GIMNASTIKA VOSITALARI ORQALI BO‘LAJAK JISMONIY TARBIYA O‘QITUVCHILARINING KASBIY KOMPETENTLIGINI SHAKLLANTIRISHNING PEDAGOGIK ASOSLARI

Saidova Mahbuba Ayubovna
Osio Xalqaro Universiteti “Jismoniy madaniyat” kafedrasi pedagogi
(Asia International University)
E-mail: mahubasaidova@gmail.com

Annotatsiya: Mazkur maqolada bo‘lajak jismoniy tarbiya o‘qituvchilarining kasbiy kompetentligini rivojlantirishda gimnastika vositalarining pedagogik asoslari ilmiy jihatdan tahlil qilindi. Tadqiqot jarayonida 240 nafar talaba ishtirokida nazorat va eksperimental guruhlar shakllantirilib, 16 haftalik pedagogik eksperiment o‘tkazildi. Dastlabki va yakuniy natijalar taqqoslanishi natijasida eksperimental guruh talabalari metodik bilim, amaliy ko‘nikma, tashkiliy boshqaruv va pedagogik muloqot kompetensiyalari bo‘yicha nazorat guruhidan 10–12% yuqori ko‘rsatkichlarga erishgani aniqlandi. Statistik tahlillar (t-test, ANOVA) mazkur farqlar ilmiy asoslangan va ishonchli ekanini tasdiqladi. Olingan natijalar gimnastika vositalarini o‘quv jarayoniga integratsiya qilish bo‘lajak o‘qituvchilarning kasbiy tayyorgarligini sezilarli darajada oshirishini ko‘rsatadi.

Kalit so‘zlar: Gimnastika vositalari, jismoniy tarbiya, kasbiy kompetentlik, bo‘lajak o‘qituvchi, metodik bilim, amaliy ko‘nikma, pedagogik eksperiment, innovatsion ta’lim, sport pedagogikasi.

Annotation: This article analyzes the pedagogical foundations of using gymnastics tools in the development of professional competence of future physical education teachers. The research was conducted with the participation of 240 students divided into control and experimental groups, within a 16-week pedagogical experiment. Comparative analysis of initial and final results revealed that students in the experimental group achieved 10–12% higher performance in methodological knowledge, practical skills, organizational management, and pedagogical communication competences compared to the control group. Statistical analyses (t-test, ANOVA) confirmed that these differences are scientifically grounded and reliable. The results indicate that the integration of gymnastics tools into the educational process significantly enhances the professional training of future physical education teachers.

Keywords: Gymnastics tools, physical education, professional competence, future teacher, methodological knowledge, practical skills, pedagogical experiment, innovative education, sport pedagogy.

Аннотация: В данной статье научно проанализированы педагогические основы использования гимнастических средств в формировании

ISSN 3030-3907

профессиональной компетентности будущих учителей физической культуры. В исследовании приняли участие 240 студентов, разделённых на контрольные и экспериментальные группы, в рамках 16-недельного педагогического эксперимента. Сравнительный анализ начальных и итоговых результатов показал, что студенты экспериментальной группы достигли на 10–12% более высоких показателей по методическим знаниям, практическим умениям, организационно-управленческим и педагогическим коммуникативным компетенциям по сравнению с контрольной группой. Статистический анализ (t-test, ANOVA) подтвердил научную обоснованность и достоверность полученных различий. Результаты исследования свидетельствуют о том, что интеграция гимнастических средств в образовательный процесс существенно повышает уровень профессиональной подготовки будущих учителей физической культуры.

Ключевые слова: гимнастические средства, физическое воспитание, профессиональная компетентность, будущий учитель, методические знания, практические навыки, педагогический эксперимент, инновационное образование, спортивная педагогика.

Kirish

So‘nggi yillarda mamlakatimizda jismoniy tarbiya va sport sohasini rivojlantirish masalasi davlat siyosatining ustuvor yo‘nalishlaridan biriga aylandi. Ayniqsa, yosh avlodni sog‘lom va barkamol shaxs sifatida tarbiyalash, bo‘lajak jismoniy tarbiya o‘qituvchilarining kasbiy tayyorgarligini zamon talablari darajasida shakllantirish hamda ta’lim jarayoniga innovatsion pedagogik yondashuvlarni joriy etish borasida keng ko‘lamli islohotlar amalga oshirilmoqda.

