

O'ZBEKISTON RESPUBLIKASI
OLIY TA'LIM, FAN VA INNOVATSIYALAR VAZIRLIGI
FARG'ONA DAVLAT UNIVERSITETI

**FarDU.
ILMIY
XABARLAR-**

1995-yildan nashr etiladi
Yilda 6 marta chiqadi

6-2025
PEDAGOGIKA

**НАУЧНЫЙ
ВЕСТНИК.
ФерГУ**

Издаётся с 1995 года
Выходит 6 раз в год

A.Abdullayev	
Jismoniy madaniyat fani dasturlarini takomillashtirish muammolari	105
T.A.Akbarov	
O'rta maktab o'quvchilari jismoniy tarbiyasini baholash va monitoring jarayonlarini pedagogik tahlil qilish	109
N.A.Qosimov	
Boshlang'ich sinf o'quvchilarining jismoniy sifatlarini harakatli o'yinlar yordamida rivojlantirishning samarali usullari.....	114
T.A.Xasanov	
Harbiy ta'lim fakulteti talabalarining kasbiy-amaliy jismoniy tayyorgarligini takomillashtirishda innovatsiyalar.....	118
R.R.Abdusatorov	
Maktabgacha va boshlang'ich ta'limda bolalarning jismoniy tarbiya jarayonlarini optimal tashkil etish metodlari	126
M.M.Yuldashov	
Sog'lom turmush tarzini jamiyatda targ'ib qilishda ijtimoiy-madaniy texnologiyalardan foydalanishning nazariy asoslari.....	132
G.K.Yakubova	
Sport tibbiyotida fiziologik nazorat usullari va funksional baholash metodlari	137
B.Q.Sobirjonov	
Raqamli ta'lim tizimida ilmiy-pedagogik yondashuv asosida ma'lumotlarni tahlil qilish	143
G.Q.Muxamadaliyeva, M.R.Akbaraliyeva	
Tabiiy va sun'iy tolalarni o'quvchilarga o'rgatishda steam va smart metodlari orqali o'qitish samaradorligini oshirish	146
E.Y.Raximova	
Davolash jismoniy tarbiyasini qo'llash orqali o'pkadagi kislorod almashinuvini meyorlashtirish ...	150
K.K.Babayev	
Inson organizmining qarish jarayonidagi metabolik mexanizmlar va ularni sekinlashtirishda jismoniy faollikning roli	156
Z.R.Raxmonova	
Bo'lajak boshlang'ich ta'lim o'qituvchilarining suggestiv kompetentligini rivojlantirishning metodologik jihatlarini	160
A.I.Yuldashev	
Genderli yondashuv asosida jismoniy tarbiya darslarini tashkil etishning pedagogik tamoyillari ..	164
A.H.Saipova	
Bolalar adabiyotining nutqiy rivojlanishdagi o'rni	169
T.T.Yusupov	
Kasbiy-amaliy jismoniy tayyorgarlik jarayonida mushak guruhlarini kompleks rivojlantirishning ahamiyati	172
A.R.Hamroqulov	
Harakatli o'yinlarni jismoniy tarbiya faniga integratsiya qilish orqali sog'lom turmush tarzini shakllantirish.....	177
N.A.Sultanov	
"Musika to'garaklarida innovatsion yondashuv: kross-platforma texnologiyalarining ahamiyati va amalga oshirish tajribasi".....	184
M.E.Djuraev	
Futbolchilar tezkor-kuch sifatlarini rivojlantirishda mashg'ulotlarni rejalashtirish	189
M.Sh.Suyarov	
Usmle dasturida bo'lajak shifokorlar klinik kompetentligini rivojlantirishning nazariy-metodologik jihatlarini.....	196
B.D.Raximov	
Huquqni muhofaza qilish organlar tuzilmalari xodimlarining jismoniy tayyorgarligini oshirish usullarini o'rganish	201
A.S.Yuldashev	
Tarjimonlarning lingvomadaniy va kommunikativ kompetentligini rivojlantirishning ijtimoiy-pedagogik ahamiyati	205
M.O.Erkaboyev	



UO'K:

HARBIY TA'LIM FAKULTETI TALABALARINING KASBIY-AMALIY JISMONIY TAYYORGARLIGINI TAKOMILLASHTIRISHDA INNOVATSIYALAR

INNOVATIONS IN IMPROVING THE PROFESSIONAL AND PRACTICAL PHYSICAL TRAINING OF STUDENTS OF THE MILITARY EDUCATION FACULTY

ИННОВАЦИИ В СОВЕРШЕНСТВОВАНИИ ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПРАКТИЧЕСКОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ СТУДЕНТОВ ФАКУЛЬТЕТА ВОЕННОГО ОБРАЗОВАНИЯ

