

UO‘K: 796.325.

MASHARIPOV Farhod To‘raxonovich

pedagogika fanlari doktori (DSc), professor, “Sport o‘yinlari” kafedrası mudiri, Urganch davlat universiteti, Urganch sh., O‘zbekiston

e-mail: farhod0972@inbox.ru

Recenziya buyicha: N.K.Ruzmetov, pedagogika fanlari bo‘yicha falsafa doktori (PhD), professor, “Yakka kurash” kafedrası mudiri, Urganch davlat universiteti

LEVEL OF STUDENTS' ATTITUDE AND INTEREST TO PHYSICAL EDUCATION AND SPORT

Abstract

The article provides data on the needs of students of higher educational institutions for physical education and sports. The issues of developing modern forms of physical education and sports training, effective means and their organization, based on scientifically proven methods are covered.

Key words: physical education, students of higher educational institutions, survey, level of students' motivation, level of students' physical fitness.

TALABA-YOSHLARNING JISMONIY TARBIYA VA SPORTGA MUNOSABATI VA QIZIQISHLARI DARAJASI

Annotatsiya

Maqolada oliy o‘quv yurtlari talabalarining jismoniy tarbiya va sportga bo‘lgan ehtiyojlari to‘g‘risida ma‘lumotlar keltirilgan. Jismoniy tarbiya va sport mashg‘ulotlarining zamonaviy shakllarini, samarali vositalarni ishlab chiqish va ularni ilmiy asoslangan usullar asosida tashkil etish masalalari yoritilgan.

Kalit so‘zlar: jismoniy tarbiya, oliy ta‘lim muassasalari talabalari, anketa so‘rovnomalari, talabalarining motivatsiya darajasi, talabalarining jismoniy tayyorgarlik darajasi.

УРОВЕНЬ ОТНОШЕНИЯ И ИНТЕРЕСА СТУДЕНТОВ К ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ

Аннотация

В статье приводятся данные о потребности студентов высших учебных заведений к занятиям физической культурой и спортом. Освещаются вопросы разработки современных форм физического воспитания и спортивной тренировки, эффективных средств и их организации, на основе научно-обоснованных методик.

Ключевые слова: физическое воспитание, студенты высших учебных заведений, анкетирование, уровень мотивации студентов, уровень физической подготовленности студентов.

Dunyoda aholining barcha qatlamlari orasida, ayniqsa o'quvchi va talaba- yoshlar o'rtasida jismoniy tarbiya va sportni ommalashtirish orqali harakat faolligini takomillashtirish, jismoniy tayyorgarlik darajasini oshirish uchun samarali vosita va uslubiyatlarni izlab topish muammosi dolzarb ahamiyat kasb etmoqda. Yoshlarni turli xil mehnat faoliyati va dam olish rejimida jismoniy tarbiya vositalarini mustaqil va maqsadli rejalashtirish, umumiy hamda maxsus jismoniy tayyorgarlikka erishish uchun kasbiy-amaliy ko'nikma va malakalardan foydalanishga o'rgatish ustuvor vazifaga aylanmoqda, bu ko'p jihatdan yoshlarning jismoniy madaniyatini oshirish muammosini hal etadi [2].

O'rganishlar natijasi shuni ko'rsatadiki talabalarning jismoniy tarbiya mashg'ulotlarida past darajadagi faolligi kuzatilmoqda. Buning sababi ana'naviy tarzda o'tkaziladigan mashg'ulotlarning talabalar faoliyatiga ta'sir darajasi pastligidan dalolat beradi [1]. Talabalarning jismoniy tayyorgarlik, jismoniy rivojlanishi bo'yicha axborotga ega bo'lmaganligi sababli mashg'ulotlarga qiziqishi susayadi va odatda, aksariyat talabalar majburiy kurs tugagandan so'ng jismoniy mashqlar bilan shug'ullanishni to'xtatadilar. Bu holat jismoniy tarbiyaga ixtisoslashmagan oliy ta'lim muassasalari talabalarining jismoniy tarbiya tizimining ilmiy-uslubiy holatini tahlil qilish asosida harakat faoliyatiga va jismoniy tayyorgarliklarini oshirish hamda jismoniy tarbiya mashg'ulotlariga bo'lgan motivatsiyasini oshirishning pedagogik mexanizmlarini ishlab chiqish zarurligini isbotlaydi [3].