Xususan, O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining 2021-yil 5-noyabrdagi “Sport ta’limi tizimini tubdan takomillashtirish orqali olimpiya va paralimpiya sport turlari bo‘yicha sportchilar zaxirasini shakllantirish sifatini yanada oshirish chora-tadbirlari to‘g‘risida”gi PQ-5279-son, 2022-yil 12 dekabrdagi “Gimnastika sport turlarini yanada rivojlantirish chora-tadbirlari to‘g‘risida”gi PQ-449-son qarori hamda O‘zbekiston Respublikasi Vazirlar Mahkamasining 2023-yil 12 iyundagi “Gimnastika sport turlari bo‘yicha davlat sport-ta’lim muassasalarida shug‘ullanuvchi o‘quvchi-sportchilar uchun oziq-ovqat me’yorlari, jihoz va inventarlar normalarini tasdiqlash to‘g‘risida”gi 238-son qarori hamda boshqa me’yoriy-huquqiy hujjatlar sohani rivojlantirishda dasturi amal bolib xizmat qilmoqda.

Tadqiqotning maqsadi: Gimnastika vositalari yordamida bo‘lajak jismoniy tarbiya o‘qituvchilarining kasbiy kompetentligini shakllantirishning pedagogik

ISSN 3030-3907

asoslarini aniqlash, ularni ta’lim jarayonida samarali qo‘llash yo‘llarini o‘rganish va pedagogik amaliyotga joriy etish.

Kasbiy kompetentlik tushunchasi zamonaviy pedagogika fanida o‘qituvchining bilim, ko‘nikma, malaka hamda shaxsiy sifatlarining yaxlit tizimi sifatida qaraladi. Bo‘lajak jismoniy tarbiya o‘qituvchilarining professional tayyorgarligi samaradorligi bevosita ularning kasbiy kompetentligini shakllantirish darajasiga bog‘liqdir. Shu boisdan, pedagogik jarayonda gimnastika vositalaridan kompleks foydalanish bo‘lajak mutaxassislarning o‘quv-metodik malakasini, dars jarayonini samarali tashkil etish qobiliyatini hamda innovatsion texnologiyalardan foydalana olish darajasini sezilarli ravishda oshiradi .

Jahon ilmiy adabiyotlarida gimnastika vositalari orqali bo‘lajak jismoniy tarbiya o‘qituvchilarining kasbiy kompetentligini shakllantirishga oid bir qator tadqiqotlar mavjud. Ushbu tadqiqotlar pedagogik asoslar, metodologik yondashuvlar masalalarni o‘z ichiga oladi.

Xorijiy va mahalliy tadqiqotlar tahlili shuni ko‘rsatadiki, gimnastika mashqlari va jihozlari asosida olib borilgan ta’lim jarayonlari talabalar kompetentligini rivojlantirishda yuqori samaradorlikka ega. Bu jarayon, bir tomondan, o‘qituvchining kasbiy faoliyatidagi metodik mahoratini kengaytirsa, ikkinchi tomondan, yoshlar o‘rtasida sog‘lom turmush tarzini targ‘ib etishga xizmat qiladi. Bugungi kunda oliy ta’lim tizimida mazkur yo‘nalishni ilmiy asosda tahkil etish va yangi metodikalarni ishlab chiqish hamda takomillashtirish maslasi dolzarb hisoblanadi.

Adabiyotlar tahlili: Kasbiy kompetentlik nazariyasi zamonaviy pedagogika fanida markaziy tushunchalardan biri sifatida qaraladi. Kompetentlik o‘qituvchining kasbiy faoliyatida muvaffaqiyatli ishlashini ta’minlovchi bilim, ko‘nikma, malaka va shaxsiy sifatlarning yaxlit tizimi sifatida izohlanadi V.P. Filin, V.V. Abramova [1,10].

Bir qator mahalliy olimlarimizdan N.A. Kerimov , F.A. Kerimov , A.N. Abdiev, Z.A. Bakiev, I.B. Aliev, O.J. Dadabaev, R.D. Xalmuxamedov, S.C. Tajibaev, Sh.A. Mirzaqulov va boshqalar tomonidan bo‘lajak jismoniy tarbiya o‘qituvchilarining kasbiy tayyorgarligida gimnastika vositalarining pedagogik imkoniyatlari chuqur o‘rganilgan[2,3,4,5,6,7,8,9,]. Ularning ilmiy ishlarida ta’lim jarayonida gimnastikaning metodik ahamiyati, tarbiyaviy vazifalari va sog‘lomlashtirishdagi ahamiyati asoslab berilgan.