Xasanov Axadjon Tursinovich 

Farg'ona davlat universiteti Jismoniy tarbiya nazariyasi kafedrasida dotsenti

Annotatsiya

Mazkur maqolada harbiy ta'lim fakulteti talabarlari uchun kasbiy-amaliy jismoniy tayyorgarlikni takomillashtirishning zamonaviy metodik asoslari yoritilgan. Tadqiqot jarayonida o'quv mashg'ulotlarini samarali tashkil etish maqsadida blok-modul tizimidan foydalanilgan bo'lib, bu yondashuv orqali talabalarning jismoniy tayyorgarligi, harakat malakalari va kasbiy-amaliy kompetensiyalari bosqichma-bosqich rivojlantirilgan. Pedagogik tajriba-sinov ishlari natijasida ishlab chiqilgan o'quv dasturi asosida o'tkazilgan mashg'ulotlarning mezotsikl va mikrotsikl asosida tuzilishi o'quv jarayonining uzluksizligi va tizimlilikini ta'minladi. Natijalar shuni ko'rsatdiki, blok-modul tizimi talabalarning jismoniy sifatleri (kuch, chidamlilik, chaqqonlik, tezkorlik va koordinatsiya)ni sezilarli darajada rivojlantirish bilan birga, ularning kasbiy faoliyatga tayyorgarlik darajasini ham oshirdi. O'tkazilgan tajriba natijalari asosida ishlab chiqilgan metodikaning harbiy ta'lim tizimidagi o'quv kurslari bo'yicha yuqori samaradorligi ilmiy jihatdan isbotlandi.

Аннотация

В данной статье раскрыты современные методические основы совершенствования профессионально-практической физической подготовки студентов факультета военного образования. В ходе исследования для эффективной организации учебных занятий была применена блочно-модульная система, благодаря которой физическая подготовка, двигательные навыки и профессионально-прикладные компетенции обучающихся развивались поэтапно. Проведённые педагогические экспериментально-исследовательские работы показали, что построение учебного процесса на основе мезоциклов и микроциклов обеспечивает его непрерывность, системность и целенаправленность. Результаты эксперимента подтвердили, что внедрение блочно-модульной системы способствует значительному развитию физических качеств студентов (силы, выносливости, ловкости, быстроты и координации), а также повышает уровень их готовности к профессиональной деятельности. На основании полученных данных доказана высокая эффективность предложенной методики при реализации учебных курсов в системе военного образования.

Abstract

This article presents the modern methodological foundations for improving the professional-practical physical training of students at the Faculty of Military Education. In the course of the study, a block-modular system was applied for the effective organization of training sessions, which allowed for the step-by-step development of students' physical training, motor skills, and professional-applied competencies. The conducted pedagogical experimental research demonstrated that structuring the educational process based on mesocycles and microcycles ensures its continuity, systematic approach, and purposefulness. The results of the experiment confirmed that the implementation of the block-modular system contributes significantly to the development of students' physical qualities (strength, endurance, agility, speed, and coordination), as well as enhancing their readiness for professional activities. Based on the obtained data, the high effectiveness of the proposed methodology in the implementation of educational courses within the military education system has been proven.

Kalit so'zlar: jismoniy tayyorgarlik, jismoniy sifatlar, blok-modul tizimi, mezotsikl, mikrotsikl, dastur, parametrlar, ko'rsatkichlar.

Ключевые слова: физическая подготовка, физические качества, блочно-модульная система, мезоцикл, микроцикл, программа, параметры, показатели.

Key words: physical training, physical qualities, block-modular system, mesocycle, microcycle, program, parameters, indicators.

KIRISH

Hozirgi davrda ta'lim jarayonini samarali tashkil etish, zamonaviy mutaxassislarni tayyorlashda ilg'or innovatsion texnologiyalarni qo'llash dolzarb masalaga aylangan. Chunki tez o'zgaruvchan ijtimoiy-iqtisodiy sharoit, texnologiyalar rivoji, mudofaa va xavfsizlik sohalarining zamonaviy talablari harbiy ta'lim tizimida ham yangicha yondashuvlarni joriy etishni taqozo etmoqda. Shunday ekan, harbiy ta'lim fakulteti talabalari uchun kasbiy-amaliy jismoniy tayyorgarlikni takomillashtirish, bu jarayonga zamonaviy innovatsion texnologiyalarni kiritish zarurati ortib bormoqda.

Kasbiy-amaliy jismoniy tayyorgarlik (KAJT) — bu talabani kelajakdagi xizmat faoliyatida zarur bo'ladigan harakat malakalari, jismoniy sifatlar, psixologik barqarorlik va kasbiy chidamlilikni shakllantirishga yo'naltirilgan tizimli pedagogik jarayondir. Bunday tayyorgarliksiz mutaxassisning amaliy faoliyatida yuqori natijalarga erishish mushkul, chunki harbiy sohada jismoniy barkamollik, aniqlik, epchillik va irodaviy sifatlar yetakchi ahamiyat kasb etadi.

Aytish mumkinki, kasbiy faoliyat uchun zarur bo'lgan harakat va sifatlarning ustuvor rivojlanishiga quyidagi asosiy vazifalarni hal etish orqali erishiladi:

- ✓ harakat malakalari va kasbiy vazifalarning tarkibiy elementlarini shakllantirish hamda ularni takomillashtirish;

- ✓ harbiy kasbga xos muhim jismoniy sifatlarni rivojlantirish;

- ✓ jismoniy yuklamalarni to'g'ri rejalashtirish, mashg'ulot jarayonida individual yondashuvni ta'minlash;

- ✓ innovatsion mashg'ulot shakllaridan foydalanish orqali motivatsiyani oshirish.

