

**JISMONIY TARBIYA DARSLARIDA INTERAKTIV O‘QUV
TEXNOLOGIYALARINI QO‘LLASHNING SAMARADORLIGI.**

Nazarov Nursultan Safarbayevich

Navoiy davlat universiteti

San‘at va sport fakulteti 2-kurs talabasi

Annotatsiya: Mazkur maqolada jismoniy tarbiya darslarida interaktiv o‘quv texnologiyalarini qo‘llashning pedagogik samaradorligi tahlil qilinadi. Interaktiv metodlar orqali o‘quvchilarning dars jarayonidagi faolligi, mustaqil fikrlashi va jamoada ishlash ko‘nikmalarini rivojlantirish masalalari yoritiladi. Shuningdek, axborot-kommunikatsiya texnologiyalari, o‘yinli metodlar va hamkorlikka asoslangan yondashuvlarning jismoniy sifatlarni shakllantirishdagi o‘rni ko‘rsatib beriladi. Tadqiqot natijalari interaktiv o‘quv texnologiyalaridan foydalanish jismoniy tarbiya darslarining ta‘limiy va tarbiyaviy samaradorligini oshirishini asoslaydi

Kalit so‘zlar: Jismoniy tarbiya, interaktiv o‘quv texnologiyalari, pedagogik samaradorlik, faol metodlar, axborot-kommunikatsiya texnologiyalari, sog‘lom turmush tarzi, hamkorlikda o‘qitish.

Zamonaviy ta‘lim tizimida o‘quv jarayonini samarali tashkil etish va o‘quvchilarning faolligini oshirish muhim pedagogik vazifalardan biri hisoblanadi. Ayniqsa, jismoniy tarbiya darslarida an‘anaviy yondashuv bilan bir qatorda interaktiv o‘quv texnologiyalarini qo‘llash dars mazmunini boyitish va ta‘lim sifatini oshirish imkonini beradi. Interaktiv metodlar o‘quvchilarning dars jarayonida faol ishtirok etishini ta‘minlab, ularning jismoniy, aqliy va ijtimoiy rivojlanishiga ijobiy ta‘sir ko‘rsatadi.

Bugungi kunda axborot-kommunikatsiya texnologiyalarining jadal rivojlanishi ta‘lim jarayoniga yangi pedagogik yondashuvlarni joriy etishni taqozo etmoqda. Jismoniy tarbiya darslarida video materiallar, raqamli ilovalar, interaktiv o‘yinlar va jamoaviy mashg‘ulotlardan foydalanish o‘quvchilarning darsga bo‘lgan qiziqishini oshiradi hamda harakatlarni ongli va to‘g‘ri bajarishga yordam beradi. Shu bilan birga, interaktiv texnologiyalar o‘quvchilarda sog‘lom raqobat, jamoaviylik va mas‘uliyat tuyg‘ularini shakllantiradi.

Mazkur maqolada jismoniy tarbiya darslarida interaktiv o‘quv texnologiyalarini qo‘llashning nazariy asoslari va amaliy samaradorligi yoritilib, ularning ta‘lim jarayonidagi ahamiyati ilmiy-pedagogik jihatdan asoslab beriladi.

Zamonaviy ta'lim tizimida jismoniy tarbiya darslarining mazmuni va samaradorligini oshirish dolzarb masalalardan biri hisoblanadi. Bu jarayonda interaktiv o'quv texnologiyalarini qo'llash o'quvchilarning faolligini kuchaytirish, ularning jismoniy va psixologik rivojlanishini ta'minlash hamda sog'lom turmush tarziga bo'lgan ijobiy munosabatni shakllantirishda muhim ahamiyat kasb etadi. Interaktiv texnologiyalar o'quvchilarni dars jarayonining faol ishtirokchisiga aylantirib, an'anaviy "o'qituvchi – o'quvchi" munosabatini hamkorlikka asoslangan ta'lim modeliga o'zgartiradi.