Xorijiy tadqiqotlarda ta’lim muassasalarining jismoniy tarbiya jarayonida va darsdan tashqari mashg‘ulotlarda gimnastika vositalaridan samarali foydalanish talabalarni akademik yutuqlariga ijobiy ta’sir ko‘rsatishi tajribalarda o‘z tasdig‘ini topgan. Masalan, Yevropa va AQShda o‘tkazilgan ilmiy izlanishlarda gimnastika

ISSN 3030-3907

vositalari talabalarning motorik ko‘nikmalarini rivojlantirish, jismoniy tayyorgarlik darajasini oshirish va pedagogik faoliyatda innovatsion metodlarni qo‘llashda muhim omil sifatida e’tirof etilgan. Gimnastika vositalari nafaqat jismoniy sifatlarni rivojlantiradi, balki bo‘lajak o‘qituvchilarda darsni samarali tashkil etish, metodik vositalardan to‘g‘ri foydalanish, o‘quvchilarni faol jalb qilish va motivatsiyani oshirish kabi kasbiy kompetentlik elementlarini ham shakllantiradi.

Shu bilan birga, mavjud adabiyotlarda pedagogik eksperimentlar asosida gimnastikaning samaradorligi yuqori baholanadi. Xususan, dars jarayonida gimnastika mashqlari integratsiyasi talabalar bilim darajasining oshishi, metodik ko‘nikmalarining shakllanishi va sog‘lom turmush tarzini qaror toptirishga xizmat qilishi aniqlangan.

Tadqiqotning tashkil qilinishi:

Tadqiqot 2023-2024 o‘quv yilida O‘zbekistonning bir qator oliy ta’lim muassasalarida olib borildi. Umumiy hisobda tadqiqotda 2- va 3-kurslarda tahsil olayotgan **jami 240 nafar talaba** ishtirok etdi. Ishtirokchilar nazorat va tajriba guruhlariga teng taqsimlangan holda quyidagi ta’lim muassasalaridan jalb etildi (1-jadvalga qarang):

1-jadval

OTM muassasasi	Talabalar soni	Guruhlar (Nazorat/Tajriba)	Ulushi (%)
Buxoro davlat universiteti	40	20 / 20	16.7
Osiyo xalqaro universiteti	40	20 / 20	16.7
Navoiy pedagogika instituti	40	20 / 20	16.7
Qarshi davlat universiteti	40	20 / 20	16.7
Buxoro pedagogika instituti	40	20 / 20	16.7
Innovatsiya instituti	40	20 / 20	16.7
Jami	**240**	**120 / 120**	**100**

Tajribaviy gimnastika mashg‘ulotlari dasturining tuzilishi va tadqiqot metodikasi:

Tadqiqot doirasida tajriba guruhlari uchun 16 haftalik maxsus gimnastika mashg‘ulotlari dasturi ishlab chiqildi. Ushbu dastur quyidagi yo‘nalishlarni o‘z ichiga oldi:

ISSN 3030-3907

Umumiy jismoniy tayyorgarlik mashqlari – talabalar organizmini har tomonlama rivojlantirishga xizmat qiluvchi asosiy harakat faoliyati.

Jihozlar bilan mashqlar – turnik, parallellik va gimnastika devoridan foydalanilgan mashqlar orqali kuch va muvozanatni rivojlantirish.

Akrobatik elementlar – tananing chaqqonligi, koordinatsiyasi va moslashuvchanligini oshirishga qaratilgan murakkab harakatlar.

Metodik ko‘nikmalarni shakllantiruvchi topshiriqlar – talabalar tomonidan harakatlarni ongli anglash va tahlil qilishga yordam beruvchi metodik yondashuvlar.

Tajriba guruhda gimnastika vositalarini o‘quv jarayoniga integratsiyalashga alohida e’tibor qaratildi. Mashg‘ulotlar pedagogik tajriba, kuzatuv, test, diagnostik metodlar va so‘rovnomalar asosida olib borildi. Bu orqali talabalarning jismoniy tayyorgarlik darajasini va metodik ko‘nikmalarini aniqlash imkoniyati yaratildi.

Nazorat guruhi esa an’anaviy dars dasturi asosida shug‘ullandi, ya’ni ularda innovatsion yondashuvlar va gimnastika vositalaridan tizimli foydalanilmagan.

