



*Shohruh QAYUMOV,*  
*Jizzax davlat pedagogika universiteti doktranti, PhD*  
*Shohruh\_Qayumov@mail.ru*

*Nukus Davlat pedagogika universiteti dotsenti Niyazov Askar taqrizi asosida*

### PECULIARITIES OF PEDAGOGICAL STRATEGIES AIMED AT INCREASING SPORTS AND HEALTH IMMUNITY IN STUDENTS THROUGH INNOVATIVE SYSTEMS

Annotation

In the world, importance is being attached to the issue of education and training of young people, their acquisition of suitable professions, reform of the education system and raising national personnel training to the level of modern requirements. In the concept for 2030 adopted at the World Forum on Educational Problems, "Improving the process and means of evaluating the quality of education, and implementing the mechanisms that allow to determine the achieved results" is defined as a priority task. In higher education institutions, it is recommended to carry out systematic work on improving the development of sports and health immunity in students, and to carry out large-scale work on the creation of electronic educational resources in this regard. This gives priority to the practical application of professional-pedagogical orientation of pedagogical strategies to the educational process in eliminating the psychological-pedagogical and didactic problems of the future physical education teacher's preparation for science.

**Key words:** Healthy lifestyle, innovation, student, sports, immunity, development, pedagogy, strategy, olympics, work, nature

### «СПЕЦИФИКА ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ СТРАТЕГИЙ РАЗВИТИЯ СПОРТА И ЗДОРОВОГО ИММУНИТЕТА НА ОСНОВЕ ИННОВАЦИОННЫХ СИСТЕМ»

Анотация

В мире придается большое значение вопросам образования и воспитания молодежи, приобретения ими достойных профессий, реформированию системы образования и повышению подготовки национальных кадров до уровня, требуемого временем. В концепции до 2030 года, принятой на Всемирном форуме по проблемам образования «совершенствование процессов и инструментов оценки качества образования, внедрение в практику механизмов, позволяющих выявить достигнутые результаты» приоритетной задачей определено обеспечение подготовки педагогических кадров в соответствии с требованиями времени, в частности, Рекомендовано провести системную работу по повышению развития спортивно-оздоровительного иммунитета в высших учебных заведениях и провести в этой связи масштабную работу по созданию электронных образовательных ресурсов. Это отдает приоритет практическому применению профессионально-педагогической направленности педагогических стратегий в образовательном процессе при устранении психолого-педагогических и дидактических проблем подготовки будущего учителя физической культуры к науке.

**Ключевые слова:** Здоровый образ жизни, инновации, студент, спорт, иммунитет, развитие, педагогика, стратегия, олимпиада, работа, природа,

### INNOVATION TIZIMLAR ASOSIDA TALABALARDA SPORT VA SALOMATLIK IMMUNITETINI RIVOJLANTIRISHNING PEDAGOGIK STRATEGIYALARINING O‘ZIGA XOS XUSUSIYATLARI

Anotatsiya

Jahonda yoshlar ta'lim-tarbiyasi, ularning munosib kasb egallashlari, ta'lim-tarbiya tizimini isloh qilish va milliy kadrlar tayyorlashni zamon talabi darajasiga ko'tarish masalasiga ahamiyat berilmoqda. Ta'lim muammolari bo'yicha butunjahon forumida qabul qilingan 2030-yilgacha mo'ljallangan konsepsiyada «Ta'lim sifatini baholash jarayoni va vositalarini takomillashtirish, erishilgan natijalarni aniqlash imkonini beruvchi mexanizmlarni amaliyotga joriy etish» ustuvor vazifa sifatida belgilanganligi zamon talablariga mos pedagogik kadrlar tayyorlashni, xususan, Oliy ta'lim muassasalarida talabalarda sport va salomatlik immunitetini rivojlantirishni takomillashtirishga oid tizimli ishlar olib borishni va bu borada elektron ta'lim resurslarini yaratish bo'yicha keng ko'lamli ishlar olib borishni taqazo qiladi. [1]. Bu esa bo'lajak jismoniy tarbiya o'qituvchisining fanga oid tayyorgarligining psixologik-pedagogik va didaktik muammolarini bartaraf etishda ta'lim jarayoniga pedagogik strategiyalarni kasbiy-pedagogik yo'nalganligini amalda qo'llashda ustuvorlik kasb etadi.

**Kalit so'zlar:** Sog'lom turmush tarzi, innovatsiya, talaba, sport, иммунитет, rivojlantirish, pedagogika, strategiya, olimpiada, mehnat, tabiat.