Talabalarining jismoniy tarbiya mashg'ulotlari va sport faoliyatiga bo'lgan xohish-istaklari va ehtiyojlari, jismoniy tarbiya vositalarini qo'llash imkoniyatini aniqlash maqsadida onlayn shaklda anketa so'rovnomalari o'tkazildi. So'rovnomalarda Urganch davlat universitetining turli fakultetlarida tahsil oluvchi talabalar o'rtasida o'tkazildi. Unda 2000 dan ortiq respondent qatnashdi va tadqiqot

muammosi yuzasidan ularning fikr-mulohazalari o'rganildi. Jumladan, OTM talabalarining jismoniy tarbiya jarayonidagi ustuvor vazifalarni o'rganish va ilmiy tadqiqotlar asosida ularning yechimini topish, jismoniy tarbiya jarayonida talabalarga tabaqali yondashish, talabalarning jismoniy tayyorgarligi va funksional holatini muntazam nazorat qilib borishning innovatsion yechimlarini izlab topish, jismoniy tayyorgarlik va funksional holati to'g'risida doimiy axborot olishga bo'lgan xohishlari hamda talabalarning jismoniy tayyorgarligi va funksional holatini muntazam nazorat qilib borish, jismoniy tarbiya mashg'ulotlarida harakatlanish vazifalarini individuallashtirish jarayoniga ijobiy ta'siri kabi masalalar o'rganildi [4].

"Talabalarning jismoniy tarbiya va sportga bo'lgan qiziqishi va xohish-istaklari muammolari" anketasi 54 ta savoldan iborat bo'lib, jismoniy tarbiya va sport sohasidagi qiziqishlari, salomatlik holati, xohish-istaklar shakllanishining sabab-natija bog'liqligini ochib berishga imkon yaratadi. Talabalarning mashg'ulotlarni tashkil qilish shakllari hamda jismoniy tarbiya va sportga bo'lgan ehtiyojlarini tekshirish anketa so'rovi natijalarini tahlil qilish asosida o'tkazildi.

Ikkinchi (qo'shimcha) anketa – "Talabalarning turmush tarzi va salomatligi" haqidagi savollar moddiy-maishiy shart-sharoitlar, kasbiy qiziqishlar va intilishlar, yoqtiriladigan dam olish shakllari, turmush tarzi, zararli odatlar sohasini qamrab oldi. O'z sog'lig'i va jismoniy tayyorgarligini o'zi mustaqil baholash, jismoniy tarbiya va sog'lom turmush tarzi omillarining o'zlarini namoyon qilishdagi ahamiyatini mustaqil baholashlariga qaratildi.

Ikkala anketadagi savollarning bir qismi umumiy asosga ega bo'ldi, lekin ifodalanishi har xil bo'lib, bu anketaga javob berayotgan talabalarning javoblari xolisligi hamda haqqoniyligini baholashga imkon berdi. Anketa so'rovlari natijalari kompyuter yordamida ishlab chiqilib, pedagog-psixolog ekspertlar ishtirokida tahlil qilindi (1-jadval).

Talabalarning jismoniy tarbiya va sport faoliyatini tahlili, (n=1056)

