



O'QITISHNING ZAMONAVIY TEXNOLOGIYALARINI QO'LLASH ORQALI BOSHLANG'ICH SINIF O'QUVCHILARINI JISMONIY VA SHAXSIY RIVOJLANTIRISH

Isoqov Jamshid Zikrillayevich–

dotsent, Jizzax davlat pedagogika universiteti

Annotatsiya: Mazkur maqolada boshlang'ich sinf o'quvchilarini jismoniy va shaxsiy yordamda zamonaviy o'qish texnologiyalarini qo'llab-quvvatlash vositalarini qo'llab-quvvatlagan. Jismoniy madaniyat darslarida interaktiv metodlar, axborot-kommunikatsiya texnologiyalari va innovatsion yondashuvlardan foydalanishga yordam beradigan o'quvchilarning hayotiy faolligini, ularda sog'lom turmush tarzini shakllantirish va shaxsiy rivojlanishga hissa qo'shishni ta'minlaydi. Shuningdek, maqolada o'quv yarasini samaradorligini oshirishga qaratilgan ilg'or pedagogik tajribalar ham ko'rib chiqildi.

Kalit so'zlar: zamonaviy o'qitish texnologiyalari, jismoniy madaniyat, boshlang'ich sinf o'quvchilari, jismoniy rivojlanish, shaxsiy rivojlanish, interaktiv usullar, axborot-kommunikatsiya texnologiyalari, innovatsion yondashuvlar, sog'lom turmush tarzi, pedagogik metodika.

Zamonaviy ta'lim tizimida innovatsion texnologiyalarni qo'llash muhim ahamiyat kasb etmoqda. Ayniqsa, boshlang'ich sinf o'quvchilarining jismoniy va shaxsiy rivojlanishida jismoniy madaniyat darslari katta rol o'ynaydi. Ushbu maqolada zamonaviy o'qitish texnologiyalarini jismoniy tarbiya mashg'ulotlarida qo'llash orqali bolalarning harakat faolligi, sog'lom turmush tarzi hamda shaxsiy rivojlanishiga ta'siri tahlil qilinadi.

Zamonaviy texnologiyalar va ularning jismoniy tarbiyada mashg'ulotlarida qo'llanilishini quyidagicha ta'riflash mumkin.



Hozirgi kunda o'qitish jarayonida turli texnologiyalar keng qo'llanilmoqda. Bular quyidagilarni o'z ichiga oladi:

Axborot-kommunikatsiya texnologiyalari (AKT) – video darslar, virtual trenajyorlar, interaktiv taqdimotlar yordamida bolalarni harakat faoliyatini rivojlantirish.

O'yin texnologiyalari – harakatli o'yinlar, jismoniy mashqlar bilan bog'liq interaktiv o'yinlar orqali qiziqarli va samarali mashg'ulotlar tashkil etish.

Mobil ilovalar va raqamli platformalar – o'quvchilarning jismoniy holatini kuzatish va natijalarni baholash uchun maxsus dasturlar.

Robototexnika va VR (virtual haqiqat) texnologiyalari – harakatlarni simulyatsiya qilish orqali bolalarning harakat koordinatsiyasini rivojlantirish.

Zamonaviy texnologiyalarning jismoniy va shaxsiy rivojlanishga ta'siri:

Jismoniy rivojlanish:

- Harakat koordinatsiyasi va reflekslarni yaxshilash – interaktiv mashqlar orqali muvozanat, moslashuvchanlik va harakat aniqroq shakllanadi.
- Muskul kuchi va chidamlilikni oshirish – texnologik moslamalar yordamida mashqlarni individual darajada moslashtirish.

Shaxsiy rivojlanish:

- Motivatsiya va ishtiyoqni oshirish – o'yin elementlari kiritilgan darslar orqali o'quvchilarda sportga qiziqish uyg'otish.
- Ijtimoiy ko'nikmalarni rivojlantirish – guruhiiy harakat o'yinlari orqali hamkorlik va jamoaviy ishlash malakalarini shakllantirish.
- O'ziga bo'lgan ishonchni oshirish – texnologiyalar orqali o'z natijalarini ko'rish va shaxsiy yutuqlarga erishish.

Natijalar va tavsiyalar

Zamonaviy texnologiyalardan foydalanish boshlang'ich sinf o'quvchilarining jismoniy va shaxsiy rivojlanishiga ijobiy ta'sir ko'rsatadi. Jismoniy madaniyat darslarini yanada qiziqarli va samarali qilish uchun quyidagi tavsiyalar beriladi:





- O'qituvchilar AKT vositalaridan keng foydalanishlari lozim.
- Jismoniy tarbiya mashg'ulotlariga mobil ilovalar va interaktiv o'yinlarni qo'shish.
- Har bir o'quvchining individual rivojlanishini baholash va unga mos yondashuvni tanlash.
- Virtual va raqamli texnologiyalarni o'quv dasturiga integratsiya qilish.

Xulosa

Zamonaviy texnologiyalar yordamida jismoniy madaniyat darslarini tashkil etish nafaqat o'quvchilarning jismoniy rivojlanishini ta'minlaydi, balki ularning shaxsiy o'sishiga ham ijobiy ta'sir ko'rsatadi. Shu bois, innovatsion yondashuvlarni ta'lim jarayoniga keng tatbiq etish muhim vazifalardan biri bo'lib qoladi.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Vygotsky L.S. *Mind in Society: The Development of Higher Psychological Processes*. – Harvard University Press, 1978.
2. UNESCO. *Quality Physical Education (QPE): Guidelines for Policy-Makers*. – Paris, 2015.
3. Raximjonovich N. B., Bahodir o'g'li S. Z. BOLALAR SPORTIDA JISMONIY MASHQ BAJARISHING AHAMIYATI //MODERN EDUCATIONAL SYSTEM AND INNOVATIVE TEACHING SOLUTIONS. – 2024. – T. 1. – №. 3. – C. 240-243.
7. Abduvayitovich X. Z. et al. Maktabgacha Yoshdagi Bolalar Jismoniy Tarbiyasi //Miasto Przyszłości. – 2024. – T. 49. – C. 885-887.
4. Хайдаров Б. Т., Халматова Н. Б. БОШЛАНГИЧ СИНФ ЎҚУВЧИЛАРИНИ СОҒЛОМЛАШТИРИШ СПОРТ ТЎГАРАКЛАРИГА ЖАЛБ ЭТИШНИНГ ПЕДАГОГИК ШАРОИТЛАРИ //Fan-Sportga. – 2023. – №. 2. – C. 72-75.



5. Abduvayitovich X. Z., Sevinch X. BO'LG'USI JISMONIY TARBIYA FANI O'QITUVCHILARI FAOLIYATINING ILMIY PEDAGOGIK ASOSLARI //THEORY OF SCIENTIFIC RESEARCHES OF WHOLE WORLD. – 2024. – T. 1. – №. 2. – C. 280-286.
6. Xalmatova N. B. AYOL VA O 'SMIR QIZLAR SPORT MASHG 'ULOTINI TASHKIL ETISH USLUBIYATI //2016 No. 6 (100/1). – 2023. – T. 100. – №. 66. – C. 5-9.
7. Imomov M. SPORT O'YINLARIDA HUJUM HARAKATLARI TEXNIKASINI TAKOMILLASHTIRISH (VOLEYBOL MISOLIDA) //Academic research in educational sciences. – 2023. – T. 4. – №. 1. – C. 447-456.