**Kirish.** Inson salomatligini muhofaza qilish (sog'liqni saqlash) - yurtning va butun dunyoning eng muhim vazifalaridan biridir. Dunyo miqyosida inson salomatligini saqlash bilan Jahon sog'liqni saqlash tashkiloti (JSST) shug'ullanadi. Salomatlik - har qanday tirik organizmning o'zi va uning barcha a'zolari o'z vazifalarini to'liq bajara oladigan holati. Insonning salomatligi unda nafaqat kasallik yoki jismoniy nuqsonlarning yo'qligi, balki jismoniy va ruhiy xotirjamligi, salomatligini yaxshilash va muhofaza qilishga qaratilgan chora-tadbirlar bilan ham o'lchanadi. Jismoniy tarbiya oilaviy madaniyatning ajralmas qismiga aylanishi lozim. Har kuni ertalab badantarbiya mashqlarini bajarish, kechki ovqatdan so'ng oilaviy tarzda kechki sayrga

chiqishni oila udumi, odatiga aylantirish ham sizga kuch-quvvat, salomatlik bag'ishlaydi.

**Mavzuga oid adabiyotlar tahlili.** Salomatlik - bu hayot haqiqati. Faxriylar va ularning oila a'zolari kasalliklarning og'riqli oqibatlarini bartaraf etishadi; har besh amerikalikdan biri zo'ravonlikka uchragan; har to'rtidan biri ichkilikbozlik bilan o'sgan; har uch juftlikdan biri jismoniy zo'ravonlik bilan shug'ullangan. Doktor Bessel van der Kolk, sog'lom turmush tarzi bo'yicha dunyodagi eng yirik mutaxassislardan biri, o'ttiz yildan ortiq vaqt davomida salomatligini yo'qotgan va omon qolganlar bilan ishlagan. Bolalar va kattalardagi jarohat va stressni davolashning bir qator usullarini ishlab chiqish va o'rganish uchun birliktirma tadqiqotlarini olib borgan.

2023 yilda u AQShda tinch aholidagi travmatik stressni o'rganish va davolashga bag'ishlangan birinchi klinik/tadqiqot markazlaridan birini tashkil etdi, u travmatik stressni o'rganish va davolashga ixtisoslashgan ko'plab tadqiqotchilar va klinisistlarni tayyorladi. Salomatlikni oshirish va samarali davolash aralashuvining ta'sirini o'rganish uchun doimiy ravishda moliyalashtiriladi [2].

**Tadqiqot metodologiyasi.** Dunyoda bugungi kunda o'qituvchilar va talabalarda sog'lom turmush tarzini rivojlantirishning pedagogik asoslari hamda pedagogik aspektlari, uni innovatsion yondashuvlar asosida rivojlantirish, aynan bo'lajak jismoniy tarbiya o'qituvchilari va talabalarining kasbiy sport va salomatlik immunitetini rivojlantirishning pedagogik shartlari, texnologiyalarni joriy etish muammolari doirasida olib borilayotgan ilmiy tadqiqotlarga katta ahamiyat berilmoqda [3]. Rivojlangan mamlakatlarda amalga oshirilayotgan mazkur tadqiqotlar o'qituvchi kasbiy kompetentligini rivojlantirish mezonlari, uni tarkib toptirishning ijtimoiy, pedagogik shart-sharoitlarini aniqlash, shuningdek, jismoniy tarbiya o'qituvchisining pedagogik strategiyalari shakllantirishning pedagogik mexanizmlarini ishlab chiqishda ilmiy-nazariy hamda metodologik asos vazifasini bajaradi.

Mamlakatimizda "Uchinchi Renessans" poydevori qurilayotgan, ta'lim sohasida islohotlar amalga oshirilayotgan hamda ta'lim tizimi tubdan modernizatsiya qilinayotgan bir davrda ushbu soha mutaxassislarini tayyorlash sifatini oshirish muammosi yanada dolzarb ahamiyat kasb etmoqda [4]. Bu borada Prezidentimiz "Hozirgi vaqtda mamlakatimizda yana bir muhim uyg'onish jarayoni kechmoqda. Shuning uchun "Yangi O'zbekiston" va "Uchinchi Renessans" so'zlari hayotimizda o'zaro uyg'un va hamohang bo'lib yangramoqda, xalqimizni ulug' maqsadlar sari ruhlantirmoqda" deb ta'kidlagan edi. Shu ma'noda oliy ta'lim muassasalarida jismoniy tarbiya daslarini zamon talablari asosida tashkil etish va mazmunan yangilash, pedagogika yo'nalishidagi oliy ta'lim muassasalari tizimini yanada takomillashtirish, salomatlik immunitetini rivojlantirish jamiyat talablarining asosiy yo'nalishlaridan hisoblanmoqda [5]. Yangi O'zbekiston sharoitida mehnat bozori hamda ish beruvchilar talablariga javob beradigan jismoniy tarbiya o'qituvchilarini tayyorlash, malakaviy amaliyot jarayonini modernizatsiyalash, uni tashkil etish bo'yicha milliy va hududiy modellarni yaratish hamda amalga oshirish mexanizmlarini takomillashtirish muammoning ilmiy jamoatchilik tomonidan chuqur tadqiq qilinishini taqozo etadi.

