



Lesson of physical education as a means of developing schoolchildren's will qualities

Dilmurod TURDIMURODOV¹

Termez State University

ARTICLE INFO

Article history:

Received May 2021

Received in revised form

28 May 2022

Accepted 20 June 2022

Available online

25 July 2022

Keywords:

volitional qualities of schoolchildren, physical education lesson, pedagogical approach, activation of mechanisms of volitional efforts, means of physical education.

ABSTRACT

The article deals with the lesson of physical education at school as one of the forms of development of volitional qualities in schoolchildren. The lesson of physical education in secondary schools has some advantages in the formation and development of volitional qualities in schoolchildren through the use of physical education. To achieve the goal throughout the research experiment, the academic year was divided into three stages, which allowed students to adapt to physical activity. The author notes that in the course of the experiment, the lesson acted as one of the forms of using the means of physical education to solve the problem of the development of volitional qualities in schoolchildren and the development of such volitional qualities as purposefulness, endurance, perseverance, determination, and initiative. The author proves that the volitional qualities of schoolchildren develop through the performance of physical exercises, and the lesson of physical education as a means plays an important role in their development.

2181-1415/© 2022 in Science LLC.

DOI: <https://doi.org/10.47689/2181-1415-vol3-iss6/S-pp74-80>

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>)

Жисмоний тарбия дарси мактаб ўқувчиларида иродавий сифатларни ривожлантирувчи восита сифатида

АННОТАЦИЯ

Калит сўзлар:

мактаб ўқувчиларининг иродавий сифатлари, жисмоний тарбия дарси, педагогик ёндашув,

Мақолада мактаб ўқувчиларида иродавий сифатларни ривожлантириш шаклларида бири сифатида мактабдаги жисмоний тарбия дарс жараёни кўриб чиқилади. Умумтаълим мактабларида жисмоний тарбия дарсини

¹ Lecturer, Termez State University. Termez, Uzbekistan. E-mail: profboks2020@gmail.com.

иродавий ҳаракатлар
механизмларини
фаоллаштириш,
жисмоний тарбия
воситалари.

Ўқувчиларда иродавий сифатларни шакллантириш ва ривожлантиришда восита сифатида қўллаш маълум афзалликларга эгадир. Мақсадга эришиш учун бутун тадқиқот эксперименти давомида ўқув йили уч босқичга бўлинган бўлиб, бу ўқувчиларнинг жисмоний фаолиятга мослашишига имкон берди. Муаллифнинг таъкидлашича, тажриба жараёнида жисмоний тарбия дарси мактаб ўқувчиларида мақсадга интилувчанлик, матонат, қатъият, ташаббускорлик каби иродавий сифатларни ривожлантириш муаммоларини ҳал қилишда жисмоний тарбия воситаларидан фойдаланиш шаклларида бири бўлиб хизмат қилди. Муаллиф мактаб ўқувчиларининг иродавий сифатлари жисмоний машқлар бажариш орқали ривожланиб боришини, жисмоний тарбия дарси восита сифатида уларнинг ривожланишида муҳим рол ўйнашини исботлайди.

Урок физического воспитания как средство развития волевых качеств у школьников

Ключевые слова:

волевые качества
школьников,
урок физического
воспитания,
педагогический подход,
активизация механизмов
волевых усилий,
средства физического
воспитания.

АННОТАЦИЯ

В статье рассматривается урок физического воспитания в школе как одной из форм развития волевых качеств у школьников. Урок физического воспитания в общеобразовательных школах имеет некоторые преимущества при формировании и развития волевых качеств у школьников путем использования средств физического воспитания. Для достижения цели на всем протяжении исследовательского эксперимента, учебный год был разделен на три этапа, позволившим ученикам адаптироваться к физическим нагрузкам. Автор отмечает, что в процессе эксперимента урок выступал как один из форм применения средств физического воспитания по решению проблемы развития волевых качеств у школьников и развитию таких волевых качеств, как целеустремленность, выдержка, настойчивость, решительность, инициативность. Автор доказывает, что волевые качества у школьников развиваются через выполнение физических упражнений, а урок физического воспитания как средство выполняет важнейшую роль по их развитию.