T/r	“Zamonaviy talaba” anketasi mazmuni	I kurs, (n=374)		II kurs, (n=356)		III kurs, (n=326)	
		n	%	n	%	n	%
1.	Jismoniy tarbiya va sport bilan muntazam shug‘ullanaman	46	12,4	33	9,3	26	8,0
2.	Ertalabki badantarbiya mashqlari bilan shug‘ullanaman	79	21,2	64	18,0	55	17,0
3.	Salomatlikni mustahkamlash uchun jismoniy rekreatsiya bilan shug‘ullanaman	63	17,0	56	15,8	62	19,0
4.	Faqat jismoniy tarbiya darslarida shug‘ullanaman	254	68,0	-	-	-	-
5.	Jismoniy tarbiya va sport qiziqitirmaydi	26	7,0	23	6,5	13	4,0
6.	Sport musobaqalarini kuzatib boraman, faol ishqibozman, lekin o‘zim jismoniy tarbiya bilan shug‘ullanmayman	61	16,3	103	32,8	120	36,8
7.	Jismoniy tarbiya va sport bilan shug‘ullanishni xohlardim, lekin salomatligim imkon bermaydi	16	4,3	11	3,2	13	4,0
8.	Jismoniy tarbiya bilan shug‘ullanishni xohlardim, lekin vaqt yetishmaydi	77	20,7	104	29,2	107	32,8
9.	Sport-klub mashg‘ulotlarida shug‘ullanaman	28	7,6	23	6,5	16	5,0
10.	Jismoniy tarbiya bilan shug‘ullanishni shart deb hisoblamayman	19	5,2	12	3,5	8	2,6
11.	Jismoniy tarbiya mashg‘ulotlarini qiziqarli deb hisoblayman	140	37,5	146	41,0	119	36,5
12.	Jismoniy holatim bo‘yicha muntazam axborotga ega bo‘lib borishni xohlayman	246	66,2	219	58,7	191	51,2
13.	Jismoniy tarbiya darslari har bir kursda bo‘lishini xohlayman	102	27,2	137	38,5	143	44,0
14.	Jismoniy tarbiya va sport bilan shug‘ullanishga mos zamonaviy shart-sharoitlar kerak	81	21,7	94	26,4	77	23,7
15.	Universitet hududida zamonaviy vorkaut maydonchalari bo‘lishini xohlayman	80	21,4	99	27,8	84	25,8
16.	TTJda kechqurun universitet hududidagi sport maydonchasida shug‘ullanaman	86	23,0	101	28,4	77	23,6

Talabalarning jismoniy tarbiya va sport mashg'ulotlariga bo'lgan munosabati turlicha ko'rinishda ekanligi ta'kidlanadi. Ko'pchilik talabalar talabkibadantariya mashqlari bilan shug'ullanishlarini bildirganlar, ba'zilar talabalar turar joyida universitet hududidagi sport maydonchasida shug'ullanishlarini bildirganlar. Aksariyat talabalar o'zlari mustaqil jismoniy mashqlar bilan deyarli shug'ullanmasliklari ma'lum bo'ldi. I kurs talabalarining 68,0% faqat jismoniy tarbiya darslari paytida shug'ullanishlarini bildirganlar. II va III kurs talabalar esa jismoniy tarbiya darslarini har bir kursda o'qitilishini (II kurs 38,5%, III kurs 44,0%) yoqlab, o'quv-reja asosida o'qitilishi zarurligini bildirganlar. Shundan ko'rinish turibdiki, OTMdagi jismoniy tarbiya darslari keng qamrovli sonidagi talabalarni jismoniy tarbiya jarayoniga jalb qilishda asosiy

vosita bo'lib, ularning jismoniy holatini nazorat qilib turishdagi muhim jarayon hisoblanadi (diagr.).

Pedagogik kuzatuvlarning ko'rsatishicha, talaba-yoshlarning jismoniy tarbiya faoliyati, asosan, ikkita omil ta'sirida shakllantiriladi. Bir tomondan – jamiyatning uning fani, ta'limi, bozor iqtisodiyoti, madaniy va hududiy an'analari bilan erishgan ijtimoiy yutuqlari darajasi yoshlarning jismoniy qobiliyatlarini rivojlantirishga muayyan talablar qo'yadi. Boshqa tomondan, har bir individ, o'zining shaxsiy qiziqishlari va maqsadlaridan kelib chiqib, jismoniy tarbiya qadriyatlarida tanlab yo'nalish oladi. Tajriba shuni ko'rsatadiki, bu har bir talabani jismoniy tarbiya sohasida individual munosabatlar tizimiga olib keladi, u faollikning o'ziga xos shaklida namoyon bo'ladi.

