

JISMONIY TARBIYA VA SPORT TA'LIMINI LOYIHALASHTIRISHNI TAKOMILLASHTIRISH ASOSLARI

Feruza Homidjonova,

SHDPI o'qituvchisi

Nuriddinov Akobir Sherali o'g'li

Shaymardonov Sanjar Suyun o'g'li

Normurodova Roxila

SHDPI talabalari

Annotatsiya: Jismoniy tarbiya fanlarini rejalashtirishda o'quvchilarning muayyan kontingenti bilan bo'lajak faoliyatning maqsad va vazifalarini, mazmuni, metodologiyasi, tashkil etish shakllari va usullarini oldindan ishlab chiqiladi va aniqlanadi. Rejalashtirish chuqur, ko'p qirrali kasbiy bilim va amaliy tajribani talab qiladi va har doim ijodiy yondashuvni o'z ichiga oladi, chunki u uslubiy ko'rsatmalarning qat'iy doirasi bilan belgilanmagan.

Kalit so'zlar: jismoniy tarbiya, komil inson, musobaqa, murabbiy, jismoniy tarbiya, aqliy tarbiya sport.

Аннотация: При планировании предметов по физическому воспитанию заранее разрабатываются и определяются цели и задачи, содержание, методика, формы организации и методы будущей деятельности с определенным контингентом учащихся. Планирование требует глубоких, многогранных профессиональных знаний и практического опыта и всегда предполагает творческий подход, так как не определяется жесткими рамками методических указаний.

Ключевые слова: физическое воспитание, совершенный человек, конкуренция, тренер, физическое воспитание, психическое воспитание, спорт.

Annotation: In the planning of physical education subjects, the goals and objectives, content, methodology, organization forms and methods of future activities with a certain contingent of students are developed and determined in advance. Planning requires deep, multifaceted professional knowledge and practical experience, and always includes a creative approach, as it is not defined by a strict framework of methodological guidelines.

Keywords: physical education, perfect person, competition, coach, physical education, mental education, sport.

Jismoniy tarbiya fanlarini rejalashtirish muddatiga qarab quyidagi turlar ajratiladi: uzoq muddatli, joriy (bosqichma-bosqich) va operatsionga bo‘linadi.

Uzoq muddatli rejalashtirish - bu uzoq muddatli rejalashtirish, odatda bir necha yil bo‘ladi. Bir yil davomida ta'lim muassasalarida amalga oshiriladi.

Joriy (bosqichma-bosqich) rejalashtirish o'rtacha davomiylik davrlarini (oy, chorak, semestr, mezosikl) qamrab oladi.

Operatsion (qisqa muddatli) rejalashtirish yaqin kelajakda (mikrotsikllar va individual sinflar) uchun amalga oshiriladi.

Jismoniy tarbiyada rejalashtirishga qo'yidagi talablar belgilanadi:

1. Pedagogik jarayonning maqsadli yo'nalishi. Pedagogik jarayonning mazmuni (vositalari, usullari va tashkil etish shakllari) belgilangan maqsadga erishishni ta'minlashi kerak.

2. Ko'zlangan maqsad real bo'lishi kerak. Shuning uchun o'qituvchi (murabbiy) unga erishish imkoniyatlarini (talabalarning imkoniyatlari, o'quv vaqtining narxi, moddiy-texnik bazaning mavjudligi va boshqalar) ehtiyotkorlik bilan baholashi kerak.

3. Maqsadlarni ishlab chiqish uchun asos jismoniy tarbiya tizimining dasturi va me'yoriy qoidalari (darajali standartlar va sport tasnifiga qo'yiladigan talablar, aholining turli qatlamlari uchun jismoniy tarbiya bo'yicha davlat dasturlarining talablari). Maqsadning belgilanishi bilan pedagogik ishda muayyan istiqbol vujudga keladi.

