

SPORT O'YINLARI VOSITASIDA O'SMIR YOSHDAGI O'QUVCHILARDA BARQAROR XULQ-ATVORNI SHAKLLANTIRISHNING NAZARIY- METODOLOGIK ASOSLARI

Tuychiyev Ashurali Ibragimovich

ORCID ID-0000-0001-8880-1651

Farg'ona davlat universiteti Jismoniy tarbiya nazariyasi

kafedrasi katta o'qituvchisi, PhD

ashurbek2000@gmail.com

Annotatsiya. Mazkur maqolada sport o'yinlari orqali o'smir yoshdagi o'quvchilarda barqaror xulq-atvorni shakllantirishning ijtimoiy-pedagogik ahamiyati yoritilgan. O'smirlik davrining psixologik xususiyatlari hamda sport o'yinlarining shaxsiy sifatlarni rivojlantirishdagi o'рни tahlil qilinadi. Sport o'yinlari yordamida o'quvchilarda intizom, jamoada ishlash, mas'uliyat, irodaviy sifatlar va sog'lom turmush tarziga qiziqishni shakllantirish masalalari ko'rib chiqiladi. Shuningdek, ularni ta'lim-tarbiya jarayoniga samarali joriy etish bo'yicha amaliy tavsiyalar beriladi. Natijalar sport o'yinlari o'smirlarning ijtimoiy faolligini oshirib, salbiy xatti-harakatlarning oldini olishga xizmat qilishini ko'rsatadi.

Kalit so'zlar: sport o'yinlari, o'smirlar, barqaror xulq-atvor, ijtimoiy faollik, jismoniy tarbiya, intizom, jamoaviylik, sog'lom turmush tarzi.

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ФОРМИРОВАНИЯ УСТОЙЧИВОГО ПОВЕДЕНИЯ У ПОДРОСТКОВ СРЕДСТВАМИ СПОРТИВНЫХ ИГР

Аннотация. В данной статье раскрывается социально-педагогическое значение формирования устойчивого поведения у подростков средствами спортивных игр. Анализируются психологические особенности подросткового возраста, а также роль спортивных игр в развитии личностных качеств. Рассматриваются вопросы формирования у учащихся дисциплины, навыков командной работы, ответственности, волевых качеств и интереса к здоровому образу жизни посредством спортивных игр. Также представлены практические рекомендации по эффективному внедрению спортивных игр в образовательный процесс. Результаты показывают, что спортивные игры способствуют повышению социальной активности подростков и предупреждению негативного поведения.

Ключевые слова: спортивные игры, подростки, устойчивое поведение, социальная активность, физическое воспитание, дисциплина, командная работа, здоровый образ жизни.

THEORETICAL AND METHODOLOGICAL FOUNDATIONS OF FORMING STABLE BEHAVIOR IN ADOLESCENTS THROUGH SPORTS GAMES

Abstract. *This article highlights the socio-pedagogical importance of forming stable behavior in adolescents through sports games. It analyzes the psychological characteristics of adolescence and the role of sports games in developing personal qualities. The study examines the development of discipline, teamwork skills, responsibility, willpower, and interest in a healthy lifestyle among students through sports games. It also provides practical recommendations for the effective integration of sports games into the educational process. The results indicate that sports games enhance adolescents' social activity and help prevent negative behaviors.*

Keywords: *sports games, adolescents, stable behavior, social activity, physical education, discipline, teamwork, healthy lifestyle.*

KIRISH

Bugungi kunda jamiyatda yosh avlodni har tomonlama barkamol, ma'naviy yetuk va ijtimoiy faol shaxs sifatida tarbiyalash davlat siyosatining ustuvor yo'nalishlaridan biri hisoblanadi. Ayniqsa, o'smir yoshdagi o'quvchilarda barqaror xulq-atvorni shakllantirish, ularni turli salbiy illatlar va nojo'ya xatti-harakatlardan himoya qilish ta'lim-tarbiya tizimi oldida turgan muhim vazifalardan biridir. Bu jarayonda jismoniy tarbiya va sport, xususan sport o'yinlari o'quvchilarning nafaqat jismoniy rivojlanishini, balki ularning ijtimoiy faolligi, intizomi, mas'uliyati va jamoada ishlash ko'nikmalarini shakllantirishda muhim pedagogik vosita bo'lib xizmat qiladi.