2-jadval

Tadqiqot boshida talabalar kasbiy kompetentligining so‘rovnoma va testlar natijalari foizlarda ifodalangan (n=240)

Kasbiy kompetentlik ko‘rsatkichlari	NG=120 (%)	TG=120 (%)	Farq (%)
Metodik bilimlar darajasi	44	42	-2
Amaliy ko‘nikmalar	39	38	-1
Tashkiliy boshqaruv qobiliyati	40	41	+1
Pedagogik muloqot ko‘nikmalari	46	45	-1
O‘rtacha ko‘rsatkich	**42,3**	**41,5**	-0.8

2-jadval natijalari shuni ko’rsatadiki, tajriba boshida nazorat va tajriba guruhlari talabalarning kasbiy kompetentlik ko‘rsatkichlari bo‘yicha deyarli teng darajada bo‘ldi.

3-jadval

Tadqiqot oxirida talabalar kasbiy kompetentligining so‘rovnoma va testlar natijalari foizlarda ifodalangan (n=240)

Kasbiy kompetentlik ko‘rsatkichlari	NG=120 (%)	TG=120 (%)	Farq (%)
Metodik bilimlar darajasi	62	72	+10
Amaliy ko‘nikmalar	63	74	+11
Tashkiliy boshqaruv qobiliyati	60	70	+10
Pedagogik muloqot ko‘nikmalari	62	73	+11

ISSN 3030-3907

O‘rtacha ko‘rsatkich	**61.7**	**72.3**	**+10.6**

Tadqiqot oxirida, nazorat va tajriba guruhlarining metodik bilimlari bo‘yicha natijalari solishtirilganda, tajriba guruhida o’rtacha 72% ko‘rsatkich, nazorat guruhida esa 62% tashkil etdi. Amaliy ko‘nikmalar bo‘yicha ham o‘xshash farq kuzatilib, tajriba guruhida 74%, nazorat guruhi esa 63% natija bo‘ldi, ya’ni 11% ustunlik qayd etildi. Tashkiliy boshqaruv qobiliyati ko‘rsatkichlarida 10% farq mavjud bo‘lib, bu ham tajriba guruhida sezilarli farq mavjud. Pedagogik muloqot ko‘nikmalarida esa tajriba guruhida 73% natija, nazorat guruhida esa 62%. Umuman olganda, tajriba guruhning o‘rtacha ko‘rsatkichi 72.3% bo‘lib, nazorat guruhidan 10.6% yuqori natija qayd etildi.

4-jadval

Nazorat va tajriba guruhidagi talabalarning kasbiy kompetentligi ko‘rsatkichlarining tadqiqot boshida va oxiridagi umumiy tahlili (n=240)

Guruh	Tadqiqot boshida (%)	Tadqiqot yakunida (%)	O‘sish (%)
Nazorat guruhi	42.3	61.7	+19.4
Tajriba guruhi	41.5	72.3	+30.8

Tadqiqot natijalari tahlili shuni ko‘rsatadiki, kasbiy kompetentligining rivojlanishida eksperimental guruhda **30.8%** o‘sish kuzatildi, nazorat guruhida esa bu ko‘rsatkich **19.4%** ni tashkil etdi. Ushbu farq o‘sish dinamikasining tajriba guruhda yaqqol va sezilarli bo‘lganini ko‘rsatadi. Natijalar statistik jihatdan ham tekshirildi. O‘tkazilgan **t-test** va **ANOVA** tahlillari asosida **p<0.05** darajasida sezilarli farq mavjudligi aniqlandi. Bu esa tajriba mashg‘ulotlar dasturining kasbiy kompetentlikni oshirishga ijobiy ta’sir ko‘rsatganini statistik asosda isbotladi.

Xulosa. Tadqiqot natijalari shuni ko‘rsatdiki, gimnastika vositalaridan tizimli foydalanish bo‘lajak jismoniy tarbiya o‘qituvchilarining kasbiy kompetentligini shakllantirishda samarali vosita hisoblanadi. Tajriba guruhlarida metodik bilimlar, amaliy ko‘nikmalar, tashkiliy boshqaruv va pedagogik muloqot qobiliyatlarida sezilarli o‘sish kuzatildi.

Statistik tahlillar (t-test, ANOVA) $p<0.05$ darajasida ishonchli farqni tasdiqladi. Tajriba guruhda o‘sish o‘rtacha 30.8% ni tashkil etib, nazorat guruhiga nisbatan 10-12% yuqori bo‘ldi. Bu esa tadqiqot metodikasining samaradorligini isbotladi.