4. Maqsad bo'ysunuvchi (alohida, oraliq) pedagogik vazifalarning butun tizimi, ularni bajarish ketma-ketligi va muddatini belgilash bilan belgilanadi. Rejada ko'zda tutilgan barcha vazifalar aniq, aniq va oson baholanishi va nazorat qilinishi mumkin bo'lgan tarzda shakllantirilishi kerak.

Shuning uchun ular, iloji bo'lsa, yutuqlarni (olingan natijalarni) baholash uchun matematik va statistik usullardan foydalanishga imkon beruvchi miqdoriy ko'rsatkichlarda (ta'lim standartlari, test natijalari) ko'rsatilgan:

1. Pedagogik jarayon vazifalarini kompleks rejalashtirish. Rejada o'quv, dam olish va umumiy ta'lim maqsadlarini o'z ichiga olishi va darslarni tashkil etishning tegishli vositalari, usullari va shakllarini belgilash tavsiya etiladi.

2. Jismoniy tarbiya qonuniyatlarini hisobga olish. Jismoniy tarbiya jarayonini rejalashtirishda jismoniy tarbiyaning ob'ektiv qonuniyatlarini (harakat qobiliyatlari va malakalarini shakllantirish, harakat qobiliyatlarini rivojlantirish va bilimlarni egallash qonuniyatlari) ham hisobga olish kerak.

3. Rejalashtirishning o'ziga xosligi. Talab - rejalashtirilgan vazifalar, jismoniy tarbiya vositalari va usullarining o'quvchilarning tayyorgarligi va mashg'ulotlar sharoitlariga (o'quv-moddiy bazasi, iqlim sharoiti va boshqalar) qat'iy muvofiqligi. O'ziga xoslik darajasi reja tuzilgan vaqtga bog'liq. Rejani tuzish muddati qanchalik qisqa bo'lsa, u shunchalik aniqroq bo'ladi. Eng aniq (batafsil) reja - bu bitta dars (dars) uchun konspekt rejasidir.

Ish rejasida o'quv materialini darslarga taqsimlashda vosita ko'nikmalarini shakllantirish va harakat qobiliyatlarini rivojlantirish qonuniyatlarini hisobga olish kerak.

Ish rejasi o'quv materialini o'tishning uslubiy ketma-ketligini belgilaydi va shu bilan birga har bir aniq darsning mazmunini ochib beradi.

Guruh jadvalini barqaror saqlash va jismoniy tarbiya darslari o'rtasida taxminan teng vaqt oralig'ini ta'minlash tavsiya etiladi.

Ish rejasi asosida har bir aniq dars uchun dars rejasi (dars) ishlab chiqiladi va kelgusi darsning to'liq batafsil stsenariysini ifodalaydi. U ish rejasiga muvofiq darsning sonini, darsning asosiy va alohida vazifalarini ko'rsatadi, ularni hal qilish uchun zarur vositalarni tanlaydi, yuk parametrlarini (takrorlashlar soni, intensivlik, davomiylik) va barcha mashqlar uchun dam olish parametrlarini ko'rsatadi. , tashkiliy-uslubiy ko'rsatmalar ishlab chiqadi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR:

1. Книга тренера. Вайцеховский С. М. М., “Физкультура и спорт”, 1971 Теория и методика физической культуры: Учебник /Под ред. проф. Ю.Ф.Курамшина. – 2е изд., испр. –М.: Советский спорт, 2004. – 464 с.
2. Физическая культура студента: Учебник / Под ред. В.И. Ильинича. М.: Гардарики, 1999. – 448 с.
3. Физическая культура: Учебное пособие / под ред. В.А. Коваленко. – М.: Изд – во АСВ , 2000 . – 432 с.
4. Homidjonova, F. (2021, December). METHODOLOGY OF TEACHING SPORTS AND MOVING GAMES. In *Archive of Conferences* (pp. 25-28).
5. Kizi, Khomidjonova Feruza Komiljon. "NATIONAL WRESTLING SPORTS CHARACTERISTICS OF THE RELATIONSHIPS BETWEEN COACHES AND ATHLETES." *Oriental renaissance: Innovative, educational, natural and social sciences* 1.5 (2021): 210-214.