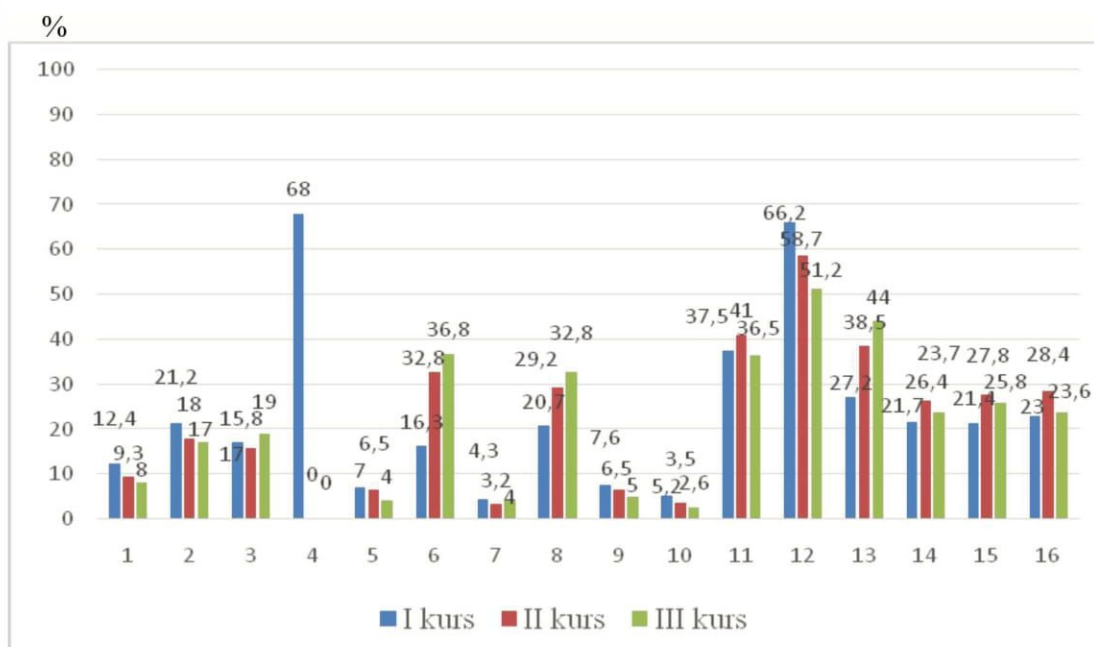


Diagramma. Talabalarning jismoniy tarbiya va sportga munosabati, (%)

E'tirof etish kerakki, jismoniy tarbiya mashg'ulotlariga nisbatan qiziqish, III va II kurs talabalarida ko'proq qayd etildi. Bu jismoniy tarbiya mashg'ulotlariga nisbatan yuqori motivatsiya mavjudligidan dalolat beradi. Ehtimol, bunday holatni shu bilan ham izohlash mumkinki, OTMlarda jismoniy tarbiya mashg'ulotlarini barcha kurslarda majburiy fan sifatida o'qitilishini tashkil qilish va ularga alohida e'tibor qaratish lozimligini belgilab beradi.

Shu bilan birga, talaba-yoshlarda uning ijtimoiy-biologik mohiyatiga, jismoniy tarbiyaning hayotiy faoliyatdagi ahamiyatiga, organizmning funksional tizimlarini salbiy

oqibatlariga kurashishiga nisbatan ilmiy asoslangan qarash har doim ham shakllanmaydi (2-jadval).

Talabalarning shaxsning qadriyatli – motivatsion maqsadlariga ta'sir ko'rsatuvchi subyektiv omillarni yetarlicha baholamasliklari diqqatni o'ziga qaratadi. Aftidan, bu mashg'ulotlar va tadbirlarning ta'limiy – bilish salohiyatining pasayishi, ko'proq tana rivojlanishiga e'tiborning qaratilishi, shuningdek, jismoniy tarbiya va sport faoliyati me'yoriy ko'rsatkichlari hamda pedagogik ta'sirlar doirasining cheklanganligi bilan bog'liq.

