

JISMONIY TARBIYA VA SPORT ORQALI IJTIMOIIY KO'NIKMALARNI RIVOJLANTIRISH

Hamidjonov MuhammadBobir Ulug'bek o'g'li

*Andijon davlat pedagogika instituti jismoniy tarbiya kafedrası stajyor
o'qituvchisi.*

Annotatsiya: Ushbu tezisda jismoniy tarbiya va sportning yoshlar va o'quvchilar orasida ijtimoiy ko'nikmalarni rivojlantirishdagi roli, metodik yondashuvlar va amaliy tavsiyalar tahlil qilingan. Tezisda individual va guruh mashg'ulotlarining ijtimoiy ko'nikmalarni shakllantirishdagi samaradorligi, pedagogik strategiyalar va motivatsiya tizimlari o'rganilgan. Shu bilan birga, sport orqali yoshlarning hamjihatlik, liderlik, mas'uliyat va muloqot qobiliyatlarini rivojlantirishning nazariy va amaliy asoslari yoritilgan.

Kalit so'zlar: jismoniy tarbiya, sport, ijtimoiy ko'nikmalar, guruh mashg'uloti, individual mashg'ulot, pedagogik metodika, motivatsiya, liderlik, hamjihatlik, yoshlar tarbiyasi.

KIRISH

Zamonaviy ta'lim va tarbiya tizimida nafaqat bilim berish, balki yoshlarning ijtimoiy ko'nikmalarini shakllantirish muhim ahamiyatga ega. Jismoniy tarbiya va sport bu jarayonda samarali vosita sifatida ko'riladi. Sport nafaqat sog'lom turmush tarzini rag'batlantiradi, balki o'quvchilar va yoshlar orasida hamjihatlik, muloqot, mas'uliyat va liderlik ko'nikmalarini rivojlantirish imkonini beradi.

Ijtimoiy ko'nikmalar — bu shaxsning jamiyatda samarali faoliyat yuritishi uchun zarur bo'lgan qobiliyatlar majmuasi. Ular orasida hamkorlik, muloqot, ijtimoiy javobgarlik, qaror qabul qilish va stressga chidamlilik muhim ahamiyatga ega. Jismoniy tarbiya va sport mashg'ulotlari orqali bu ko'nikmalarni mustahkamlash pedagogik metodika va tizimli yondashuvni talab qiladi.

Jismoniy tarbiya va sportning ijtimoiy ahamiyati

Jismoniy tarbiya va sport faoliyati yoshlarning nafaqat sog'lomligi, balki

ijtimoiy rivojlanishi uchun ham muhim vosita hisoblanadi. Individual va guruh mashg'ulotlarida o'quvchilar bir-biri bilan muloqot qiladi, o'z hissiyotlarini boshqaradi, qaror qabul qilish va muammolarni hal etish ko'nikmalarini egallaydi.

Sport orqali quyidagi ijtimoiy ko'nikmalar rivojlantiriladi:

Hamjihatlik va jamoaviy ishlash qobiliyati: sport o'yinlarida g'olib bo'lish uchun jamoa a'zolari bir-biriga yordam beradi, strategiyalarni muvofiqlashtiradi. Liderlik va mas'uliyat: guruhdagi yetakchi roli yoshlarni o'z mas'uliyatini anglashga o'rgatadi. Muloqot qobiliyati: sport mashg'ulotlarida muloqot va fikr almashish ko'nikmalari rivojlantiriladi. Stressga chidamlilik: raqobat va qiyinchiliklar sharoitida o'zini boshqarish va muammolarni hal etish o'rganiladi.

Individual mashg'ulotlar va ijtimoiy ko'nikmalar

Individual mashg'ulotlar yoshlar va o'quvchilarga shaxsiy qobiliyatlarini rivojlantirishga imkon beradi. Shu bilan birga, o'z-o'zini boshqarish, mas'uliyatni anglash, o'z hissiyotlarini nazorat qilish kabi ijtimoiy ko'nikmalar shakllanadi. Individual mashg'ulotlar orqali quyidagilarni rivojlantirish mumkin:

- o'z vaqtini boshqarish va shaxsiy rejalashtirish;
- shaxsiy motivatsiyani oshirish;
- qaror qabul qilish va o'z xatolarini tahlil qilish;
- sog'lom turmush tarzini mustahkamlash.