Mamlakatimizda yoshlarning sog'lom turmush tarzini shakllantirish, jismoniy tarbiya va sportni ommalashtirish borasida keng ko'lamli islohotlar amalga oshirilmoqda. Jumladan, Shavkat Mirziyoyev tashabbusi bilan qabul qilingan qator farmon va qarorlar yoshlarni jismonan sog'lom, ma'naviy barkamol etib tarbiyalashga qaratilgan. Xususan, "Jismoniy tarbiya va sportni yanada rivojlantirish chora-tadbirlari to'g'risida"gi qaror hamda yoshlar o'rtasida sog'lom turmush tarzini keng targ'ib etishga doir davlat dasturlari sportning ta'lim tizimidagi o'rnini yanada mustahkamlashga xizmat qilmoqda. Ushbu hujjatlarda ta'lim muassasalarida sport mashg'ulotlari va sport o'yinlarini keng joriy etish, yoshlarni sportga jalb qilish hamda ularning bo'sh vaqtini mazmunli tashkil etish muhim vazifa sifatida belgilangan. PF-5924 Farmoni – "Sog'lom turmush tarzini keng joriy etish va ommaviy sportni yanada rivojlantirish chora-tadbirlari to'g'risida" (2020-yil 30-yanvar). Bu farmonda aholining, ayniqsa yoshlarning jismoniy faolligini

oshirish, sport bilan muntazam shug'ullanishini ta'minlash, maktablarda sport o'yinlarini rivojlantirish masalalari belgilangan.

O'smirlik davri shaxsning ijtimoiy va psixologik jihatdan shakllanishida muhim bosqich hisoblanadi. Mazkur davrda o'quvchilarda mustaqil fikrlash, o'zini namoyon qilish, tengdoshlari bilan muloqotga kirishish kabi ehtiyojlar kuchayadi. Sport o'yinlari esa aynan shu ehtiyojlarni ijobiy yo'naltirish, o'quvchilarda barqaror xulq-atvor, intizom, irodaviy sifatlar hamda jamoaviylikni shakllantirishga samarali ta'sir ko'rsatadi. Shu bois sport o'yinlari vositasida o'smir yoshdagi o'quvchilarda barqaror xulq-atvorni shakllantirish masalasi bugungi kunda ijtimoiy-pedagogik zaruriyat sifatida alohida ilmiy tadqiqotlarni talab etadi.

Mazkur maqolada sport o'yinlarining o'smirlar tarbiyasidagi pedagogik imkoniyatlari, ularning ijtimoiy xulq-atvorini barqaror shakllantirishdagi ahamiyati hamda ta'lim jarayonida samarali qo'llash yo'llari tahlil qilinadi.

ADABIYOTLAR TAHLILI VA METODLAR

O'smir yoshdagi o'quvchilarda barqaror xulq-atvorni shakllantirish masalasi pedagogika, psixologiya hamda jismoniy tarbiya sohasida olib borilgan ko'plab ilmiy tadqiqotlarda o'rganilgan. Mazkur muammo bo'yicha mahalliy va xorijiy olimlarning ilmiy ishlari sport faoliyati, ayniqsa sport o'yinlari o'quvchilarning shaxsiy sifatlarini rivojlantirishda muhim omil ekanligini ko'rsatadi.