Talaba-yoshlarning jismoniy tarbiya va sport faoliyatini cheklovchi subyektiv sabablar, (n=1056)

T/r	Sabablar	O'smirlar, (%)	Qizlar, (%)
1.	Xohish-istak, qiziqish yo'q	18,2	21,3
2.	O'zining bo'sh vaqtini tashkil qilaolmaslik	15,0	17,6
3.	Shaxsiy sustkashlik, landovurlik	8,3	4,1
4.	O'qituvchi-murabbiy bilan aloqa yo'q	6,2	9,8
5.	Do'stlarim shug'ullanmaydilar	6,5	8,6
6.	Jismoniy tarbiya va sport bilan shug'ullanishga ehtiyoj yo'q	11,1	8,2
7.	Mashg'ulotlar intellektual sodda va umumiy madaniyatga ta'sir qilmaydi	12,6	13,7
8.	Mashg'ulotlar kasbiy tayyorgarlikka yordam bermaydi	8,9	11,4
9.	Inson faoliyatida zarur deb hisoblamayman	5,6	4,5
10.	Sharoitim taqozo etmaydi	11,2	14,1

OTM talabalari jismoniy tarbiyasida ehtiyojlarni shakllantirishning subyektiv omillarini gumanitarlashtirish hamda demokratlashtirishni amalga oshirish maqsadida quyidagilar zarur:

1) sport turlariga ixtisoslashmagan OTM talabalarida muammoning metodologik va ijtimoiy jihatlarini inobatga olish;

2) jismoniy tarbiya sohasidagi pedagogning kasbiy faoliyatida talabalarni jismoniy tarbiyalashning umumiy qabul qilingan uslubiyati bo'yicha ishlashni chiqarib tashlash;

3) nazorat me'yorlari bo'yicha me'yoriy (dasturiy) baholash bilan bir vaqtda jismoniy tayyorgarlik darajasini OTMda o'qish davridagi natijalar dinamikasi bo'yicha tabaqalashtirilgan modul texnologiyasi asosida baholashni ishlab chiqish;

4) jismoniy tarbiya va mashg'ulotlarini talabalarning ehtiyojlari, qiziqishlari va motivlarini inobatga olgan holda o'tkazish;

5) jismoniy tarbiya bo'yicha amaliy mashg'ulotlarda jismoniy tayyorgarlik va organizmning funksional holati ko'rsatkichlari ijobiy o'zgarishlarini talabalar anglab yetishlariga erishish va shuning asosida ichki motivatsiya, jismoniy tarbiyaga nisbatan faol, barqaror stimulning psixologik asosini tarbiyalash;

6) jismoniy tarbiya mashg'ulotlari mazmuni elementlarining ma'lum bir tuzilmasi sifatida shaklni ilmiy asoslangan pedagogik, psixologik va fiziologik yondashuvlarda qarab chiqish.

Amaliy ish tajribasi shuni ko'rsatadiki,

talabalarda jismoniy tarbiyaga bo'lgan ehtiyojni shakllantirish yoshlarning o'ziga shaxs sifatida ichki ma'suliyati va talabchanligi bilan uzviy bog'liq. Talabalarning jismoniy tarbiya faoliyatida motivlarni shakllantirishning muhim shartlaridan biri tabaqalashtirilgan yondashuv ekanligi aniqlangan.

Jismoniy tarbiya faoliyatiga bo'lgan ehtiyojni shakllantirishning subyektiv omillari asosida shaxsga va faoliyatli yondashuvni rivojlantirish, zamonaviy psixologik-pedagogik va psixologik-fiziologik ta'lim-tarbiya nazariyalarini qo'llash asosida o'quv-tarbiya jarayonini optimallashtirish hamda jadallashtirish g'oyasi yotishi kerak. Ular jismoniy tarbiyada shakllangan ko'pgina muammolarni bartaraf etadi, xususan, talaba-yoshlarning jismoniy tarbiya faoliyatida ko'p variantlilikni paydo qiladi.