КИРИШ

Ҳар қандай турдаги умумтаълим муассасалари фаолиятини тартибга солувчи меъёрий-ҳуқуқий ҳужжатларда мактаб ўқувчиларида иродавий сифатларни ривожлантириш устувор вазифалардан бири деб белгилаб берилган. Ва бу ҳозирги даврда таълим тизимининг барча соҳаларида “доимий” ва “муаммовий” педагогик муаммо сифатида кўриб келинади [1, 2].

“Доимий” деганда, биринчидан, унинг ечими инсоннинг ўзига хос ўсмирлик даврига тўғри келади, бу даврда ҳамма нарса фаол равишда шаклланади ва ривожланади, жумладан, кучли иродавий шахсият сифатлари ҳам. Иккинчидан, бу аниқ “бир марталик ва ҳамма учун” деган ечимга эга эмас, чунки ҳар бир янги авлод ўсмирлари янги ижтимоий шароитларда балоғатга етишади, янги ва “эски”, аммо сезиларли даражада қайта шаклланган омиллар таъсирида бўлади. Бинобарин, ижтимоий тараққиётнинг ҳар бир янги босқичида ушбу жараён илмий изланишни, уни ҳал этиш услублари, шакллари, усуллари ишлаб чиқишни талаб қилади [3, 4].

“Муаммовий” лигининг сабаби эса ҳар бир ўсмир, ота-оналар ва ўқитувчилар учун ушбу жараён муҳим ва амалий вазифа эканлигидадир. Ўсмирнинг бугуни ва келажаги, ўтиш даврининг қийинчилик ва машаққатларини енгиб ўта олиши, катталар ҳаётига қадам қўйишдаги муваффақияти кўп жиҳатдан унинг самарали ечимига боғлиқдир. Иродавий сифатлар келажақда рол ўйнайдиган баъзи кечиктирилган шахсий сифатлар эмас. Улар “шу ерда ва ҳозир”, ҳам таълимда, ҳам тобора кенгайиб бораётган ва мураккаброқ бўлган синфдан ташқари машғулотларда ҳам долзарбдир [5, 6].

Ушбу вазиятлар туфайли муаммонининг ечимини топиш тасодифий эмасдир. У иродавий сифатларни ривожлантириш амалий вазифасининг ҳам “доимий” лиги, ҳам “муаммовий” лиги билан ҳам, бу жараёнга жисмоний тарбия воситасида таъсир кўрсатишнинг ўзига хос хусусияти ва имкониятлари билан боғлиқ. Жисмоний тарбия дарслари восита сифатида ўсмирларнинг жисмоний камолотга бўлган истакларини қондириш, ўз ривожланиш суръатларини тезлаштириш, ўз хусусиятлари билан ажралиб туриш, ўзини намоён қилиш, обрўга эришиш, ўзига бўлган қизиқишни ошириш ва тенгдошлари орасида муносиб ўрин эгаллашга имкон беради.

МАТЕРИАЛЛАР ВА МЕТОДОЛОГИЯ

Сўнгги йилларда жисмоний тарбия ёрдамида ушбу муаммони ҳал қилишнинг айрим жиҳатларига бағишланган бир қатор тадқиқотлар олиб борилди. Бу, биринчи навбатда, жисмоний тарбия асосларини ўрганиш (Л.И. Божович [7], И.В. Болизова [8], А.В. Петровский [9] ва бошқалар), шахснинг иродавий сифатларини шакллантириш (Ю.Я. Горбунов [10], Д.И. Турдимуродов [14], В.В. Пичурин [11, 12, 13]), мактаб ўқувчиларида жисмоний тарбия воситасида иродавий сифатларни шакллантириш (Я.М. Абдуллаев, Д.И. Турдимуродов [1, 2]) каби илмий изланишлардир. Педагогик адабиётлар таҳлили шуни кўрсатадики, бугунги кунда ёш ўқувчиларни жисмоний тарбиялаш бўйича маълум тажриба тўпланган, аммо замонавий шароитда ўсмирларда жисмоний тарбия жараёнида иродавий сифатларни шакллантириш муаммоси етарлича ўрганилмаган.