Jismoniy tarbiya nazariyasi va metodikasi sohasida olib borilgan tadqiqotlarda sport o'yinlari yoshlarning jismoniy rivojlanishi bilan bir qatorda ularning ijtimoiy faolligi, irodaviy sifatleri, intizomi hamda jamoada hamkorlikda ishlash ko'nikmalarini shakllantirishga ijobiy ta'sir ko'rsatishi ta'kidlangan. Xususan, jismoniy tarbiya va sport nazariyasiga oid tadqiqotlarda sport o'yinlari o'quvchilarda qat'iyat, mas'uliyat, o'zaro hurmat va tartib-intizomni tarbiyalashning samarali vositasi sifatida e'tirof etiladi.

Pedagogika va psixologiya sohasidagi ilmiy manbalarda o'smirlik davri shaxsning xulq-atvori shakllanishida muhim bosqich ekani qayd etilgan. Bu davrda o'quvchilar o'z tengdoshlari bilan faol muloqotga kirishadi, jamoaviy faoliyatga intiladi hamda o'z qobiliyatlarini namoyon etishga harakat qiladi. Sport o'yinlari

aynan shu jarayonni ijobiy yo'naltirishga, o'quvchilarda ijtimoiy me'yorlarga mos xulq-atvorni shakllantirishga xizmat qiladi.

Tadqiqot jarayonida ilmiy manbalarni o'rganish va tahlil qilish bilan bir qatorda bir qator ilmiy-tadqiqot metodlaridan foydalanildi. Jumladan, pedagogik kuzatish, ilmiy-adabiyotlarni tahlil qilish, taqqoslash, umumlashtirish hamda pedagogik tajriba metodlari qo'llanildi. Shuningdek, o'quvchilarning sport o'yinlaridagi faoliyati va xulq-atvoridagi o'zgarishlarni aniqlash maqsadida suhbat va so'rovnoma metodlaridan ham foydalanildi.

Mazkur metodlar asosida sport o'yinlari vositasida o'smir yoshdagi o'quvchilarda barqaror xulq-atvorni shakllantirishning pedagogik imkoniyatlari hamda samarali usullari tahlil qilindi. Tadqiqot natijalari sport o'yinlari ta'lim-tarbiya jarayonida o'quvchilarning ijtimoiy xulq-atvorini shakllantirishda muhim pedagogik vosita ekanligini ko'rsatdi.

Tadqiqot jarayonida sport o'yinlarining o'smir yoshdagi o'quvchilarda barqaror xulq-atvorni shakllantirishdagi pedagogik imkoniyatlari o'rganildi hamda ularning ta'lim-tarbiya jarayonidagi samaradorligi tahlil qilindi. Olib borilgan kuzatishlar va tahlillar natijasida sport o'yinlari o'quvchilarning jismoniy rivojlanishi bilan bir qatorda ularning ijtimoiy xulq-atvoriga ham ijobiy ta'sir ko'rsatishi aniqlandi. Xususan, sport o'yinlari jarayonida o'quvchilarda jamoada ishlash ko'nikmasi, o'zaro hurmat, mas'uliyat, intizom hamda qat'iyat kabi ijobiy sifatlar shakllanishi kuzatildi.

Statistik ma'lumotlarga ko'ra, yoshlarning taxminan 70 foizi muntazam ravishda sport va jismoniy mashqlar bilan shug'ullanadi. Bu toifadagi yoshlar odatda o'z oldiga aniq maqsad qo'yish, vaqtni to'g'ri taqsimlash, intizomli bo'lish va jamoada ishlash kabi ijobiy ko'nikmalarga ega bo'ladi. Sport faoliyati ularning nafaqat jismoniy rivojlanishiga, balki ruhiy barqarorligi va ijtimoiy moslashuviga ham ijobiy ta'sir ko'rsatadi. Natijada bunday yoshlar hayotda o'z o'rnini topishga, kelajakda muvaffaqiyatga erishishga ko'proq moyil bo'ladi.

