



Technologies for the formation of a healthy lifestyle culture among future teachers based on mixed educational technologies

Akmaljon MAKHKAMOV¹

Kokand University

ARTICLE INFO

Article history:

Received July 2023
Received in revised form
15 July 2023
Accepted 25 July 2023
Available online
15 August 2023

Keywords:

mixed educational technologies,
healthy lifestyle,
classroom and independent work,
mixed online and offline educational technologies.

ABSTRACT

Higher education serves as an opportunity for the future student to acquire a comprehensive education and achieve a comprehensive work goal. Such activity has been cited as having a high degree of privacy in Japan, which is a step-by-step transfer of high quality.

2181-1415/© 2023 in Science LLC.

DOI: <https://doi.org/10.47689/2181-1415-vol4-iss6/S-pp45-49>

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>)

Аралаш таълим технологиялари асосида булажак уқитувчиларда соғлом турмуш тарзи маданиятини ривожлантириш технологиялари

АННОТАЦИЯ

Калит сўзлар:

Аралаш таълим технологиялари,
соғлом турмуш тарзи,
аудитория ва мустақил иш,
аралаш on-line ва off-line таълим технологияси.

Олий таълим муассасасида бўлажак ўқитувчиларнинг давом этадиган мустақил таълим олишга тайёр бўлиши ва мустақил ишлар мақсадга эришишнинг асосий воситаси бўлиб хизмат қилади. Мазкур мақолада бундай фаолият олий маълумотли мутахассисларни босқичма-босқич тайёрлашга ўтиш жараёнида катта устунликка эгаллиги хусусида маълумотлар келтириб ўтилган.

¹ Department of Education, Faculty of Education, Kokand University.

Технологии формирования культуры здорового образа жизни у будущих педагогов на основе смешанных образовательных технологий

АННОТАЦИЯ

Ключевые слова:

Смешанные образовательные технологии, здоровый образ жизни, аудиторная и самостоятельная работа, смешанные on-line и off-line образовательные технологии.

В высшем учебном заведении основным средством достижения цели является развитие способности студентов к самостоятельной работе и получению непрерывного образования. Высшее образование становится ключевым фактором в формировании способности будущего учителя к получению непрерывного профессионального образования и достижению целей в профессиональной деятельности. В данной статье отмечается, что такой подход имеет значительные преимущества в процессе привлечения к поэтапному обучению высококвалифицированных специалистов.