**Tahlil va natijalar.** Har qanday shaxsning o'zi tanlagan sohasi bo'yicha yuqori malakali, mahoratga ega mutaxassis sifatida shakllanishi murakkab jarayon bo'lib, unga ko'p yillik samarali mehnat, ijodiy izlanishlar natijasidagina erishish mumkin [6]. Biroq mazkur sifatning shakllanishi uchun zamin oliy o'quv yurtlaridagi tahsil olish jarayonida yaratiladi. Jumladan, Oliy ta'lim muassasalarida talabalarda sportga qiziqtirish, sport va salomatlikni takomillashtirishda mutaxassislikka oid bilim, ko'nikma va malakalarni o'zlashtirish bilan bir qatorda pedagogik-psixologik fanlar doirasida nazariy va amaliy bilimdonlikning shakllanishi ham muhim ahamiyatga ega. Mamlakatimizdagi turli sohalaridagi ijtimoiy-iqtisodiy muammolarni hal etish, dolzarb vazifalarni muvaffaqiyatli amalga oshirish uchun aynan mazkur salomatlikni rivojlantirishni shakllantirishga pedagogi strategiyalarni olib chiqishga e'tibor qaratishtirish muvofiqdir [7].

O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 30.10.2020 yildagi PF-6099-son Farmoni ham Jamiyatimizda "Sog'lom turmush tarzini keng tatbiq etish va ommaviy sportni yanada rivojlantirish chora-tadbirlari" to'g'risida Sog'lom turmush tarzini hayotga keng tatbiq etish va ommaviy sportni yanada rivojlantirishning asosiy yo'nalishlari etib belgilandi:

har bir oila, mahalla va tuman (shahar)da, maktabgacha, umumiy o'rta, o'rta maxsus, professional va oliy ta'lim muassasalarida hamda boshqa tashkilotlarda jismoniy tarbiya va ommaviy sport bilan shug'ullanishga shart-sharoitlar yaratish;

ommaviy sportni rivojlantirish bo'yicha oilalar, sinflar, mehnat jamoalari va hududlar o'rtasida sport musobaqalarini muntazam ravishda o'tkazish;

aholi turli guruhlarining sog'lom ovqatlanishga bo'lgan ehtiyojlarini qondirishni ta'minlaydigan shart-sharoitlar yaratish, tarkibida tuz, qand va yog' miqdori ko'p bo'lgan hamda xamirli taom va shirinliklarni, non mahsulotlarini iste'mol qilishni qisqartirish, zararli odatlardan, xususan, alkogol va tamaki mahsulotlarini iste'mol qilishdan voz kechish yo'li bilan kasallikka chalinish, ortiqcha vazn holatlari (semizlik) va bevaqt vafot etishni kamaytirish;

–aholi o'rtasida sog'lom ovqatlanish madaniyatini keng targ'ib qilish, shu jumladan, tartibsiz va kechki uyqu oldidan ovqatlanish odatlaridan voz kechish;

–sanitariya-gigiyena qoidalariga rioya etilishini oilalar, mahallalar, maktabgacha ta'lim va umumta'lim muassasalari darajasida sog'lom turmush tarzining ajralmas qismi sifatida targ'ib qilish;

–maktabgacha ta'lim, umumta'lim, o'rta maxsus, professional va oliy ta'lim muassasalarida, korxonalar, tashkilot va boshqa turdagi barcha muassasalarda jismoniy tarbiya va sport bilan shug'ullanish uchun zamonaviy moddiy-texnika bazasini shakllantirish.

Buning barchasini qamrab olgan holda Innovatsion tizimlar asosida talabalarda sport va salomatlik immunitetini rivojlantirishning pedagogik strategiyalarini amaliyotga tatbiq etish chora-tadbirlari tashkil etildi.

Oliy ta'lim tizimida talabalar o'quv faoliyatini tashkil etish va uni rivojlantirish dolzarb masalalardan hisoblanadi. Zero, oliy ta'limning asosiy maqsadi zamon talablariga mos yuqori ilmiy-ijodiy salohiyatga va yuksak ma'naviyatga ega yetuk kadrlarni tayyorlashdir. Shu ma'noda Sog' tunda sog'lom aql, sog'lom hayot uchun bir qadam kabi kasbiy muammolarni hal eta olishga qodir, yuksak salohiyatli yetuk mutaxassslarni tayyorlash oliy pedagogik ta'lim tizimi oldida turgan muhim vazifalardan sanaladi.