Kasbiy-amaliy jismoniy tayyorgarlik jarayonida nafaqat nazariy bilimlar, balki amaliy ko'nikma va malakalarni shakllantirish ham muhim ahamiyatga ega. Talabalar o'z faoliyati davomida harbiy, sport, hamda ekstremal sharoitlarda harakat qilish, tezkor qarorlar qabul qilish, jamoa bilan hamkorlikda ishlash kabi ko'nikmalarni egallashlari lozim. Shu sababli KAJT jarayoniga zamonaviy texnik vositalar, interaktiv metodlar, virtual trenajyorlar, videoanalitik dasturlar, psixofiziologik test tizimlarini kiritish bugungi kun talabiga aylanmoqda.

Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, harbiy ta'lim fakulteti talabalari uchun mo'ljallangan jismoniy tayyorgarlik dasturlari ularning kasbiy faoliyatida to'liq samaradorlikni ta'minlashi uchun harbiy xizmat sharoitlariga moslashtirilgan bo'lishi kerak. Shu nuqtai nazardan, o'qituvchi va mutaxassislarning vazifasi — jismoniy tayyorgarlik vositalarini to'g'ri tanlash, yuklama darajasini ilmiy asosda belgilash, individual tayyorgarlik tizimini ishlab chiqishdan iborat.

ADABIYOTLAR TAHLILI VA METODLAR

O'zbekiston mustaqilligining mustahkamlanish davrida mamlakat mudofaa salohiyatini oshirish, vatanparvar va jismonan sog'lom yoshlarni tarbiyalash eng muhim vazifalardan biri bo'lib qolmoqda. Shu bois harbiy ta'lim muassasalarida talabalarning kasbiy-amaliy jismoniy tayyorgarligini takomillashtirish davlat ahamiyatiga molik masaladir. Bu nafaqat ta'lim tizimi vazifasi, balki jamiyatning ijtimoiy-iqtisodiy xavfsizligini ta'minlashning muhim omilidir.

Mavzuning o'rganilganlik darajasiga to'xtaladigan bo'lsak, malakali mutaxassislarni tayyorlash masalalari ko'plab olimlarning ilmiy izlanishlarida o'z ifodasini topgan. Jumladan, V.Ye.Jabakov, N.V.Muxamedzyanova, S.V.Nepomnyashiy ishlarida kadrlar tayyorlashda kasbiy kompetensiyalarni rivojlantirish masalalari yoritilgan. Ularning tadqiqotlarida kasbiy-amaliy tayyorgarlikning jamiyat rivojlanish strategiyasidagi o'рни, ayniqsa, zamonaviy ta'lim tizimida keng qo'llanilayotgan innovatsion yondashuvlarning samaradorligi alohida ta'kidlanadi.

V.P.Polievskiy, L.P.Matveyev va V.I.Izaak tomonidan olib borilgan tadqiqotlarda jismoniy tarbiya jarayonida kasbiy-amaliy yo'nalishlarning ahamiyati ilmiy jihatdan asoslab berilgan. A.N.Abdiyev va D.V.Nikiforov ishlarida esa gumanitar universitetlar uchun mo'ljallangan jismoniy tayyorgarlikning metodik asoslari ishlab chiqilgan.

Shuningdek, I.V.Andreyev, V.V.Demochkin, Z.R.Burnayev, A.M.Kambarov, A.A.Kochkarov kabi mutaxassislardan harbiy ta'lim muassasalari kursantlari uchun ilmiy asoslangan kasbiy-amaliy tayyorgarlik texnologiyalari ishlab chiqilgan. Ularning izlanishlari natijasida harbiy xizmatchilarning jismoniy va psixologik tayyorgarlik darajasini oshirishga qaratilgan yangi metodikalar yaratilgan.

Sh.X. Xankeldiyev va T.T.Yunusov tomonidan yuqori haroratli sharoitlarda mashqlar bajarish va issiqlikka moslashish jarayonida gipotermik tanaffuslardan foydalanishning fiziologik

PEDAGOGIKA

asoslari yoritilgan. T.S.Razikov, R.A.Xamrakulov, J.A.Akramov, O.X.Abdalimovlar esa chaqiriqqacha yoshlarni jismoniy tayyorgarlikka tayyorlash metodikasini ishlab chiqish bo'yicha qator ilmiy ishlar olib borganlar.

Ilmiy manbalarni tahlil qilish shuni ko'rsatadiki, talabalarning kasbiy-amaliy jismoniy tayyorgarligini shakllantirish masalasi hali to'liq o'rganilgan emas. Shu bois bu yo'nalish bo'yicha kompleks ilmiy-pedagogik tadqiqotlarni kengaytirish, zamonaviy innovatsion texnologiyalarni qo'llagan holda KAJT tizimini takomillashtirish zarur.

Harbiy ta'lim fakultetlarida kasbiy-amaliy jismoniy tayyorgarlikni rivojlantirish — nafaqat talabning jismoniy tayyorgarligini, balki uning ma'naviy, psixologik va kasbiy salohiyatini ham shakllantirishning muhim vositasidir. Shu bois bu sohada innovatsion yondashuvlarni joriy etish, metodik ta'minotni yangilash, fan va amaliyot integratsiyasini kuchaytirish bugungi kunning eng dolzarb vazifalaridan biri hisoblanadi.

