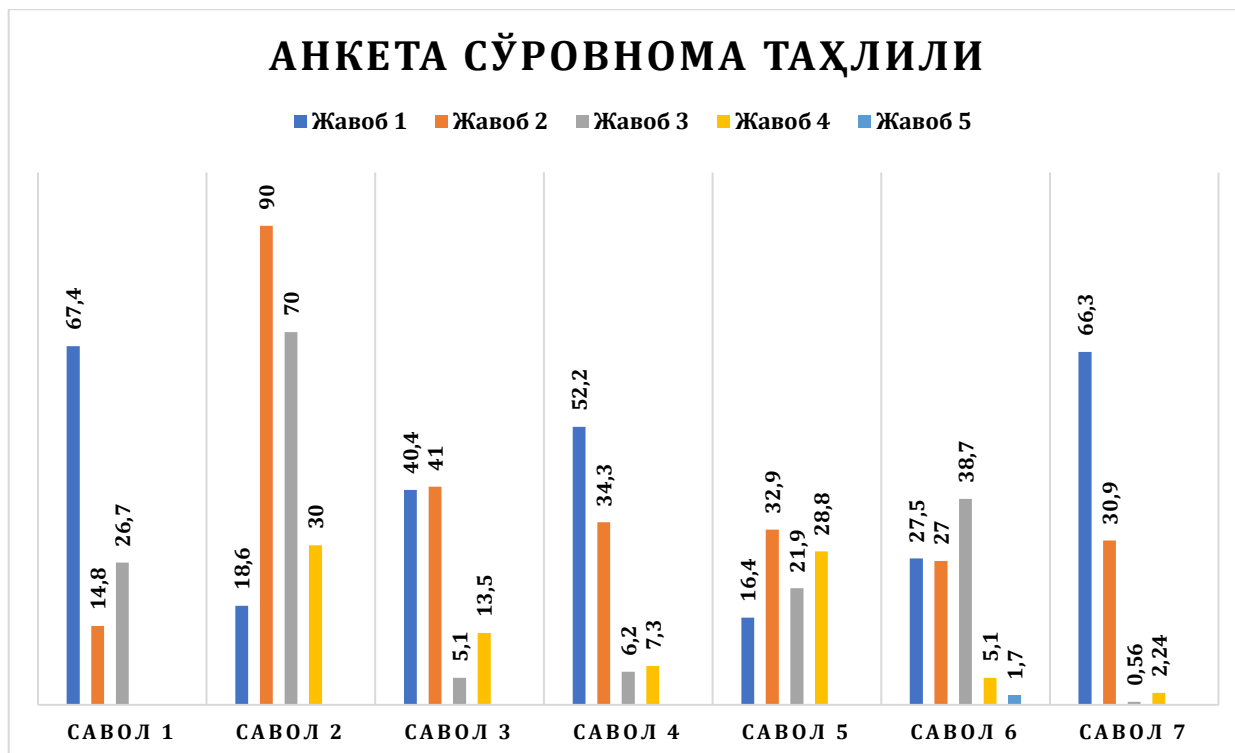
деган саволимизга 40,4% (60 нафари) инвентарлар етишмаслиги, спорт залини стандарт талабларига жавоб бермаслиги, қониқарсизлигини; 41% (61 нафари)) спорт анжомлари ва жиҳозлари мавжуд, лекин етарли миқдорда эмаслигини; инвентарлар етарли, қониқарли, лекин спорт зали мавжуд эмас деган жавобни 5,1% (9 нафари)) спорт зали стандарт талабга жавоб беради, инвентарлар етарлилигини; 13,5% (20 нафари)) аъло, деган жавобни бердилар. Сўровномадаги ушбу саволда жисмоний тарбия тизимидаги илмий ёндашувни таъминлаш учун жисмоний тарбия ўқитувчилари томонидан билдирилган муайян қийинчиликлар ҳақида батафсилроқ маълумот бериш муҳим бўлади. Бу масалан, ресурслар, жиҳозлар, ўқув дастурлари, ўқувчиларнинг хатти-ҳаракатлари ёки умумтаълим мактабларида жисмоний тарбия дарсларини самарали ўтказишга таъсир этувчи бошқа омиллар билан боғлиқ қийинчиликларнинг моҳиятини ишлаб чиқишни ўз ичига олади.

4-савол. Ўқувчиларнинг жисмоний тайёргарлиги даражасини қандай баҳолайсиз? деган саволимизга жами қатнашчиларни 52,2%, яъни (78 нафари)) яхши; 34,3% (52 нафари)) қониқарли; 6,2% (10 нафари)) қониқарсиз ҳамда 7,3% (10 нафари)) аъло жавобини танлаганлар.