Interaktiv o'quv texnologiyalarining asosiy xususiyati shundaki, ular o'quvchilarning mustaqil fikrlashi, harakatlarni ongli bajarishi va jamoada ishlash ko'nikmalarini rivojlantiradi. Jismoniy tarbiya darslarida bunday texnologiyalar harakatli o'yinlar, guruhli mashqlar, musobaqa elementlari, rolli o'yinlar hamda axborot-kommunikatsiya texnologiyalari yordamida amalga oshiriladi. Natijada dars jarayoni yanada qiziqarli va samarali bo'lib, o'quvchilarning motivatsiyasi ortadi.

Jismoniy tarbiya darslarida interaktiv metodlardan foydalanish o'quvchilarning jismoniy sifatlarini rivojlantirishga ijobiy ta'sir ko'rsatadi. Masalan, kichik guruhlarda bajariladigan mashqlar o'quvchilarda chaqqonlik, tezkorlik va chidamlilikni oshiradi. Guruhli musobaqalar esa sog'lom raqobat muhitini yaratib, o'quvchilarning o'z imkoniyatlarini namoyon etishiga sharoit yaratadi. Bunday mashg'ulotlar davomida o'quvchilar bir-birini qo'llab-quvvatlash, o'zaro hamkorlikda ishlash va umumiy maqsad sari intilish ko'nikmalarini egallaydi.

Interaktiv texnologiyalarni qo'llashda axborot-kommunikatsiya texnologiyalarining o'рни alohida ahamiyatga ega. Video darslar, multimediali taqdimotlar va interaktiv ilovalar orqali mashqlarni to'g'ri bajarish texnikasi namoyish etiladi. Bu esa o'quvchilarga harakatlarni vizual tarzda anglash va amaliyotda to'g'ri bajarishga yordam beradi. Ayniqsa, murakkab mashqlarni o'rganishda bunday texnologiyalar dars samaradorligini sezilarli darajada oshiradi.

Jismoniy tarbiya darslarida interaktiv o'quv texnologiyalarini joriy etishda o'qituvchining roli muhimdir. O'qituvchi darsni rejalashtirish jarayonida interaktiv metodlarning maqsadga muvofiqligini, o'quvchilarning yosh va jismoniy xususiyatlarini hisobga olishi lozim. Har bir darsda qo'llaniladigan texnologiya aniq maqsadga yo'naltirilgan bo'lishi, o'quvchilarning jismoniy rivojlanishiga xizmat qilishi kerak. Shu bilan birga, o'qituvchi dars jarayonida barcha o'quvchilarning faol ishtirokini ta'minlashga e'tibor qaratishi zarur.

Interaktiv metodlar o'quvchilarning psixologik holatiga ham ijobiy ta'sir ko'rsatadi. Jamoaviy mashg'ulotlar va o'yinli texnologiyalar o'quvchilarda ijobiy hissiyotlarni uyg'otib, dars jarayonida qulay psixologik muhitni yaratadi. Bu esa o'quvchilarning darsga bo'lgan qiziqishini oshiradi va ularning o'ziga bo'lgan ishonchini mustahkamlaydi. Natijada jismoniy tarbiya darslari o'quvchilar uchun majburiy mashg'ulot emas, balki maroqli faoliyatga aylanadi.

Shuningdek, interaktiv o'quv texnologiyalari differensial yondashuvni amalga oshirish imkonini beradi. Har bir o'quvchining jismoniy tayyorgarlik darajasi turlicha bo'lganligi sababli mashqlarni individual va guruhli shaklda tashkil etish muhimdir. Interaktiv metodlar yordamida o'quvchilarga ularning imkoniyatlariga mos vazifalar berilib, dars jarayonida barcha o'quvchilarning muvaffaqiyatga erishishi ta'minlanadi. Bu esa o'quvchilarda o'z kuchiga ishonch va darsga nisbatan ijobiy munosabatni shakllantiradi.