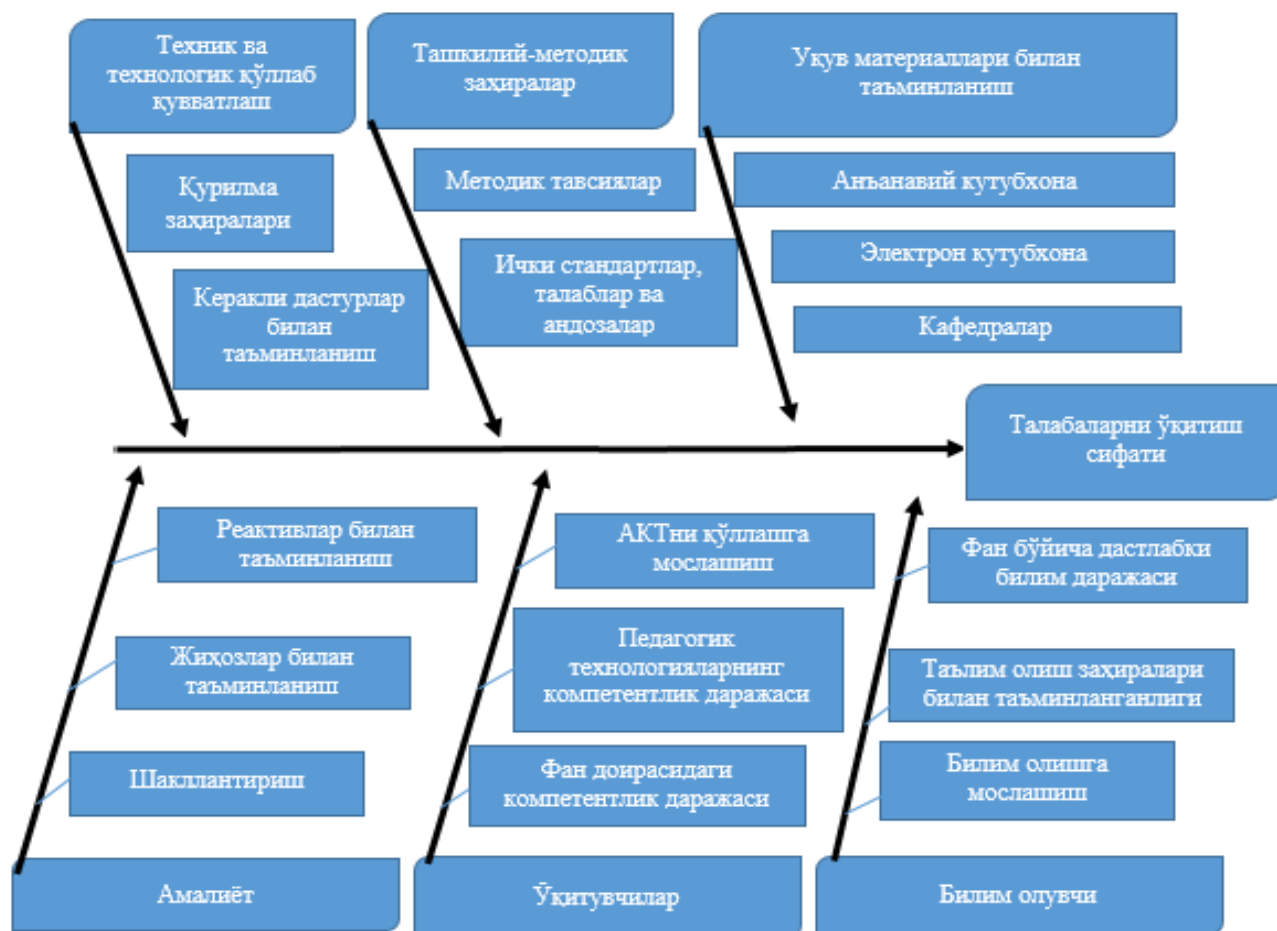
Жаҳонда соғлом авлодни муваффақиятли ривожланишининг асоси сифатида барча таълим муассасалари педагогларининг соғлом турмуш тарзи маданиятини ривожлантиришга алоҳида аҳамият бериб келинмоқда. Бугунги кунда жаҳон миқёсида аралаш таълим технологиялари асосида бўлажак ўқитувчиларнинг соғлом турмуш тарзини ривожлантириш учун барча шароит ва имкониятлар яратиб келинмоқда. Олий таълим муассасасида бўлажак ўқитувчилар давом этадиган мустақил таълим олишга тайёр бўлиши керак. Мустақил ишлар мақсадга эришишининг воситаси бўлиб хизмат қилади. Таъкидлаш керакки, таълим муассасасидаги таълим жараёни талабанинг ўз хоҳиши билан мустақил билим олишига олиб келмайди, балки таълим олувчининг ўқитувчи томонидан тизимли бошқариладиган фаолияти ҳисобланади. Бундай фаолият олий маълумотли мутахассисларни боқичма-боқич тайёрлашга ўтиш жараёнида катта устунликка эга. Билим йўналиши, қизиқиш, билишга эҳтиёж ўқиш фаолияти ва фаоллигининг зарурий шартидир. Берилаётган ахборот талаба томонидан билим олишга зарурат туғилганда фаол қабул қилинади. Ўрганилаётган фаннинг мураккаблик даражаси бир хил бўлган таркиби талабанинг тасаввур қилиш услуби, қабул қилиш мотиви ва қизиқиши бўйича турлича ўзлаштирилиши мумкин. Талабанинг келажак фаолиятга, аниқ бир фанга қизиқиш турғунлиги ўқиш ва илмий фаолият жараёнида юзага келади. Аудитория соатларини қисқартиришда педагогик фаолиятнинг асосий эътибори талаба ўқитувчи раҳбарлиги ва назорати остида бажарадиган мустақил ишларга қаратилади. Бу иш аудитория машғулотларига тайёргарлик, алоҳида мавзулар бўйича топшириқлар ишлаб чиқиш, ёзма назорат ишларини бажариш, жорий, оралиқ ва якуний назоратларга тайёргарликни ўз ичига олади. Аудитория ва мустақил иш (жорий назорат), талаба эгаллаган умумтаълим билимларини (кириш назорати) ва берилган фан ўрганилгандан сўнг ўзлаштирилган билимларни назорат қилиш ўқув жараёни педагогик технологиясининг ажралмас қисми ҳисобланади. Ҳозирги кунда чет элларда аралаш таълимнинг (электрон-кундузги) ҳиссаси ортиб бормоқда. Бундан ташқари, аралаш on-line ва off-line таълим технологияси ривожланмоқда, натижада