Aksincha, yoshlarning 30 foizi jismoniy mashqlar bilan muntazam shug'ullanmaydi. Bu esa ularning bo'sh vaqtini samarasiz o'tkazishiga, ijtimoiy faolligining pasayishiga hamda ayrim hollarda salbiy odatlar ta'siriga tushib

qolishiga sabab bo'lishi mumkin. Jismoniy faollikning yetishmasligi nafaqat sog'liq muammolariga, balki irodaviy sifatlar, intizom va mas'uliyat kabi muhim shaxsiy fazilatlarining sust rivojlanishiga ham olib keladi.

Shu boisdan sport va jismoniy mashg'ulotlarni yoshlar hayotiga keng joriy etish ularning sog'lom, faol va barkamol shaxs bo'lib shakllanishida muhim omil hisoblanadi.

Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatdiki, sport o'yinlari muntazam tashkil etilgan taqdirda o'smir yoshdagi o'quvchilarning ijtimoiy faolligi oshadi, bo'sh vaqtlarini mazmunli o'tkazish imkoniyati kengayadi hamda turli salbiy xatti-harakatlarning oldini olishga xizmat qiladi. Shuningdek, sport o'yinlari o'quvchilarning emotsional holatini barqarorlashtirish, ularning o'ziga bo'lgan ishonchini mustahkamlash va sog'lom turmush tarziga bo'lgan qiziqishini oshirishda ham muhim ahamiyat kasb etadi.

Tadqiqot natijalariga asoslanib quyidagi tavsiyalar ishlab chiqildi:

- umumiy o'rta ta'lim maktablarida jismoniy tarbiya mashg'ulotlari jarayonida sport o'yinlaridan keng va tizimli foydalanish;
- o'quvchilarning yosh va psixologik xususiyatlarini hisobga olgan holda turli jamoaviy sport o'yinlarini tashkil etish;
- sport o'yinlari orqali o'quvchilarda jamoaviylik, mas'uliyat, intizom va irodaviy sifatlarni shakllantirishga yo'naltirilgan pedagogik usullarni qo'llash;
- maktablarda sport musobaqalari, turnirlar va harakatli o'yinlar asosida tarbiyaviy tadbirlarni muntazam tashkil etish;
- o'quvchilarning bo'sh vaqtini mazmunli tashkil etish maqsadida sport to'garaklari va sport klublari faoliyatini kengaytirish.

Ushbu tavsiyalarni jadval ko'rinishida quyidagicha bayon etish mumkin.

**Sport o'yinlari vositasida o'smirlarda barqaror xulq-atvorni
shakllantirishga oid tavsiyalar.**

1-jadval

No	Tavsiyalar	Mazmuni
----	------------	---------

1	Sport o'yinlaridan foydalanish	Umumiy o'rta ta'lim maktablarida jismoniy tarbiya mashg'ulotlari jarayonida sport o'yinlaridan keng va tizimli foydalanish
2	Yosh va psixologik xususiyatlarni hisobga olish	O'quvchilarning yosh va psixologik xususiyatlariga mos ravishda turli jamoaviy sport o'yinlarini tashkil etish
3	Tarbiyaviy sifatlarni rivojlantirish	Sport o'yinlari orqali jamoaviylik, mas'uliyat, intizom va irodaviy sifatlarni shakllantirishga yo'naltirilgan pedagogik usullarni qo'llash
4	Tadbirlarni tashkil etish	Maktablarda sport musobaqalari, turnirlar va harakatli o'yinlar asosida tarbiyaviy tadbirlarni muntazam o'tkazish
5	Bo'sh vaqtni tashkil etish	O'quvchilarning bo'sh vaqtini mazmunli o'tkazish uchun sport to'garaklari va klublar faoliyatini kengaytirish

Mazkur tavsiyalar sport o'yinlari vositasida o'smir yoshdagi o'quvchilarda barqaror xulq-atvorni shakllantirish, ularning ijtimoiy faolligini oshirish hamda sog'lom va barkamol shaxs sifatida tarbiyalashda muhim amaliy ahamiyat kasb etadi.