5-савол. Жисмоний тарбия дарсларини барча ўқувчилар учун қизиқарли даражада ташкил қилиш мумкинми? деган саволга қатнашчиларни 16,4% (25 нафари)) дарсларни ноанъанавий шаклда ташкиллаштириш орқали; 32,9% (49 нафари) миллий ҳаракатли ўйинлар орқали; 21,9% (33 нафари) турли усуллардан фойдаланиш орқали ва 28,8% (43 нафари) дарсларда ўйин ва мусобақа усуллардан фойдаланиш орқали деган жавобни берганлар.

6-савол. Жисмоний тарбия дарсларида янги педагогик технологиялардан фойдаланасизми? деган саволга 27,5% (41 нафари) фойдалана олмаймиз, шароит йўқ жавобини; 27% (40 нафари) фойдаланамиз, шароит етарли жавобини; 38,7% (58 нафари) баъзан фойдаланамиз; 5,1% (8 нафари) юқори савияда ташкиллаштирамиз ва 1,7% (3 нафари) янги педагогик технологиялардан қандай фойдаланишни билмайман, деган жавобни белгилади.

7-савол. Умумтаълим мактабларининг умумий фаравонлиги ва академик фаолияти учун жисмоний тарбия дарсларидан ташқари тўғаракларнинг ўрни қанчалик муҳим? деган саволга 66,3% (100 нафари) жуда муҳим; 30,9% (46 нафари) муҳим; 0,56% (1 нафари) аҳамиятга эга эмас ва 2,24% (3 нафари) билмадим деб жавоб берганлар (1-расмга қаранг).



**1-расм. Мутахассислардан олинган анкета-сўровномалари натижаларининг
фоизларда кўриниши**

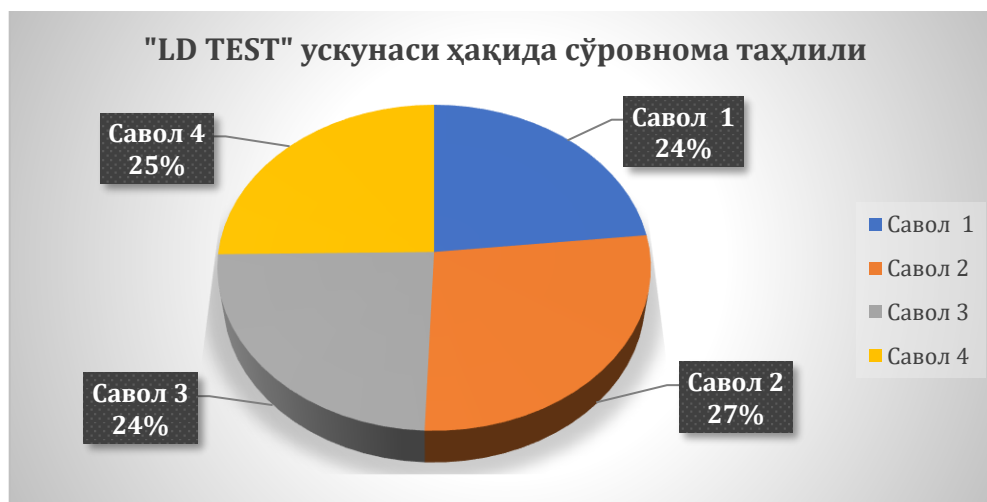
Аноним-сўров натижаларига кўра, респондентларнинг барчаси Олимпия ва паралимпия спорт турларига тайёрлаш марказлари жисмоний тарбия соҳасида олий маълумотга эга мураббийлар:

1-савол. LD TEST инновацион қурилма ҳақида қандай фикрдасиз? 77,4%да машғулотларда фойдаланиш учун қулай технология, инсон омилини камайтирган ҳолда аниқликни оширадиган керакли қурилма деб ҳисоблайман, 14,8%да мен инновацион технологиялардан фойдаланмайман ва 7,8% техник қурилмаларни тушунмайман деб жавоб бердилар. Бундай ҳолат базавий машғулотларни ва ўқувчи ёшлар билан жисмоний тарбия соғломлаштириш тадбирларини услубий жиҳатдан юқори даражада ўтказишга имконият йўқлигидан далолат беради.

2-савол. LD TEST инновацион қурилмасиз болалар ва шуғулланувчилар учун ижобий таъсир кўрсатадими? деган саволимизга қатнашчиларни 90,6% (ҳа); 9,4% (билмадим) ; 0% (йўқ) энг юқори жавоб варианты эканлиги аниқланди.

3-савол. LD TEST инновацион қурилмани машғулотлар жараёнида қўллашда мутахассислар қийинчиликларга дуч келадими? деган саволимизга 80,1% (йўқ) фойдаланишда қийинчиликлар юзга келмайди, 19,9% (ҳа) технологик саводхонлик бўлмаганлиги сабабли деб саволларимизга жавоб беришди.