Жисмоний тарбия воситалари мактаб ўқувчилари билан ишлашда турли шаклларда қўлланилади. Булар жисмоний тарбия дарси, мактаб кунидаги жисмоний тарбия машғулоти, спорт мусобақалари, спорт байрамлари, спорт тўғарақлари ва секцияларидаги машғулотлар ва бошқалар. Шу билан бирга, аниқ ўқув вазифаларини ҳал қилиш учун жисмоний тарбия дарсидан восита сифатида фойдаланишнинг асосий шакли дарсдир [14, 15, 16].

Дарс жисмоний тарбиянинг бошқа шакллариغا нисбатан бир қатор афзалликларга эга. Бу жисмоний тарбиянинг бошқа воситалари билан бирликда олиб бориладиган, ўқитувчининг бевосита раҳбарлигида, ўқувчиларнинг ёши, жинси ва

индивидуал имкониятларини ҳисобга олган ҳолда амалга ошириладиган жисмоний машқларнинг тизимли шаклидир [17, 18]. Жисмоний тарбия назарияси ва методикасида дарсга нисбатан қатъий талаблар қўйилади, уларнинг бажарилиши дарснинг ҳар қандай вазифаларини ҳал қилиш самарадорлигини белгилайди [19, 20].

1. Дарс мақсадларини белгилашнинг аниқлиги. Ҳар бир дарс учун 2-3 та вазифа белгиланиши мумкин, улардан бири дарсда асосий бўладиган аниқ машққа қараб, ўзига хос иродавий сифатни ривожлантириш билан боғлиқ бўлиши керак.

2. Дарсда қўйилган вазифаларга мос келадиган ўқитиш воситалари ва усулларини мақсадга мувофиқ танлаш. Дарснинг бирон-бир вазифасини ўқув материални олдиндан танламасдан, синфнинг тайёргарлигини, ёш ва жинс хусусиятларини ҳисобга олмасдан амалга ошириб бўлмайди.

3. Педагогик вазифаларнинг йўналиши, ўқув материалнинг мазмуни, жисмоний фаолият ҳажми ва интенсивлиги бўйича дарснинг олдинги ва кейингилари билан узвий боғлиқлигини таъминлаш.

4. Дарсда фронтал, гуруҳли ва индивидуал ишларнинг комбинацияси. Ҳар қандай дарс фақат иштирокчиларнинг индивидуал хусусиятларини ҳисобга олган ҳолда иродавий сифатларни ривожлантиришга ёрдам беради.

5. Дарслар мазмунини, уларни ўтказиш ва ташкил этиш усулларини доимий равишда ўзгартириш. Машғулотларнинг турли мазмуни, методик таъминоти болаларда жисмоний тарбияга қизиқишни шакллантиришга ёрдам беради ва шунинг учун иродавий сифатларни ривожлантиришга янада кучли таъсир кўрсатади.

6. Дарсда машғулот хавфсизлигини таъминлаш. Жисмоний тарбия дарсларида шикастланиш хавфининг ортиши унинг мазмуни ва табиати билан шартланади. Спорт майдончаларида, гимнастика анжомларида дарс тўғри ташкил этилмаса, ўқувчиларнинг жароҳатланишига олиб келадиган турли вазиятлар юзага келади. Бундай ҳолларда иродавий сифатларнинг ривожланиши ҳақида гап бўлиши мумкин эмас.

7. Дарс жараёнидаги фаолиятнинг бориши ва натижаларни доимий назорат қилиш. Бу ўқувчиларнинг дарсдаги фаолиятини оператив бошқариш, керакли тузатишларни тезкорлик билан амалга ошириш, жисмоний машқларни ривожлантиришда индивидуал ёрдам бериш имконини беради.