NATIJALAR VA MUHOKAMA

Boshlang'ich harbiy ta'lim yo'nalishida mutaxassis tayyorlash jarayoni murakkab, ko'p qirrali va tizimli yondashuvni talab etuvchi pedagogik faoliyat bo'lib, u o'z mohiyatiga ko'ra harbiy sohaga xos bo'lgan kasbiy-amaliy jismoniy tayyorgarlikni shakllantirish bilan chambarchas bog'liqdir. Bu jarayonning mazmuni, vositalari, nazariy bilimlar hajmi hamda amaliy malaka va ko'nikmalar tizimi umumiy jismoniy tarbiya qonuniyatlariga asoslangan holda, lekin harbiy xizmat talablari va o'qituvchi faoliyatining o'ziga xos xususiyatlarini inobatga olgan holda tashkil etilishi zarur.

Boshlang'ich harbiy ta'lim yo'nalishi bo'yicha mutaxassislarni tayyorlashga doir ilmiy-metodik adabiyotlarni tahlil qilish shuni ko'rsatadiki, ushbu yo'nalishda kasbiy-amaliy jismoniy tayyorgarlikning mazmuni boshqa soha o'qituvchilarining jismoniy tayyorgarlik tizimidan sezilarli darajada farq qiladi. Bu, avvalo, bo'lajak harbiy ta'lim o'qituvchisining faoliyati harbiy xizmatning real sharoitlariga yaqin holatda tashkil etilishi, ya'ni jangovar vaziyatga mos ruhiy, jismoniy va intellektual tayyorgarlikni talab etishi bilan izohlanadi. Shuning uchun bu yo'nalishda ta'lim olayotgan talabalarning kasbiy-amaliy jismoniy tayyorgarligini shakllantirish jarayonida ayrim metodik va mazmuniy o'zgarishlar kiritilishi zarur.

Harbiy dala mashqlari, harbiy texnika va taktika asoslarini o'rgatish, jismoniy tayyorgarlik bilan bog'liq nazariy va amaliy bilimlarni shakllantirishda an'anaviy ta'lim metodlariga nisbatan yangicha, integrativ yondashuvlar talab etiladi. Kuzatishlar natijasida aniqlanishicha, amaldagi o'quv jarayonida asosan qat'iy reglamentlashtirilgan, takroriy aylanish (aylanib mashqlanish) uslublariga asoslangan mashg'ulotlar qo'llanilib, bunda asosiy e'tibor talabalarning kuch, tezkorlik, chidamlilik, chaqqonlik kabi jismoniy sifatlarini rivojlantirishga qaratilgan. Bunday yondashuv tarixan harbiy tayyorgarlik tizimida keng qo'llanilgan bo'lib, u jangchining jangovar tayyorgarligini bevosita uning jismoniy kuch-quvvati va mushak faolligi darajasi bilan o'lchash tamoyiliga asoslangan edi.

Biroq, zamonaviy harbiy faoliyat sharoitida jangovar tayyorgarlik faqat jismoniy kuch bilan emas, balki psixologik barqarorlik, diqqatni boshqarish, tezkor xotira, koordinatsiya, fazoviy idrok, muvofiqlashtirilgan harakatlar va texnik vositalardan foydalanish malakalari bilan ham belgilanadi. Shuning uchun bugungi kunda boshlang'ich harbiy ta'lim o'qituvchisi faqat jismoniy mashqlarni o'rgatuvchi shaxs bo'lib qolmasdan, balki bo'lajak jangchining aqliy, ruhiy, fiziologik va biomexanik tayyorgarligini kompleks rivojlantira oladigan mutaxassis bo'lishi lozim.

Zamonaviy harbiy texnologiyalar, asbob-uskunalar va qurollar bilan ishlash yuqori darajadagi aniqlik, diqqatni jamlay olish, operativ fikrlash va stress holatlarida to'g'ri qaror qabul qilish qobiliyatini talab qiladi. Bu esa o'z navbatida, harbiy ta'lim yo'nalishidagi talabalar uchun maxsus jismoniy tayyorgarlik dasturlarini ishlab chiqish zaruratini yuzaga keltiradi. Ushbu dasturlarda gipoksiya sharoitida harakat qilish, sensor-motor muvofiqlashtirish, tezlik va chidamlilikni kompleks tarzda rivojlantirish, shuningdek, psixofiziologik tayyorgarlikni mustahkamlashga qaratilgan mashg'ulotlar alohida o'rin egallashi kerak.

Tadqiqotlarimiz jarayonida Farg'ona davlat universitetining harbiy ta'lim fakultetida o'qiyotgan bitiruvchi kurs talabalari o'rtasida kasbiy-amaliy jismoniy tayyorgarlik darajasi o'rganildi. Natijalar shuni ko'rsatdiki, mavjud mashg'ulotlar ko'proq umumiy jismoniy tarbiya asosida olib borilmoqda va bu esa talabalarni harbiy xizmat sharoitiga to'liq tayyorlash uchun yetarli emas. Mashg'ulotlarning bir tomonlama yo'naltirilganligi, ya'ni faqat jismoniy ko'rsatkichlarni

rivojlantirishga qaratilganligi, ularning kompleks tayyorgarligida kamchiliklarni keltirib chiqarmoqda. Baholash natijalari shundan dalolat beradiki, bitiruvchilar orasida harbiy jismoniy tayyorgarlik normalarini “a’lo” darajada bajarganlar juda kam sonni tashkil etadi.