**Xulosa va takliflar.** Xulosa qilib aytganda Zamonaviy ta'limda innovatsion tizimlar asosida talabalarda sport va salomatlik immunitetini rivojlantirishning pedagogik strategiyalarining asosiy negizini quyidagi sifat ko'rsatkichlari tashkil etadi: psixologik-pedagogik bilimlari, kasbiy tayyorgarligi, oliy ta'limning me'yoriy huquqiy hujjatlarini mukammal bilishi, mohiyatini tushunib yetgan xolda amalda qo'llay olish layoqati shakllanganligi, innovatsion ta'lim texnologiyalari, shuningdek, elektron ta'lim resurslaridan to'liq foydalana olishi kabi sifatlar kasbiy tayyorgarlikda namoyon bo'lishi, shuningdek Talaba qiziqishlari, moyilliklari, layoqati va ta'lim muassasalari ehtiyojlari bilan uyg'unlashtirish kabi kasbiy kompetentlikni takomillashtirish yaxlit pedagogik jarayon asosini tashkil etadi va mazkur jarayonni amalga oshirish talab etiladi.

Innovatsion tizimlar asosida talabalarda sport va salomatlik immunitetini rivojlantirishning pedagogik strategiyalarini takomillashtirishda jismoniy tarbiya va ushbu fanni o'qitish metodikasini integratsiyalashning pedagogik mexanizmlarini takomillashtirish maqsada muvofiqdir. Har bir talabani innovatsion ta'lim texnologiyalari asosida fundamental bilimlarni egallashiga, aqliy mehnatga, ijodiy va mustaqil fikr yuritishga o'rgatish, tahlil qilish va xulosa chiqarish, har bir talabada shaxsiy va kasbiy kompetentlikni takomillashtirish bo'yicha o'z kuchi va qobiliyatiga bo'lgan ishonchni mustahkamlash, tahsil olishda mas'uliyat va qat'iyatlilik hissinini rivojlantiradi [8].

Innovatsion tizimlar asosida talabalarda sport va salomatlik immunitetini rivojlantirishning pedagogik strategiyalari nafaqat bo'lajak jismoniy tarbiya o'qituvchisi hamda butun oliy ta'lim muassalaridagi barcha talabalarni kasbiy layoqatligining mazmuni uni tarbiyalash jarayoni doirasida bo'lajak kasbiy faoliyat maqsadlari, vazifalari bilan aniqlanadi. Oliy ta'lim muassasasi bitiruvchisini mazkur faoliyatni amalga oshirishda nazariy, amaliy va motivatsiyali tayyorlash va uning bu jarayonga tayyorligi birligidan iborat bo'lib, u moddiy, ijtimoiy, yani, o'quv fanini o'qitish texnologiyasi loyihasida o'z ifodasini topadi.

**ADABIYOTLAR**

1. O'zbekiston Respublikasi Vazirlar Mahkamasining "O'zbekistonda jismoniy tarbiya va sportni yanada rivojlantirish chora-tadbirlari to'g'risida qarori" 2015. 4-b.
2. Bessel van der Kolk. "The body keeps score" New York 2024. 134 b.
3. Sh.M.Mirziyoevning oliy majlisga murojaatnomasi. // «Xalq so'zi» gazetasi. 2020 yil, 25 yanvar, 19(7521)-son.
4. "O'zbekistonning yangi taraqqiyot davrida ta'lim-tarbiya va ilm-fan sohalarini rivojlantirish chora-tadbirlari to'g'risida"gi 2020 yil 6 noyabrdagi PF-6108-son O'zbekiston Respublikasi Prezidentining farmoni.
5. O'zbekiston Respublikasi Vazirlar Mahkamasining 2019 yil 13 fevraldagi 118-son qarori bilan tasdiqlangan "2019-2023 yillar davrida O'zbekiston Respublikasida jismoniy tarbiya va sportni rivojlantirish konsepsiyasini amalga oshirish chora-tadbirlari dasturi" //lex.uz// Qonun hujjatlari ma'lumotlari milliy bazasi, 14.02.2019 y., 09/19/118/2612-son;
6. "O'zbekiston Respublikasi Oliy ta'lim tizimini 2030 yilgacha rivojlantirish konsepsiyasini tasdiqlash to'g'risida" 2019 yil 8 oktabrdagi O'zbekiston Respublikasi Prezidentining PF-5847-son farmoni.
7. Sh.M.Mirziyoevning "Oliy ta'lim muassasalari rahbar va pedagog kadrlarining uzluksiz malakasini oshirish tizimini joriy etish to'g'risida" 2019 yil 27 avgustagi PF-5789-soni farmoni.
8. Sh.A.Qayumov "Bo'lajak jismoniy tarbiya o'qituvchilarining kasbiy kompetentligini rivojlantirishning innovatsion yondashuvi" Monografiya. T.: Ziyo chashmasi. 2023. 109 b.