Ушбу талабларнинг ҳар бири ўқувчиларда иродавий сифатларни ривожлантириш муаммосини ҳал қилишдаги махсус восита эмасдир. Шу билан бирга, уларни амалга ошириш мажбурийдир, ушбу талабларни ҳисобга олмаган ҳолда дарснинг ҳар қандай аниқ тарбиявий вазифасини, жумладан, иродавий сифатларни ривожлантиришни ҳал қилиш мумкин бўлмайди [21, 22].

Шундан келиб чиққан ҳолда, 2019/20-2020/21 ўқув йилларида Сурхондарё вилоятининг Жарқўрғон туманидаги 7-сонли умумтаълим мактаби базасида ўсмирлар ўртасида ўтказилган иродавий сифатларни ривожлантириш бўйича тажриба-синов ишларини уч босқичда: бошланғич (биринчи чорак), асосий (иккинчи ва учинчи чорак) ва назорат ва тузатиш киритиш (корректировка) (тўртинчи чорак) ўтказилди.

НАТИЖАЛАР ВА МУҲОКАМА

Дарсларнинг “бошланғич” босқичида муаллиф ёзги таътил пайтида ўқувчилар синфдошлари жамоасини соғиниб, жисмоний тарбия дарсларини кўпроқ “ўқув шакли” сифатида қабул қилишларига асосланди, бу эса синфдошлар жамоаси

таркибида жисмоний ҳаракат ва фаолиятга бўлган табиий эҳтиёжни тўлиқ қондириш имкониятини берди. Шу боис спорт ўйинларидан, тоза ҳавода енгил атлетика ва турли эстафеталардан соддалаштирилган қоидаларга мувофиқ фаол фойдаланиш орқали уларнинг қизғин фаолиятини таъминлаш ва ўргатишга катта эътибор берилди. Мақтов шаклида рағбатлантириш, ўқитувчи-нинг одилонга ёндашуви, синфдошларнинг адолатли мулоҳазалари, эришилган натижаларни объектив баҳолаш ўқувчиларда мақсадга интилувчанлик, матонат, қатъият, ташаббускорлик каби иродавий сифатларни ривожлантиришда катта ёрдам беради.

Иккинчи босқичда асосий эътибор ўқувчиларнинг жамоада ўзини тасдиқлаш жараёнларига қаратилди. Кўпгина болалар психологлари таъкидлаганидек, бу ёшда ўзини тасдиқлаш ўсмирларда, кўпинча, агрессив хатти-ҳаракатлар орқали намоён бўлиб, камдан-кам ҳолларда ўқувчининг интеллекти орқали содир бўлади. Шу сабабли вазифа тариқасида ўсмирларнинг "агрессивлигини" иродавий сифатларни ривожлантиришда оптимал фаол жисмоний (спорт) беллашувга йўналтириш берилди. Бу босқичдаги муҳим жиҳат ўқувчиларда жисмоний тарбия машғулотларида ўртоқларига ғамхўрлик қилиш, спорт машғулотларида жамоанинг муваффақияти, орқада қолганларга ёрдам бериш, уларнинг фаолиятини болалар эҳтиёжлари билан мувофиқлаштириш одатларини ривожлантиришдир. Ушбу босқичда қатъиятлилик ва матонат сифатларини ривожлантириш ўқув вазифаларини бажаришда сабр-тоқатни шакллантириш, ўқитувчининг топшириқларини бажаришга содиқлик, синфда рақобат муҳитини яратиш орқали фаол равишда давом этди.