Shunday ekan, bosqichma-bosqich yondashuv asosida maxsus harbiy-kasbiy jismoniy tayyorgarlik dasturlarini ishlab chiqish, ta’lim jarayonida ilg’or pedagogik texnologiyalarni joriy etish, psixologik tayyorgarlik elementlarini kiritish, shuningdek, Qurolli Kuchlar jismoniy tayyorgarlik nizomlariga mos baholash tizimini yo’lga qo’yish muhim ahamiyat kasb etadi. Bu nafaqat bo’lajak harbiy ta’lim o’qituvchilarining kasbiy salohiyatini oshiradi, balki mamlakat mudofaa tizimi uchun zarur bo’lgan jismonan baquvvat, ruhiy jihatdan barqaror va intellektual jihatdan rivojlangan mutaxassislarni tayyorlashga xizmat qiladi.

1-jadval**Harbiy ta’lim fakulteti bitiruvchilarining harbiy jismoniy tayyorgarlik bo’yicha talab va normalarni bajarishining ishonchliligi (%) [6, 66 s.]**

Mashqlar	Talabalarni bajarilishi			
	A’lo	Yaxshi	Qoniqarli	Qoniqarsiz
100m.ga yugurish	-	16,7	45,8	37,5
3000 m.ga yugurish	-	-	8,3	91,7
Turnikda tortilish	4,2	41,7	49,9	4,2

Jadvaldan ko’rinib turibdiki, talabalar yuqori kursga o’tgan sari ularning jismoniy tayyorgarligi salbiy tomonga o’zgarmoqda. Bu o’z navbatida bitiruvchilarni jismoniy tayyorgarlik mashg’ulotlariga faol – ijobiy munosabatlari bilan bog’liqligini va bu bog’liqlik salbiy tomonga o’zgarganligini ko’rsatdi (2-jadval).

2-jadval**Talaba-yoshlarni jismoniy madaniyat – sport faoliyatiga faol ijobiy munosabati (%) [6, 67 s.]**

Jismoniy madaniyat - sport faolligini ko’rsatkichlari	Tahsil yillari davomida	Bitiruvchi kursda
Jismoniy tayyorgarlik bilan shug’ullanganlar	98,6	24,2
Alohida meyorlarni topshirganlar	53,7	12,8
Meyorni bajarganlar	33,9	8,8
Sport bilan shug’ullanganlar	78,8	30,8
Sport turi bo’yicha razryadlarni bajarganlar	21,7	7,8

So’nggi yillarda mamlakatimizda ta’lim tizimining tubdan yangilanishi, kadrlar tayyorlash jarayonining sifat jihatidan takomillashuvi harbiy-pedagogik sohada ham yangicha yondashuvlarni joriy etishni talab qilmoqda. Ayniqsa, chaqiriqqacha boshlang’ich harbiy ta’lim o’qituvchilarini tayyorlash jarayonida kasbiy-amaliy jismoniy tayyorgarlik (KAJT) masalasi dolzarb ahamiyat kasb etadi.

Amaliy kuzatishlar va tahlillar shuni ko’rsatadiki, bo’lajak boshlang’ich harbiy ta’lim o’qituvchilarining III–IV bosqichda jismoniy tayyorgarlikka ajratiladigan akademik mashg’ulotlar hajmi yetarli emas. Mazkur kurslarda majburiy jismoniy tayyorgarlik mashg’ulotlari, sport turlari bilan shug’ullanishga oid darslar va maxsus tayyorgarlik shakllari namunaviy o’quv rejalari va dasturlarida to’liq aks ettirilmagan. Ana shu holat, o’z navbatida, talabalarning jismoniy va kasbiy sifatlarining to’laonli shakllanishiga to’sqinlik qilmoqda.

PEDAGOGIKA

Bu masalani bartaraf etish uchun “Kadrlar tayyorlash milliy dasturi”da belgilangan talablarga tayanib, gumanitar yo‘nalishdagi oliy o‘quv yurtlarida ham harbiy-pedagogik tayyorgarlikka oid davlat ta‘lim standartlari va o‘quv rejalariga innovatsion pedagogik texnologiyalarni kiritish dolzarb zarurat sifatida qaralmoqda. Ayniqsa, o‘qituvchilarning kasbiy-amaliy jismoniy tayyorgarligini modul va blok tizimida tashkil etish o‘quv jarayonining samaradorligini sezilarli darajada oshiradi.

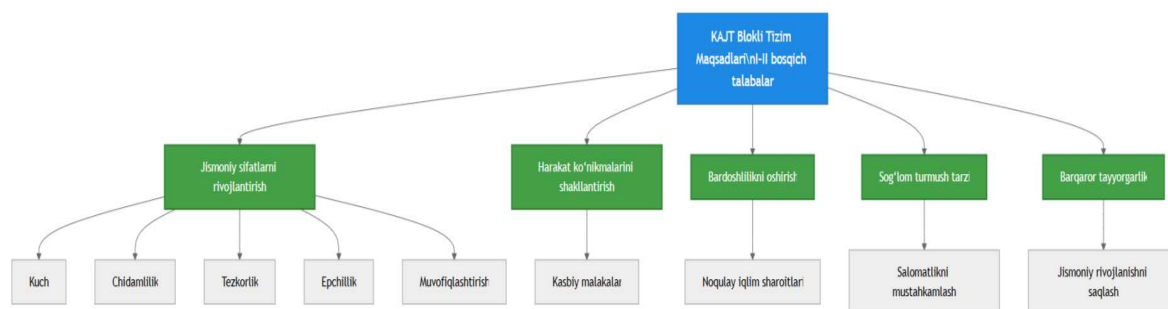
Modulli o‘qitish tizimi harbiy-pedagogik tayyorgarlik jarayonida alohida ahamiyat kasb etadi. Ushbu yondashuv talabalarga kasbiy faoliyatda zarur bo‘lgan harakat turlari, metodik boshqaruv tamoyillari hamda mustaqil axborot izlash va uni amaliyotda qo‘llash ko‘nikmalarini egallash imkonini beradi. Modulli o‘qitish jarayoni o‘zida amaliy, nazariy, psixofiziologik va metodik tayyorgarlikni integratsiyalashgan holda olib borishni nazarda tutadi.

