

QISHLOQ JOYLARDA QIZLAR FUTBOLINI RIVOJLANTIRISH

Ashurova Nigora Yo'ldoshevna

*Sirdaryo viloyati Boyovut tumani 8 - sonli maktab
jismoniy tarbiya fani o'qituvchisi*

Annotatsiya: Mazkur maqolada oliy ta'lim tizimidagi talabalar mustaqil ta'limga bo'lgan yondashuvi, ularning psixologik holati, o'zini-o'zi anglash, motivatsiya va emotsional barqarorlik kabi omillarning ta'lim samaradorligiga ta'siri tahlil qilinadi. Shuningdek, mustaqil ta'lim jarayonida yuzaga keladigan psixologik to'siqlar, ularga qarshi kurashish yo'llari va samarali psixologik qo'llab-quvvatlash tizimlari muhokama qilinadi.

Kalit so'zlar: mustaqil ta'lim, motivatsiya, psixologik barqarorlik, o'zini anglash, talabalar, stress, o'quv faoliyati.

Bugungi globallashtirish va raqamli transformatsiya sharoitida oliy ta'lim jarayonida talabalar faolligini oshirish, o'z-o'zini boshqarish kompetensiyalarini shakllantirish muhim ahamiyat kasb etmoqda. Mustaqil ta'lim – bu faqatgina akademik bilim olish emas, balki talabaning psixologik jihatdan o'ziga ishonch hosil qilishi, vaqtni boshqarish va o'z faoliyatini rejalashtirish orqali hayotga tayyorgarligini mustahkamlovchi jarayondir. Shu bois, bu jarayonning psixologik jihatlarini o'rganish zamonaviy ta'lim psixologiyasi uchun dolzarbdir.

Qishloq joylarda qizlar futbolini rivojlantirish O'zbekiston kabi rivojlanayotgan mamlakatlarda sportni ommalashtirish, gender tengligini mustahkamlash va yoshlarning sog'lom turmush tarzini targ'ib qilish uchun muhim yo'nalishdir. Quyida ushbu masalani kengroq yoritib, batafsil strategiyalar, amaliy maslahatlar va xalqaro tajribalarga asoslangan yondashuvlarni keltiraman.

Infratuzilma va moddiy-texnik bazani rivojlantirish

Qishloq joylarda futbolni rivojlantirish uchun eng muhim omil bu infratuzilmaning mavjudligi va uni qulay holatga keltirishdir.

- Oddiy futbol maydonchalari tashkil qilish:

Qishloqlarda katta stadionlar qurish qimmat va uzoq muddatli loyiha bo'lishi mumkin. Shu sababli, mavjud maktab hovlilari yoki bo'sh er uchastkalarida kichik o'lchamdagi maydonlar tashkil qilish samarali bo'ladi.

- Masalan, 5x5 yoki 7x7 o'yinlar uchun mini-futbol maydonlari qurish mumkin.

- Maydonni qurishda mahalliy jamoatchilikni jalb qilish (masalan, "hashar" usulida) xarajatlarni kamaytiradi.

- Maydon sifatini oshirish uchun sun'iy qoplama yoki oddiy drenaj tizimi o'rnatish mumkin.

- Jihozlar va resurslar:

- To'plar, forma, sport kiyimlari va boshqa jihozlarni ta'minlash uchun mahalliy hokimiyatlar, bizneslar yoki xalqaro tashkilotlar bilan hamkorlik qilish kerak.

Murabbiylar va mashg'ulot dasturlari

Futbolning ommalashishi uchun malakali murabbiylar va tizimli mashg'ulotlar tashkil qilish zarur.

- Mahalliy murabbiylarni tayyorlash:

- Qishloq maktablaridagi jismoniy tarbiya o'qituvchilarini futbol bo'yicha maxsus kurslarda o'qitish.

- O'zbekiston Futbol Federatsiyasi (UFF) yoki xalqaro tashkilotlar (FIFA, AFC) tomonidan tashkil qilinadigan trenerlik kurslaridan foydalanish.

- Ayol murabbiylarni jalb qilish qizlarni rag'batlantirishda muhim, chunki ular o'rnak bo'lib xizmat qiladi.

- Mashg'ulot dasturlari:

- Qizlar uchun moslashuvchan mashg'ulot jadvallari tuzish (masalan, darslardan keyin yoki dam olish kunlari).

- Boshlang'ich darajada o'yin texnikasi, jismoniy tayyorgarlik va jamoaviy ruhni rivojlantirishga e'tibor berish.

- Yosh guruhlariga qarab dasturlarni farqlash (masalan, 8-12 yosh, 13-16 yosh).

- Qizlarni jalb qilish uchun dastlabki mashg'ulotlarni o'yin formatida, qiziqarli va qulay muhitda o'tkazish.

Ijtimoiy stereotiplarni yo'q qilish va jamoatchilikni jalb qilish

Qishloq joylarda qizlarning futbol o'ynashiga qarshi bo'lgan ijtimoiy to'siqlar mavjud bo'lishi mumkin. Bu masalani hal qilish uchun jamoatchilik bilan ishlash muhim.

- Ota-onalar bilan ishlash:

- Qizlarning sport bilan shug'ullanishi ularning sog'ligi, o'ziga ishonchi va kelajakdagi imkoniyatlariga ijobiy ta'sir qilishini tushuntirish.