Учинчи – коррекцион-назорат босқичида ўқувчиларда иродавий сифатларни ривожлантиришнинг эришилган даражалари муаллиф танлаган ва иродавий сифатларни ривожлантириш бўйича ишларни олиб бориш учун мослаштирилган методология бўйича назорат қилинди. Олинган натижаларни таҳлил қилиш асосида иродавий сифатларни ривожлантириш дастурининг мазмунига зарур тузатишлар киритилди, улар иродавий сифатларни ривожлантиришнинг кейинги циклида (ўқув йилида) ҳисобга олиниши керак эди. Ушбу босқичда жисмоний сифатларнинг ривожланиш даражасини текширадиган назорат синфларига катта эътибор берилди. Максимал балл олиш учун ўқувчи мавжуд иродавий сифатларни – мақсадга интилувчанлик, матонат, қатъиятни сафарбар қилиши ва намоён қилиши керак бўлди. Ушбу босқичда жисмоний тарбияга ўқувчиларнинг онгли ёндашуви яққол намоён бўлди. Ўқувчилар ўзларининг муайян мустақиллик, ҳаракат эркинлиги ҳуқуқини фаол ҳимоя қилдилар. Бу даврда улар ортиқча насиҳат, ҳаддан зиёд васийликка тоқат қила олмайдилар, уларга ижтимоий ташаббусни, мақсадни белгилашда мустақилликни, унга эришиш йўллари танлашда, унга эришиш учун масъулиятни ўз зиммаларига олишда тўғри йўналиш бериш керак. Шунинг учун буларнинг барчаси ўқитувчилар томонидан рағбатлантирилиб, оқилонга томонга йўналтирилди.

Жисмоний тарбия дарсларида иродавий сифатларни шакллантириш ва ривожлантиришнинг самарали усулларида бири бу ҳар бир ўқувчининг "Ўз-ўзини ривожлантириш кундалиги"ни юритиши эди. Бундай "Кундалик"да ўқувчи ўзида куч, тезлик, чаққонлик, чидамлик каби асосий жисмоний сифатларни ривожлантириш учун мустақил равишда мақсадлар қўйиши ва бу сифатларнинг ҳар бири

учун қандай натижаларга эришмоқчи эканлигини кўрсатиши керак бўлди. Бундай кундаликларнинг асосий мақсади жисмоний сифатларни ривожлантиришга эришиш эмас (гарчи улар дастлаб бунга қаратилган бўлса ҳам, бу ўқув дастурида муҳим аҳамиятга эга), балки уларни ривожлантириш учун иродавий ҳаракатларни киритиш механизмларини фаоллаштириш эди. Олинган натижалар жисмоний ва иродавий сифатлар ўртасида тўғридан-тўғри боғлиқлик мавжуд эмаслигини кўрсатади. Кучли, чидамли, тезкор бўлиш мустақил, мақсадга интилувчан, қатъиятли ва ўзини тута билиш дегани эмас.

ХУЛОСА

Демак, жисмоний тарбия дарсининг асосий мақсади иродавий сифатларни ривожлантириш учун шароит яратишдир. Катталар томонидан ўзига бўлган ишонч ва ҳурматни ҳис қилган, ўз кучи ва мустақиллигига ишонган ўқувчилар жисмоний тарбия ва спорт машғулотида бажонидил, катта иштиёқ билан қатнашадилар, ўзларининг кучли иродавий сифатларини максимал даражада намоён этадилар. Бундан ташқари, улар масъулият ва ўз-ўзини назорат қилиш кўникмаларини фаол ривожлантирадилар.

Тажриба ишлари шуни кўрсатдики, синфда иродавий сифатларни ривожлантиришда педагогик йўл-йўриқнинг ўзига хос ўлчови ўқувчиларнинг жамоавий ва мустақил ҳаракатлари тажрибаси, ўқувчилар жамоасининг ривожланиш даражалари, ундаги муносабатлар характери, ўқувчиларнинг фаол, мақсадли жисмоний фаолиятга интилишига сабаб бўладиган ўйланган рағбатлантиришнинг самарадорлиги, синфда, мактабда, туманда, шаҳарда жисмоний тарбия ва спорт ишлари мазмунига боғлиқдир. Шунинг учун дарс иродавий сифатларни ривожлантириш учун жисмоний тарбия воситаларидан фойдаланишнинг асосий шакли ҳисобланади.