Tadqiqotimiz asosida aniqlanishicha, chaqiriqqacha harbiy ta‘lim fakulteti talabalari “Kasbiy-amaliy jismoniy tayyorgarlik” fanini o‘zlashtirish jarayonida nafaqat jismoniy sifatlarni rivojlantirish, balki o‘z kasbiy faoliyatining tabiati va vazifalariga mos fikrlash, harakatni boshqarish, qaror qabul qilish, koordinatsiya va chidamlilikni tarbiyalash qonuniyatlarini chuqur o‘rganishlari zarur.

Yuqorida keltirilgan holatlarni hisobga olgan holda, tadqiqotning asosiy maqsadi — gumanitar yo‘nalishdagi oliy ta‘lim muassasalarida chaqiriqqacha harbiy ta‘lim fakulteti talabalari uchun KAJT dasturini ilmiy asosda ishlab chiqish va amaliyotda sinovdan o‘tkazishdan iboratdir. Ushbu maqsadni amalga oshirishda umumiy va maxsus vazifalar tizimiga tayaniladi.

KAJTning umumiy vazifalari (1-chizma):

- talabalarda zarur jismoniy sifatlarni (kuch, chidamlilik, tezkorlik, epchillik va muvofiqlashtirish) rivojlantirish va takomillashtirish;
- kasbiy faoliyatda zarur bo‘lgan harakat ko‘nikmalari va malakalarni shakllantirish;
- organizmning noqulay tabiiy va iqlimiy sharoitlarga nisbatan bardoshlilikini oshirish;
- sog‘lom turmush tarziga rioya qilish va salomatlikni mustahkamlash;
- jismoniy rivojlanish va harakat tayyorgarligini barqaror darajada ushlab turish.

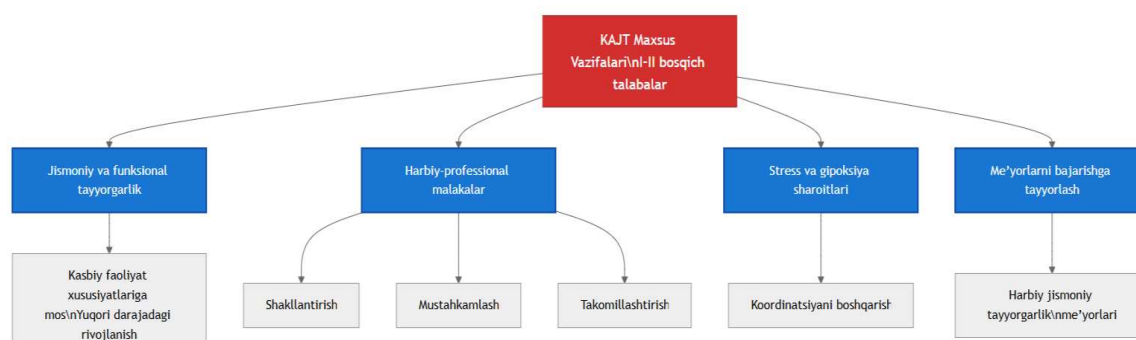


1-chizma. KAJT blokli tizim umumiy funksiyalari

KAJTning maxsus vazifalari (2-chizma):

- talabalarining bo‘lajak kasbiy faoliyati xususiyatlarini hisobga olgan holda yuqori darajadagi jismoniy rivojlanish va funksional tayyorgarlikni ta‘minlash;
- harbiy-professional ko‘nikma va malakalarni shakllantirish, ularni mustahkamlash va takomillashtirish;
- murakkab, stressli va gipoksik sharoitlarda harakat koordinatsiyasini boshqarish ko‘nikmalarini rivojlantirish;
- harbiy jismoniy tayyorgarlik me‘yorlarini muvaffaqiyatli bajarishga tayyorlash.

Bu vazifalar ilmiy asoslangan blokli tizim asosida hal etiladi. Ushbu tizim bosqichma-bosqich jismoniy sifatlarni rivojlantirish, harakat ko‘nikmalarini takomillashtirish va kasbiy-amaliy tayyorgarlikni mustahkamlash imkonini beradi.



2-chizma. 1-chizma. KAJT blokli tizim maxsus funksiyalari

KAJTning blokli o'quv tizimi (3-chizmada keltirilgan)

I–II bosqich talabalari uchun:

Birinchi blok – umumiy chidamlilikni rivojlantirish

Vaqt hajmi: umumiy mashg'ulotlarning 70 foizi.

Davomiyligi: 2 oy (8 haftalik mikrotsikl).

Mazmuni: yurish, yugurish, sakrash, to'siqlarni yengish mashqlari orqali umumiy aerob salohiyatni oshirish.

Ikkinchi blok – kuch va kuch chidamliligini rivojlantirish

Vaqt hajmi: 70 foiz.