Sotsiologik tadqiqotlar natijalari shuni ko'rsatadiki, talaba-yoshlar orasida asosan salomatlikni mustahkamlash, jismoniy sifatlarni rivojlantirish, rekreatsion (ko'ngil yozish, faol dam olish, boshqa faoliyat turiga o'tish), ortiqcha vaznni haydash, tanani shakllantirish kabi motivlar ajratiladi. Talabalarning jismoniy tarbiya faoliyati xususiyatlarini o'rgana turib, shu aniqlandiki, bitta motivning o'zining asosida turli xil maqsadlar shakllanadi. Respondentlar birinchi o'rinni jismoniy tarbiya mashg'ulotlari jarayonidagi asosiy maqsad sifatida salomatlikni mustahkamlash va jismoniy sifatlarni rivojlantirishni ko'rsatganlar (3-jadval).

3-jadval

UrDU talabalarining jismoniy tarbiya va sport faoliyatidagi motivlari, (n=1028)

T/r	Asosiy motivlar	O'quv yili boshida, (%)	O'quv yili oxirida, (%)
1.	Salomatlikni mustahkamlash	71,5	75,1
2.	Jismoniy sifatlarni rivojlantirish	73,6	78,2
3.	Fe'l-atvor, irodani mustahkamlash	39,6	43,8
4.	O'zini sinash imkoniyati	32,8	36,4
5.	Muloqotni oshiradi	22,5	29,4
6.	O'ziga bo'lgan ishonchni oshiradi	23,6	28,4
7.	Integratsiyaga yordam beradi	19,8	22,6
8.	Dunyoqarashni, bilimlarni kengaytiradi	16,4	21,4
9.	Qadr-qimmatni oshiradi, o'zaro hurmat, muloqot	12,9	15,6
10.	Estetik fazilatlar, sevgilarni rivojlantiradi	12,3	18,5
11.	Hayotiy faoliyatni yaxshilaydi	26,7	33,2
12.	Hayotiy zarur harakat imkoniyatlarini oshiradi	38,2	46,8
13.	Imtiyozlar beradi (shaxsiy salomatlik, sportdagi yutuqlar)	23,6	28,4
14.	Oilada va jamiyatda o'zaro munosabatlarni mustahkamlaydi	29,5	34,5
15.	Kasbiy faoliyatda yordam beradi	36,2	41,6

Pedagogik kuzatuvlar **natijalarining** ko'rsatishicha, shiddati kam bo'lgan jismoniy yuklama talabalarining jismoniy sifatlarni rivojlanishiga samarali ta'sir ko'rsatmaydi. Jismoniy tayyorgarlik darajasi past bo'lgan talabalarda irodaviy sifatlarning yetarlicha

rivojlanmaganligi kuzatiladi, aksincha, o'quv-mashg'ulotlarida qiyinchiliklarni yengib o'tish qat'iyatlilik, matonat va o'zini qo'lga ola bilish kabi irodaviy sifatlarni tarbiyalash uchun keng imkoniyatlar ochadi.

Adabiyotlar

1. Апарин В.Е., Корчагин Г.К. Некоторые пути совершенствования физического воспитания и укрепления здоровья студентов. // Тезисы докладов Всероссийской научно-методической конф. СПб.: 2002, С. 66-67.
2. Axmatov M.S. Uzluksiz ta'lim tizimida ommaviy sport-sog'lomlashtirish ishlarini samarali boshqarish. // Monografiya. T.: O'zDJTI, 2005. - 235 b.
3. Леготкин А.Н., Абызова Т.В., Леготкина Л.Р. Оценка уровня здоровья и физической подготовленности студентов. // Педагогико-психологические и медико-биологические проблемы физической культуры и спорта, 2013, № 1(26), С. 126-132.
4. Машарипов Ф.Т. Проблемы физического воспитания в вузах и пути повышения его эффективности. // Ilm sarchashmalari, 2021, №10, С. 118-123.