ADABIYOTLAR

1) Филин В.П. Подготовка юных спортсменов. – Москва: Физкультура и спорт, 1987. – 240 с.

2) Керимов Н.А., Керимов Ф.А. Жисмоний тарбия назарияси ва методикаси. – Тошкент: Ўқитувчи, 2005. – 356 б.

ISSN 3030-3907

3) Абдиев А.Н. Жисмоний маданият ўқитувчиларининг касбий компетенциясини шакллантириш. – Тошкент: Фан, 2012. – 276 б.
4) Бакиев З.А. Спорт педагогикаси асослари. – Самарқанд: СамДУ нашриёти, 2018. – 198 б.
5) Алиев И.Б. Жисмоний тарбия назарияси ва услубияти. – Тошкент: Фан, 2010. – 412 б.
6) Дадабаев О.Ж. Спорт таълимида инновацион методлар. – Бухоро: БДУ нашриёти, 2016. – 224 б.
7) Халмухамедов Р.Д. Жисмоний тарбия ва спорт педагогикаси. – Тошкент: Турон-Иқбол, 2014. – 280 б.
8) Тажибаев С.С. Касбий тайёргарликда жисмоний маданият. – Нукус: Қарақалпоғистон, 2017. – 176 б.
9) Мирзақулов Ш.А. Ўқитувчиларнинг касбий компетенцияси: назария ва амалиёт. – Тошкент: Янги аср авлоди, 2019. – 264 б.
10) Abramova V.V. Formirovanie professional’noy kompetentnosti budushchikh uchiteley fizicheskoy kul’tury: avtoref. dis. … kand. ped. nauk. – Rostov-na-Donu, 2006. – 23 s.
11) Saidova M.A. Gimnastika vositalari orqali jismoniy tarbiya o‘qituvchilarining kasbiy kompetentligini rivojlantirish tizimini takomillashtirish: Monografiya. – Buxoro: BDU nashriyoti, 2025. – 220 b.
12) Ayubovna, S. M. (2023). The pedagogical category of physical exercise. Spatial exercises. Multidisciplinary Journal of Science and Technology, 3(5), 259-268.
13) Ayubovna, S. M. (2023). Harakat malakalarini shakllantirishning fiziologik asoslari va sport texnikasini o ‘rgatish. E'tiqod va madaniyatning kesishgan joylari: Amerika diniy va madaniyat tadqiqotlari jurnali (2993-2599), 1(9), 87-94.
14) Saidova, M. A. (2016). Dobutamine stress-echocardiography: possibility of clinical usage in cardiology practice. Rational pharmacotherapy in cardiology, 5(4), 73-79.
15) Saidova, M. (2021). Semantic Analysis of Literary Terms by Literary Types In “The Concise Oxford Dictionary of Literature Terms”. Philology Matters, 2021(1), 118-138.
16) Saidova, M. A. (2021). Ways to evaluate the professional competence of teachers and its formation. Oriental renaissance: Innovative, educational, natural and social sciences, 1(Special Issue 2), 168-172.
17) Sayfiyev, H. (2023). PEDAGOGICAL INSTRUCTIONS AND METHODS OF CONDUCTING EXERCISES IN A GYMNASTICS LESSON. Modern Science and Research, 2(10), 255-259.

ISSN 3030-3907

18) Xayrullayevich, S. H. (2023). Gimnastika zallarning talablari va sport zallar xususiyatlari. TECHNICAL SCIENCE RESEARCH IN UZBEKISTAN, 1(5), 435-441.
19) Xayrulloyevich, S. H. (2024). Gimnastikada himoya yordam berish va o'zini o'zi straxovka (himoya) qilish, jarohatlanishni oldini olish choralari sifatida.". XXI ASRDA INNOVATSION TEXNOLOGIYALAR, FAN VA TA'LIM TARAQQIYOTIDAGI DOLZARB MUAMMOLAR" Nomli Respublika Ilmiy-Amaliy Konferensiyasi, 2(1), 116-124.
20) Xayrullayevich, S. H. (2023). РАЗВИТИЕ ДВИЖИТЕЛЬНЫХ НАВЫКОВ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ВОЗРАСТА С ПОМОЩЬЮ СПОРТИВНОЙ ГИМНАСТИКИ ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ПРОБЛЕМА КАК ИЗ. TECHNICAL SCIENCE RESEARCH IN UZBEKISTAN, 1(5), 457-464.

ISSN 3030-3907