Davomiyligi: 1 oy (4 haftalik mikrotsikl).

Mazmuni: og'irlik bilan mashqlar, statik kuch mashqlari, to'siqli yo'laklarda bajariladigan harbiy jismoniy mashqlar.

Uchinchi blok – tezlik va tezkorlik sifatlarini rivojlantirish

Vaqt hajmi: 80 foiz.

Davomiyligi: 1,5 oy (8 haftalik mikrotsikl).

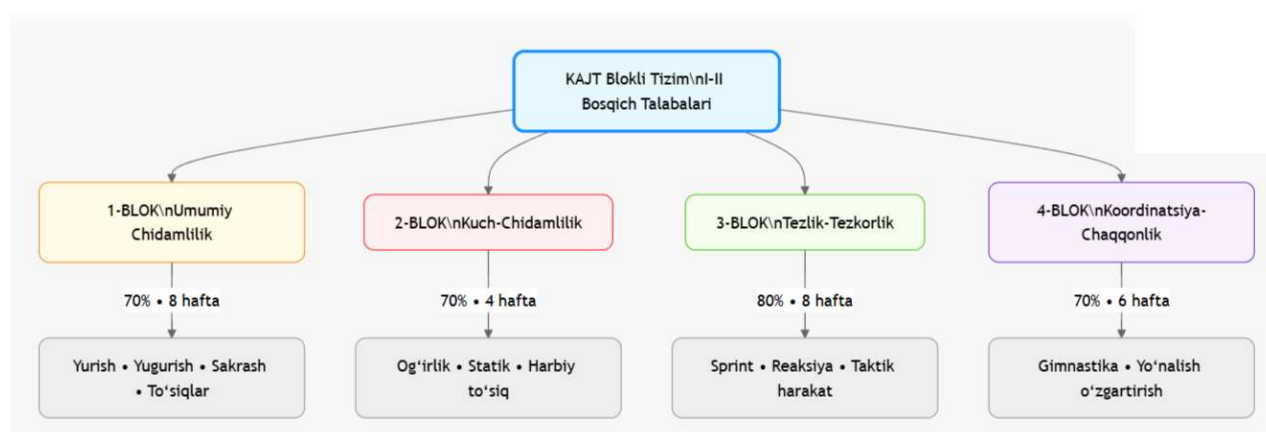
Mazmuni: qisqa masofalarga yugurish, reaksiya mashqlari, taktik sharoitda tezkor harakat.

To'rtinchi blok – harakat kordinatsiyasi va chaqqonlikni rivojlantirish

Vaqt hajmi: 70 foiz.

Davomiyligi: 1,5 oy (6 haftalik mikrotsikl).

Mazmuni: gimnastik mashqlar, to'siqlardan o'tish, muvofiqlashtirilgan harakatlar, yo'nalishni tez o'zgartirish mashqlari.



1-chizma. KAJTning blokli o'quv tizimi

III–IV bosqich talabalari uchun:

Bu bosqichda ta'lim jarayonining asosiy e'tibori sport-amaliy jismoniy tayyorgarlikka qaratiladi. Bu yo'nalish bitta sport turida ixtisoslashishga emas, balki keng qamrovli, har tomonlama rivojlantiruvchi mashg'ulot tizimiga asoslanadi.

Birinchi mezotsikl (to'ldiruvchi) – bazaviy jismoniy sifatlar (aerob chidamlilik, maksimal kuch) va texnik elementlarni shakllantirish.

PEDAGOGIKA

Ikkinchi mezotsikl (o'zgartiruvchi) – kuch chidamliligini rivojlantirish, texnik-taktik tayyorgarlikni chuqurlashtirish.

Uchinchi mezotsikl (amalga oshiruvchi) – bevosita jangovar va o'quv-amaliy sharoitlarda ish qobiliyatini maksimal darajada namoyon etish, jangovar holatni simulyatsiya qilish mashg'ulotlari.

Har bir blok va mezotsikl o'zaro uzviy bog'langan bo'lib, yuklama intensivligining bosqichma-bosqich oshirilishi, mashg'ulotlarning mazmunan boyitilishi va harbiy faoliyatga yaqinlashtirilganligi bilan ajralib turadi. Ushbu tizimda jismoniy, ruhiy va irodaviy sifatlarning uyg'un rivojlanishi ta'minlanadi.

Shunday qilib, chaqiriqqacha boshlang'ich harbiy ta'lim o'qituvchilarining kasbiy-amaliy jismoniy tayyorgarligini takomillashtirish uchun blokli-modulli o'quv tizimini joriy etish zarur. Bu tizim o'quv jarayonini individuallashtirish, talabalar imkoniyatlariga mos yuklama berish, jismoniy sifatlarni kompleks rivojlantirish va harbiy kasbiy malakalarni shakllantirish imkonini yaratadi. Natijada, bitiruvchilar zamonaviy harbiy xizmat sharoitlariga tayyor, yuqori darajadagi jismoniy, aqliy va ruhiy barqarorlikka ega bo'lgan mutaxassislar sifatida shakllanadilar.

XULOSA

O'tkazilgan pedagogik tajribalar natijalarining chuqur tahlili shuni ko'rsatdiki, ishlab chiqilgan va o'quv jarayoniga bosqichma-bosqich joriy etilgan kasbiy-amaliy jismoniy tayyorgarlik dasturini ikki yillik davrni qamrab oluvchi siklli tizimda tashkil etish eng maqbul yechim bo'lib chiqdi. Mazkur tizim o'quv mashg'ulotlarining samaradorligini oshirish, harbiy ta'lim yo'nalishida tahsil olayotgan talabalar jismoniy va psixofiziologik tayyorgarlik darajasini barqaror rivojlantirishga xizmat qildi.