Ўқув материалининг бир қисми электрон курс шаклида, қолгани эса, виртуал синфдаги дарс шаклида амалга оширилиши мумкин. Бундай таълим талабалардан ўз ўқув жараёнини бошқаришни (режалаштириш, ташкил қилиш, назорат), юқори даражада ташкилотчиликни, маълум қобилиятларни, уқувларни, таълим олиш жараёни натижаларини баҳолашни талаб этади. Шундай қилиб, талаба ўқитувчи билан бирга назорат ишларини бажаришга қай даражада тайёр эканлигини мустақил баҳолаши лозим. Шу билан бирга мустақил ўзлаштириладиган материалнинг тушунилиш даражасини даврий равишда баҳолаб бориш керак. Шу сабабли, ўқув фаолиятини бошқариш жараёнининг асосий қисми ўз-ўзини назорат қилиш ҳисобланади ва ўқув материали яхши ўзлаштирилганлигига ишонч ҳосил қилинади. Таълим жараёнида билим, кўникма ва малакаларни талабанинг ўзини ўзи баҳолаш усули педагог билан ўзаро алоқанинг камайиши ҳисобига катта аҳамият касб этади. Талаба ўқув дастури ўзини қониқтиришига ишонч ҳосил қилиши керак. Бу ҳолда ўқитувчининг иши спорт мураббийсининг ишини эслатади, у спортчига фақат ҳаракатларни қандай бажаришни ўргатибгина қолмай, уни ўзини ўзи назорат қилиш ва тузатишлар киритишга ўргатади. Агар ўз-ўзини назорат қилиш уқувлари ишлаб чиқилмаган бўлса, талаба фаолиятидаги хатоларни ўқитувчи тузатиши ташқи назоратга ўргатиб қўяди. Методик ва тест материаллар мавжуд бўлганда талабаларнинг ўз-ўзини назорат қилиши ва баҳолаши таълимга нисбатан ижобий муносабат шаклланишига самарали таъсир кўрсатади ва у қуйидагиларга имкон яратади: – талабага ўқув фаолиятини режалаштириш; – мақсад қўйиш ва ўқиш муаммоларини ҳал қилиш; – ўқув материални тизимлаш; – асосий ғояларни ва иккинчи даражалилардан асосийсини ажратиш; – натижаларни баҳолаш, тест ўтказиш ва ахборотларни қийслаш орқали ўқув фаолиятининг барча босқичларида натижаларни баҳолаш ва ўзини баҳолаш. Барчамизга маълумки, талабаларнинг мустақил иши ўқув режада ажратилган умумий соатнинг 40 % ни ташкил этади. Ҳозирда талабаларнинг мустақил иши фаннинг ўзига хос томонларидан келиб чиққан ҳолда ҳар хил турларда ташкиллаштирилади.

Олий таълим субъектлари бўлмиш талабалар очиқ электрон таълим ресурслари ва хориж ОТМ кафедрасининг профессор-ўқитувчилари томонидан ОООК ўрганилиб чиқилади. Кафедранинг йўналишидан келиб чиққан ҳолда ОООК ўқув модуллари ажратиб олинади. Ажратиб олинган ўқув модулларининг қийинлик даражаси, ўқув модулини ўзлаштиришга кетадиган вақти, курсни ўзлаштириш учун талабадан талаб қилинадиган минимал билим талаблари ўрганиб чиқилади. Танлаб олинган ўқув фан модули бўйича ички назоратни ташкиллаштириш мақсадида имтиҳон-назорат саволлари тузилади. Ажратиб олинган ўқув фан модуллари кафедра йиғилишида муҳокама қилинади ва махсус баённома асосида тасдиқланиб, институт илмий-услугий кенгашига тасдиқлаш учун тақдим этилади. Мустақил иш сифатида талабаларга ОООК берилаётган ўқув фанлари рўйхати тавсия сифатида берилади. Талаба мустақил иш сифатида ОООК томонидан тақдим этилаётган курсни (ўқув фанини ёки модулини) ўзлаштиради. Ўзлаштиригандан кейин кафедра томонидан ички назорат тестларини топшириб мустақил иши баҳоланади. Адабиётдан фойдаланган ҳолда талабаларнинг мустақил таълимини ташкиллаштириш механизми ўз аксини топган. Электрон таълимда тингловчилар мустақил, эркин ва ихтиёрий билим олиш имкониятига