Guruh mashg'ulotlarining roli

Guruh mashg'ulotlari yoshlarning ijtimoiy ko'nikmalarini shakllantirishda muhim ahamiyatga ega. Ular nafaqat jismoniy tayyorgarlikni oshiradi, balki hamkorlik, liderlik, ijtimoiy javobgarlik va muloqot qobiliyatlarini rivojlantiradi.

Guruh mashg'ulotlarining afzalliklari:

Hamkorlik: o'quvchilar birgalikda maqsadga erishadi, bir-birini qo'llab-quvvatlaydi. Raqobat va ijtimoiy motivatsiya: sog'lom raqobat yoshlarni intizom va mehnatsevarlikka o'rgatadi. O'zaro fikr almashish: guruh ichida tajriba va bilim almashinuvi amalga oshadi.

Metodik yondashuvlar

Jismoniy tarbiya va sport orqali ijtimoiy ko'nikmalarni rivojlantirishda

metodik yondashuv muhimdir. Ular quyidagilarni o'z ichiga oladi:

Differensial yondashuv: har bir yoshning individual qobiliyatlarini hisobga olish;

Faoliyatga yo'naltirilgan metodlar: o'quvchilarni faol ishtirok etishga undash;

Reflektiv mashg'ulotlar: o'z faoliyatini tahlil qilish va o'z-o'zini baholash;

Guruh va jamoaviy o'yinlar: ijtimoiy ko'nikmalarni shakllantirish uchun amaliy mashg'ulotlar.

Amaliy tavsiyalar

Mashg'ulotlarda kombinatsiyalangan metodlardan foydalanish, individual, va guruh mashg'ulotlarini uyg'unlashtirish;

Yoshlar motivatsiyasini oshirish uchun rag'batlantiruvchi tizim joriy etish;

Liderlik va hamjihatlikni rivojlantirish uchun guruh ichida rol o'yinlarini qo'llash;

Mashg'ulot natijalarini tahlil qilish va refleksiya asosida individual reja tuzish;

Sport va jismoniy tarbiya mashg'ulotlarini kundalik hayot bilan bog'lash, ijtimoiy faoliyatga integratsiya qilish.

XULOSA

Jismoniy tarbiya va sport nafaqat sog'lom turmush tarzini targ'ib qiladi, balki yoshlar orasida ijtimoiy ko'nikmalarni rivojlantirishda muhim vosita hisoblanadi. Individual va guruh mashg'ulotlari orqali hamjihatlik, liderlik, muloqot, mas'uliyat va qaror qabul qilish ko'nikmalari shakllanadi. Pedagogik metodika va faoliyatga yo'naltirilgan yondashuv orqali sport mashg'ulotlarining ijtimoiy ahamiyati yanada oshadi.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Baymukhamedov Sh. "Jismoniy tarbiya va sog'lom turmush tarzi." – Toshkent, 2020.

2. Karimova M. "Sport pedagogikasi: nazariya va amaliyot." – Toshkent, 2021.

UNESCO. "Physical Education and Social Skills Development." – Paris, 2019.

3. Li H., Ni X. "AI in Physical Education and Social Development." – London, 2021.

4. Hasanboyeva O. "Pedagogik kompetensiyalarni shakllantirish." – Toshkent: TDPU, 2021.

5. Russell S., Norvig P. "Artificial Intelligence: A Modern Approach." – New Jersey, 2020.

6. Zimnyaya I.A. "Kompetentnostnyy podxod v obrazovanii." – Moskva, 2006.

7. Dewey J. "Experience and Education." – New York, 1938.

8. Anderson L.W., Krathwohl D.R. "A Taxonomy for Learning, Teaching, and Assessing." – New York, 2001.

9. Xolbekova G. "Ta'limda reflektiv yondashuvning ahamiyati." – Toshkent, 2022.