Interaktiv texnologiyalarni qo'llash jarayonida xavfsizlik masalalariga ham alohida e'tibor qaratilishi lozim. Har bir mashq va o'yin boshlanishidan oldin uning bajarilish tartibi, xavfsizlik qoidalari va ehtiyot choralarini tushuntirish zarur. O'quvchilarning jismoniy holati, sport anjomlarining holati va mashg'ulot maydonining xavfsizligi doimiy nazorat ostida bo'lishi kerak. Bu esa jarohatlanishning oldini olishga xizmat qiladi.

Xulosa qilib aytganda, jismoniy tarbiya darslarida interaktiv o'quv texnologiyalarini qo'llash dars samaradorligini oshirish, o'quvchilarning jismoniy va ijtimoiy rivojlanishini ta'minlashda muhim ahamiyatga ega. To'g'ri tanlangan va metodik jihatdan puxta tashkil etilgan interaktiv mashg'ulotlar jismoniy tarbiya darslarini mazmunan boyitib, sog'lom va faol yosh avlodni tarbiyalashga xizmat qiladi.

Jismoniy tarbiya darslarida interaktiv o'quv texnologiyalarini qo'llash ta'lim jarayonining sifat va samaradorligini oshirishda muhim pedagogik omil hisoblanadi. Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatadiki, interaktiv metodlar asosida tashkil etilgan darslar o'quvchilarning jismoniy faolligini kuchaytiradi, ularning jismoniy sifatlarini rivojlantiradi hamda sog'lom turmush tarziga bo'lgan ijobiy munosabatni shakllantiradi. Ayniqsa, guruhli mashqlar, o'yinli texnologiyalar va axborot-kommunikatsiya vositalaridan foydalanish o'quvchilarning darsga bo'lgan qiziqishini sezilarli darajada oshiradi.

Interaktiv o'quv texnologiyalari o'quvchilarda mustaqil fikrlash, jamoada ishlash, o'zaro hamkorlik va sog'lom raqobat ko'nikmalarini rivojlantirishga xizmat qiladi. Bunday yondashuv jismoniy tarbiya darslarini faqatgina jismoniy mashg'ulot

emas, balki tarbiyaviy va ijtimoiy ahamiyatga ega bo'lgan kompleks pedagogik jarayonga aylantiradi. Shu bilan birga, interaktiv metodlar differensial yondashuvni amalga oshirish imkonini berib, har bir o'quvchining individual imkoniyatlarini hisobga olishga yordam beradi.

Xulosa qilib aytganda, jismoniy tarbiya darslarida interaktiv o'quv texnologiyalarini tizimli va metodik asosda qo'llash sog'lom, jismonan chiniqqan, faol va ijtimoiy mas'uliyatli yosh avlodni tarbiyalashda muhim ahamiyat kasb etadi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

1. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining jismoniy tarbiya va sportni rivojlantirishga oid farmon va qarorlari.
2. O'zbekiston Respublikasi Vazirlar Mahkamasining jismoniy tarbiya va sport sohasiga oid normativ-huquqiy hujjatlari.
3. Abdullayev A. **Jismoniy tarbiya nazariyasi va metodikasi.** – Toshkent: O'qituvchi, 2019.
4. Jo'rayev R., Sattorov A. **Pedagogik texnologiyalar va interaktiv metodlar.** – Toshkent: Fan va texnologiya, 2020.
5. Nurmatov N. **Jismoniy tarbiya darslarida zamonaviy o'qitish usullari.** – Samarqand, 2021.
6. Rasulov A. **Sog'lom turmush tarzi asoslari.** – Toshkent: Fan, 2022.
7. Xodjayev B. **Ta'limda interaktiv metodlardan foydalanish.** – Toshkent: Innovatsiya, 2020.
8. Karimov I. **Yuksak ma'naviyat – yengilmas kuch.** – Toshkent: Ma'naviyat, 2008.