- Mahalliy masjidlarda yoki jamoat markazlarida ota-onalarga seminarlar o'tkazish.

- Futbolning qizlar uchun xavfsiz va foydali ekanligini ko'rsatish uchun ochiq mashg'ulotlar tashkil qilish.

- Ommaviy axborot vositalari va targ'ibot:

- Mahalliy televidenie, radio yoki ijtimoiy tarmoqlarda qizlar futboli haqida ijobiy hikoyalar targ'ib qilish.

- Masalan, mahalliy qizlar jamoasining muvaffaqiyatlari haqida mahalliy gazetada maqola chop etish yoki Instagram'da postlar joylashtirish.

- Muvaffaqiyatli ayol futbolchilarning (masalan, O'zbekiston terma jamoasi o'yinchilari yoki xalqaro yulduzlar, Megan Rapinoe, Marta kabi) hikoyalarini targ'ib qilish.

- Mahalliy yetakchilar bilan hamkorlik:

Mahalla raislari, imomlar yoki nufuzli shaxslar bilan hamkorlik qilib, ularni qizlar futbolini qo'llab-quvvatlashga jalb qilish.

Turnirlar va musobaqalar tashkil qilish

Musobaqalar qizlarni rag'batlantirish va futbolga qiziqishni oshirishning eng samarali usullaridan biridir.

- Mahalliy va mintaqaviy turnirlar:

- Qishloqlar o'rtasida kichik turnirlar tashkil qilish (masalan, "Qishloq kubogi").

- Har bir qishloqda qizlar jamoasini shakllantirish va ularni mintaqaviy musobaqalarda ishtirok ettirish.

- Turnirlarni bayramona muhitda o'tkazish, masalan, musiqa, sovg'alar va mahalliy homiyalar ishtirokida.

- Sovrinlar va rag'batlantirish:

- G'olib jamoalarga kichik sovg'alar (sport anjomlari, sertifikatlar, medallar) berish.

- Eng yaxshi o'yinchilarni rag'batlantirish, masalan, "Eng yaxshi darvozabon" yoki "Eng faol o'yinchi" nominatsiyalari orqali.

- Maktablararo musobaqalar:

Maktablar o'rtasida qizlar futboli bo'yicha ligalar tashkil qilish. Bu qizlarni sportga jalb qilish bilan birga, maktablar o'rtasidagi raqobatni kuchaytiradi.

Qishloq joylarda qizlar futbolini rivojlantirish infratuzilma, malakali murabbiylar, jamoatchilikni jalb qilish va xalqaro tajribadan foydalanishni talab qiladi. O'zbekiston sharoitida mahalliy hokimiyatlar, maktablar va xalqaro tashkilotlar bilan hamkorlik muhim ahamiyatga ega. Agar ushbu masalada aniq bir hudud yoki loyiha haqida gapirayotgan bo'lsangiz, qo'shimcha ma'lumot bering, masalan, qaysi qishloq yoki viloyat, mavjud resurslar yoki qiyinchiliklar. Bu yanada aniqroq va moslashtirilgan tavsiyalar berishga yordam beradi!

Xulosa

Mustaqil ta'lim jarayoni nafaqat intellektual, balki psixologik omillarga ham kuchli bog'liq. Talabaning ichki motivatsiyasi, o'zini anglash darajasi va stressni boshqarish qobiliyati bu jarayonda asosiy rol o'ynaydi. O'qituvchilar va ta'lim muassasalari bu holatni hisobga olib, talabalarni psixologik jihatdan qo'llab-quvvatlash mexanizmlarini joriy qilishi lozim.

Talabalarining mustaqil ta'limga psixologik tayyorgarligini baholash tizimini yaratish;

Psixologik maslahat va motivatsion treninglarni joriy etish;

Talabalar uchun vaqtni boshqarish va o'z-o'zini rag'batlantirish bo'yicha seminarlar tashkil qilish;

O'qituvchilarni talabalarga psixologik yondashuv bo'yicha malaka oshirishga jalb qilish;

Adabiyotlar:

1. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2019-yil 4-dekabr sanasidagi "O'zbekistonda futbolni mutlaqo yangi bosqichga olib chiqish chora-tadbirlari to'g'risida"gi PF-5887 sonli farmoni.
2. Жавлонбек Абдуқохор ўғли Зулхайдаров. Футболчиларни тайёрлаш жараёнидаги мусобақалар фаолияти кўрсаткичларини таҳлил қилишнинг ахамияти. Academic research in educational sciences (ares), volume 2, issue 10, 764- 770.
3. Абдулахатов А.Р. Зулхайдаров Ж.А. Профессионал футболчиларни жисмоний тайёргарлиги бўйича моделлаштириш меъёрлари. Муғаллим , 1(1)2022, 106-110
4. Зулхайдаров Ж.А. Юқори малакали футболчиларни махсус чидамкорлигини ривожлантириш. Интернаука. 23(199) 2021г. 55-56.
5. Zulxaydarov J.A. O'zbekistonda stritbol-sport turini rivojlantirish. PROSPECTS FOR THE NATIONAL SPORT DEVELOPMENT OF – KURASH. April 8-9.2022. chirchiq-2022.