Tajribaning birinchi va ikkinchi bosqichlarida to'rtta asosiy blokdan iborat blokli-modulli o'quv tizimi joriy etildi. Ushbu bloklar, avvalo, talabalarda umumiy chidamlilik, kuch, tezkorlik hamda harakat koordinatsiyasini rivojlantirishga yo'naltirildi. Har bir blok o'zining aniq maqsad, mikrotsikl va vositalar tizimiga ega bo'lib, ularning bir-birini mantiqan to'ldiruvchi tarzda tashkil etilishi mashg'ulot jarayonining izchilligini ta'minladi.

Uchinchi va to'rtinchi bosqichlarda esa uchta kompleks blokdan iborat yangilangan tizim – ya'ni to'ldiruvchi, o'zgartiruvchi va amalga oshiruvchi mezotsikllar asosida mashg'ulotlar olib borildi. Ushbu yondashuv talabalar harbiy kasbiy-amaliy tayyorgarligini chuqurlashtirish, jismoniy sifatlarning o'zaro uyg'un rivojlanishini ta'minlash hamda real xizmat sharoitlariga yaqin bo'lgan mashqlar tizimini shakllantirish imkonini berdi.

Pedagogik tajriba jarayonida mazkur tizim sinovdan o'tkazildi va uning yuqori samaradorligi ilmiy-statistik tahlillar orqali isbotlandi. Xususan, tajriba guruhlaridagi talabalar ko'rsatkichlarida barcha asosiy jismoniy sifatlarda bo'yicha ishonchli ijobiy o'zgarishlar qayd etildi. Natijalarga ko'ra:

- 100 metrga yugurishda ko'rsatkichlar 2,2–5,7% ga yaxshilandi;
- uzunlikka sakrashda 4,2–16,7% gacha o'sish kuzatildi;
- turnikda tortilish mashqida 19,2–22,4% gacha o'sish qayd etildi;
- 3000 metrga yugurishda natijalar 3,8–9% ga yaxshilandi;
- granata uloqtirish mashqida 9,5–15,3% gacha o'sish kuzatildi;
- yotib tayanib, qo'llarni bukib-yozish mashqlarida 8–15,7% gacha o'sish;
- bruslarda burchak holatda tayanish mashqlarida 33,4–37,5% gacha ijobiy natija;
- turnikda tortilib to'ntarilish mashqida 20,8–25,6% ga yaxshilanish;
- 10x10 metrga mokisimon yugurishda 4,2–12,9% gacha o'sish;
- turnikda osilib oyoqlarni ko'tarish mashqida esa 9,1–21,2% gacha yaxshilanish qayd etildi.

Tajriba davomida olingan ushbu natijalar ishlab chiqilgan dastur metodikasining ilmiy asoslanganligini, shuningdek, u talabalarda harbiy kasbiy-amaliy jismoniy tayyorgarlikni yuqori darajada rivojlantirishga qodirligini tasdiqladi. Shu bilan birga, nazorat guruhlarida barcha o'rganilgan parametrlar bo'yicha sezilarli o'zgarishlar kuzatilmadi, bu esa tajriba guruhi dasturining samaradorligini yanada aniqroq namoyon qildi.

Umuman olganda, o'tkazilgan tadqiqotlar natijalari harbiy ta'lim tizimida jismoniy tayyorgarlik mashg'ulotlarini blokli-modulli va siklli asosda tashkil etishning metodik jihatdan asoslanganligini, ularning talabalar jismoniy sifatlarni kompleks rivojlantirishda, shuningdek, kasbiy-amaliy tayyorgarlikning barqarorligini ta'minlashda muhim o'rin tutishini ko'rsatdi.

ADABIYOTLAR RO'YXATI

1. O'zbekiston Respublikasining "O'zbekiston Respublikasi Mudofaa Doktrinasini to'g'risida" gi Qonuni. – Toshkent sh., 2018 yil 9 yanvar, 458-son.
2. Кочкаров А.А. ППФП курсантов высших курсов по подготовке сержантского состава Академии МВД РУз: Учебное пособие. Изд-во «Академия МВД РУз» Т.:2006 – 56 с.
3. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры. // Л.П.Матвеев. – изд. 4-е . – Санкт-Петербург. Лань. Омега. 2004. – 158 с.
4. Полиевский В.П. Теоретико-методические основы совершенствования прикладной физической культуры: Автореферат на соискание ученой степени доктора педагогических наук. – М., РГАФК, 1999. – 56 с.
5. Ханкельдиев Ш., Хасанов А. Экспериментальное обоснование направленной методики занятий по физическому воспитанию студентов военного факультета в период летних учебно-полевых сборов. // Теория и методика физического воспитания. Алма-ата. Казахская академия спорта и туризма. №2 2010. С.45-48.
6. Xasanov A.T. Chaqiriqqacha harbiy ta'lim fakulteti talabalarining kasbiy-amaliy jismoniy tayyorgarligi pedagogik texnologiyasi: Ped. fan. bo'y. fal. dok.(PhD)... diss.Chirchiq. 2018. – 173 s.