4-савол. LD TEST инновацион қурилмани амалиётга жорий қилинганида сиз машғулотларда фойдаланган бўлар эдингизми? деган саволимизга 83,7% албатта биз бу қурилмадан фойдаланган ҳолда болалар ҳамда шуғулланувчиларни жисмоний тайёргарлигини самарали оширар эдик, 16,3% бизга ташкилот томонидан ушбу техника етказиб берилса, фойдаланган бўлар эдик деб саволларимизга жавоб беришди. (2-расмга қаранг)



2-расм. Олимпия ва паралимпия спорт турларига тайёрлаш марказлари мураббийларидан олинган аноним сўровноманинг диаграмма кўриниши

Жисмоний тарбия дарслари ўқув йилининг ҳар чорагида мазмуни жиҳатидан фарқ қилади. Фарқлар синфда маълум бир спорт элементларидан фойдаланишнинг ўзига хос хусусиятларида ётади. Жисмоний тарбия соҳасидаги олимларнинг фикрича, жисмоний тарбия дарси давомида ҳар томонлама ривожлантириш машқларидан фойдаланиш асосий машқлар вақтини қисқартиради. Бошланғич синф ўқувчиларининг жисмоний фаоллигини ошириш учун биз таклиф қиладиган инновацион технологиялар ҳам, қўшимча инструментал машқлар ҳам мавжуд.

Жисмоний тарбия ўқув дастурининг амалга оширилиши бошланғич мактаб ўқувчиларида ҳар бир восита сифатининг ривожланишига бевосита таъсир қилади. Бошланғич синф ўқувчиларининг танаси жисмоний тарбия дарсларидан ташқари машғулотлар таъсири остида ривожланади.

ХУЛОСА

Тадқиқот натижалари республикамизда жисмоний тарбия фани олдида турган бир қанча асосий муаммоларни очиб беради. Мисол учун, ўқувчиларнинг катта қисми жисмоний тарбия дарсларида қатнашиш даражаси пастлигидан далолат беради, кўпчилик қизиқиш ёки мотивациянинг йўқлиги уларнинг машғулотларга киришига асосий тўсиқ сифатида қаралади. Ўқитувчиларда жисмоний тарбия бўйича юқори сифатли таълим бериш учун ресурслар ва тайёргарликнинг етишмаслиги билан боғлиқ муаммолар мавжуд, жумладан, спорт анжомлари ва жиҳозлардан фойдаланиш чекланган.

Бундан республикамиздаги умумтаълим мактабларида жисмоний тарбия фанининг илмий-методик асосларини сезиларли даражада такомиллаштириш зарур, деган хулосага келинади. Бу янада кенгроқ ва далилларга асосланган ўқув дастурини ишлаб чиқиш, ўқитувчилар учун қўшимча ресурслар ва тренинглар олиб бориш, шунингдек, ўқувчиларнинг умумий саломатлиги ва фаровонлиги учун жисмоний тарбия дарсларининг муҳимлигини тарғиб қилишда ота-оналар ва жамоатчилик вакиллари жалб қилишни ўз ичига олади. Ушбу масалаларга илмий ҳолда ва далилларга асосланган ёндашиш орқали ўқитувчилар ва тадқиқотчилар биргаликда республикамизда ўқувчилар эҳтиёжларига жавоб берадиган янада

самарали ва таъсирчан жисмоний тарбия бўйича дарсдан ташқари машғулотлар тизимини такомиллаштиришни кўзда тутди.

Фойдаланилган адабиётлар рўйхати:

1. Мирзиёев Ш.М. Миллий тараққиёт йўлимизни қатъият билан давом эттириб, янги босқичга кўтарамиз. Тошкент – 2017 у. 145-б.
2. Ўзбекистон Республикаси Президентининг 2017 йил 3 июндаги ПҚ-3031-сон “Жисмоний тарбия ва оммавий спортни янада ривожлантириш чоратадбирлари тўғрисида”ги қарори (Ўзбекистон Республикаси қонун ҳужжатлари тўплами, 2017 й., 23-сон, 455-модда, 37-сон, 982-модда).
3. Ўзбекистон Республикаси Президентининг 2017 уй 7 февралдаги ПФ-4947-сон “Ўзбекистон Республикасини янада ривожлантириш бўйича Ҳаракатлар стратегияси тўғрисида” Фармони (Ўзбекистон Республикаси қонун ҳужжатлари тўплами, 2017 й., 6-сон, 70-модда, “Халқ сўзи”).
4. Мухаммадиев К.Б. Жисмоний тарбия ва спорт машғулотлари жараёнида талабаларда экологик маданиятни ривожлантиришни илмий-педагогик асослаш.
5. Саламов Р.С. Исследование воспитания качества быстроты у учащихся 4 класса с использованием игрового метода: (13.00.04): Автореф. дис. на соиск. учен. степени канд. пед. Наук. М. 1975. – 24 с.
6. Гончарова О.В. Ёш спортчиларнинг жисмоний қобилиятларини ривожлантириш. ЎзДЖТИ, Т. 2005. – 171 б.
7. Керимов Ф.А. Спорт кураши назарияси ва услубияти. Дарслик. Т., 2008. – 285 б.