эга бўлади; талаба ва тингловчи ўртасидаги алоқа ҳиссий муносабатлардан холи бўлганлиги учун тингловчиларнинг ўзлаштириш даражаси бевосита унинг интеллектуал томонларига боғлиқ; кўргазмалиликнинг кенг имкониятларидан фойдаланиш яъни эшитиш, кўриш, идрок қилиш, эсда сақлаб қолиш, тушуниш мушоҳада қилишда техник жараёнларнинг фаол иштироки ёрдамида эгалланаётган билим моҳиятини чуқурроқ англашга ёрдам беради. Электрон таълимда асосий эътибор ўқув-услубий материалларни тайёрлашга қаратилади. Чунки ўқув услубий материалларнинг сифати масофадан ўқитиш сифатининг энг асосий омилларидан биридир. Ўқиш тартиби қуйидагича: ўқитувчи курс билан таништиради ва топшириқлар беради. Ўқувчи кўрсатилган манбалар билан ишлаб, топшириқларни бажаради ва ўқитувчига юборади. Ўқитувчи уни текширади, зарур ҳолда кўрсатмалар беради. Шу тартибда курс мавзулари ўрганилади. Музокара Интернет тармоғи орқали амалга оширилади. Ўқиш жараёнида талаба электрон дарсликлардан, электрон кутубхона ва форумлардан, видеоконференциялардан, on-line курслардан ва Web-саҳифалардан фойдаланади. Бу индивидуаллик ўқувчида қизиқиш уйғотади ва уни ўқишда фаолликка, ижодий ёндашувга рағбатлантиради. Уларни тўғри ташкил этиш, ўқитиш сифати ва самарасини белгилайди.

Базавий тоифаларни аниқлаш масаласини ечиш учун Исикава диаграммаси тузилган, бу диаграмма ўқув жараёнларини ўрганишда олинadиган натижалар ва натижаларга эришишга таъсир этувчи омиллар орасидаги боғлиқликни кўрсатади.



Диаграммада ўқув жараёнига технология соҳасидаги кўп кўрсаткичлар ва инсон омили таъсир кўрсатади. Бунда ўқитувчи бир қанча вазифаларни бажарувчи шахс сифатида яққол тарзда кўриниб қолади, яъни у бевосита ўқитувчи, электрон ўқув-услугий мажмуа (ЭЎУМ)ни ишлаб чиқувчи ва яратувчиси, курснинг маъмурий бошқарувчисидир. Очиқ электрон таълим ресурсларидан фойдаланишнинг асосий мақсади олий таълим тизимида дунёдаги энг ривожланган хорижий олий таълим муассасидаги фанни ўқитишдаги илғор педагогик ва методик ишланмаларини ўрганиб чиқиб ва ўқув жараёнига қўллаш ҳисобига ўқув жараёнини сифатини оширишдан иборатдир.

Фойдаланилган адабиётлар рўйхати:

1. Ш.М.Мирзиёев, Эркин ва фаровон, демократик Ўзбекистон давлатини биргаликда барпо этамиз. Ўзбекистон Республикаси Президенти лавозимига киришиш тантанали маросимига бағишланган Олий Мажлис палаталарининг қўшма мажлисидаги нутқ/ Ш.М.Мирзиёев. – Тошкент:Ўзбекистон, 2016. - 56 б.

2. Ш.М.Мирзиёев, “Жисмоний ва маънавий етук ёшлар — эзгу мақсадларимизга етишда таянчимиз ва суянчимиздир” деб номланган Ўзбекистон “Камолот” ёшлар ижтимоий ҳаракатининг IV қурултойидаги нутқи. // Халқ сўзи, 2017 йил 30 июнь.

3. МАКТАБДА МАШҒУЛОТЛАРНИНГ РЕЖАЛАШТИРИШ МАЗМУНИ ВА УНИ ТАШКИЛЛАШ. А.Й.Махкамов, Б.У.Аминов, Б.Б.Дехқонов, INNOVATIVE TRENDS IN SCIENCE, PRACTICE AND 2022.

4. Гимнастика машғулотида шикастланишни олдини олишнинг аҳамияти, А.Й.Махкамов, И.Р.Аҳмаджонов, Б.У.Аминов - Miasto Przyszłości, 2022.

5. SHAPING OF THE HEALTHY LIFESTYLE CULTURE IN PHYSICAL EDUCATION FOR OUR FUTURE TEACHERS.МА Yuldashevich - European Journal of Research and Reflection in ..., 2020

6. IMPROVING THE QUALITY OF EDUCATION THROUGH THE USE OF THE CONCEPT OF “BLENDED LEARNING” IN THE ORGANIZATION AND PHYSICAL AKTIVITY IN HIGHER EDUCATION INSTITUTIONS. АУ Makhkamov - Scientific Bulletin of Namangan State University, 2019

7. УМУМТАЪЛИМ МАКТАБЛАРИДА СПОРТ ТЎГАРАКЛАРИНИ ТАШКИЛ ЭТИШ ОРҚАЛИ ТАЪЛИМ-ТАРБИЯ САМАРАДОРЛИГИНИ ОШИРИШ, А.Ю.Махкамов, И.Х.Алиева, Д.М.Абдуғаниева - Сборники конференций НИЦ Социосфера, 2016