Фойдаланилган адабиётлар рўйхати:

1. Абдуллаев Я.М., & Юлдашевич Т.Д. (2020). Создание педагогических условий в формировании волевых качеств у учеников начальных классов. In Colloquium-journal (№. 24 (76), PP. 36–38). Голопристанський міськрайонний центр зайнятості.
2. Абдуллаев Я.М., & Турдимуродов Д.Й. (2020). Ўсмир ёшдаги ўқувчиларда иродавий сифатларни жисмоний тарбия воситалари орқали ривожлантириш. Современное образование (Узбекистан), (9 (94)), 56–62.
3. Абдуллаев Я.М. (2021, October). Особенности развития физических качеств у учеников старшего школьного возраста средствами подвижных игр. In “Online-conferences” PLATFORM (PP. 523–525).
4. Alikulovich M.K., & Yuldashevich T.D. (2020). Development of physical training skills and formation of willpower qualities in extracurricular activities. European Journal of Research and Reflection in Educational Sciences Vol, 8(3), 2021.
5. Alikulovich M.K. (2022). Formation of motivations in adolescents in swimming. Academics Globe: Inderscience Research, 3(04), 565-568.
6. Alikulovich M.K. (2022). Method of developing speed-strength qualities in young swimmers 12-14 years. Modern Journal of Social Sciences and Humanities, 4, 179–182.
7. Божович Л.И. Проблемы формирования личности / Л.И. Божович. – М.: Просвещение, 1977. – С. 349.

8. Болизова И.В. Взаимосвязь самооценки и волевой регуляции в онтогенезе / И.В. Болизова // Психологический журнал. – Т. 19. – №4. – 1998. – С. 27-40.
9. Возрастная и педагогическая психология: учеб. пособие для пед. ин-тов / под ред. А. В. Петровского. – М.: Просвещение, 1973. – С. 268.
10. Горбунов Ю.Я. Возрастная динамика развития волевой активности в учебной деятельности: монография / Ю.Я. Горбунов. – Пермь: Пермский гос. пед. ун-т, 2011. – С. 123.
11. Пічурін В.В., & Москаленко Н.В. (2022). Особливості впливу занять стаєрським бігом на формування вольових якостей у студентів.
12. Пічурін В.В. (2021). Вплив занять міні-футболом на формування вольових якостей студентів.
13. Пічурін В.В., & Пічурін В.В. (2022). Формування вольових якостей особистості студентів в процесі занять спортивною гімнастикою.
14. Turdimurodov D.Y. (2021). Testing volitional qualities for students of high schools of secondary school. *The American Journal of Social Science and Education Innovations*, 3(03), 405–413.
15. Turdimurodov D.Y. (2021). Preschool period: pedagogical aspect of education of will in a child. *Current research journal of pedagogics*, 2(09), 47–51.
16. Турдимуродов Д. (2021). Formation and education of will in schoolchildren in the process of physical education lesson. *Mental Enlightenment Scientific-Methodological Journal*, 2021(02), 64–74.
17. Турдимуродов Д.Й. Актуальные научные исследования в современном мире. Актуальные научные исследования в современном мире Учредители: Общественная организация Институт социальной трансформации, 140–144.
18. Турдимуродов Д.Ю. (2020). Готовность подростков к волевым напряжениям и педагогические условия ее формирования в процессе физического воспитания в общеобразовательной школе. *Science, Research, Development*, 2, 309–311.
19. Turdimurodov D.Y. (2021). Features of the manifestation of volitional efforts in the process of external stimulation in schoolchildren of 10-12 years old. *Academic research in educational sciences*, 2(4), 1348–1354.
20. Turdimurodov D.Y. (2021). Willed qualities of a personality and ways of their formation in sport. *ISJ Theoretical & Applied Science*, 12(104), 689-692.
21. Турдимуродов Д.Й. (2021). Ўқувчиларнинг иродавий сифатларини шакллантиришда жисмоний тарбия воситаларининг имкониятлари. *Инновации в педагогике и психологии*, 4(7).
22. Yuldashevich T.D. (2022). Application of Innovative Technologies in the Process of Formation of Will Qualities. *European Multidisciplinary Journal of Modern Science*, 4, 826–828.