XULOSA

Xulosa qilib aytganda, sport o'yinlari o'smir yoshdagi o'quvchilarning nafaqat jismoniy rivojlanishida, balki ularning shaxsiy sifatlari va ijtimoiy xulq-atvorini shakllantirishda ham muhim pedagogik vosita hisoblanadi. O'smirlik davri shaxsning ijtimoiy, psixologik va ma'naviy jihatdan shakllanishida muhim bosqich bo'lib, aynan shu davrda o'quvchilarda barqaror xulq-atvor, intizom, mas'uliyat, jamoaviylik va irodaviy sifatlarni rivojlantirish alohida ahamiyat kasb etadi.

Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatdiki, sport o'yinlari o'quvchilarning jamoa bilan hamkorlikda faoliyat yuritishi, o'zaro hurmat va yordam ko'rsatish, qoidalarga rioya qilish hamda sog'lom raqobat muhitida harakat qilish ko'nikmalarini rivojlantiradi. Shuningdek, sport o'yinlari o'quvchilarning bo'sh vaqtini mazmunli tashkil etish,

ularni turli salbiy ta'sirlardan himoya qilish va sog'lom turmush tarzini shakllantirishda muhim omil bo'lib xizmat qiladi.

Shu bois umumiy o'rta ta'lim muassasalarida jismoniy tarbiya darslari va sinfdan tashqari faoliyatlarda sport o'yinlaridan samarali foydalanish o'smir yoshdagi o'quvchilarda barqaror xulq-atvorni shakllantirishning muhim ijtimoiy-pedagogik sharti hisoblanadi. Sport o'yinlari asosida tashkil etilgan ta'lim-tarbiya jarayoni o'quvchilarning har tomonlama barkamol, faol va mas'uliyatli shaxs sifatida kamol topishiga xizmat qiladi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

1. Abdullayev, A. (2022). Jismoniy tarbiya nazariyasi va metodikasi. Toshkent: Oliy ta'lim nashriyoti.
 2. Koshbaxtiyev, I.A., Kerimov, F.A., Akhmatov, M.S. (2005). Valeologiya asoslari: oliy o'quv yurtlari talabalari uchun o'quv qo'llanma. Toshkent: Fan.
 3. Sechenov, I.I. (1991). Optimistik etyudlar. Moskva: Nauka.
 4. Lamark, J. (1809). Zoologik falsafa. Parij: Dentu.
 5. Lesgaft, P.F. (1911). Jismoniy tarbiya va inson tanasi. Sankt-Peterburg: Imperator akademiyasi matbaasi.
 6. Pavlov, I.P. (1927). Fiziologiya bo'yicha tanlangan asarlar. Moskva: Fan Akademiyasi.
 7. O'zbekiston Respublikasi Maktabgacha ta'lim vazirligi. (2016). Bolajon: Maktabgacha ta'lim davlat dasturi. Toshkent: Ta'lim vazirligi.
 8. O'zbekiston Respublikasi Maktabgacha ta'lim vazirligi. (2018). Ilk Qadam: Maktabgacha ta'lim muassasalari uchun davlat o'quv dasturi. Toshkent: Ta'lim vazirligi.
 9. Mogendovich, M.R. (1988). Motor-visseral reflekslar va funksional tayyorgarlik. Moskva: Tibbiyot.
 10. UNICEF & UNESCO. (2019). Bolalar rivojlanishi va jismoniy faollik bo'yicha tavsiyalar. Nyu-York: BMT.
 11. Jahon sog'liqni saqlash tashkiloti (WHO). (2020). 5 yoshgacha bo'lgan bolalar uchun jismoniy faollik, sedentarlik va uyqu bo'yicha ko'rsatmalar. Jeneva: WHO.
 12. Shukurova, M., Tursunov, A. (2021). Maktabgacha yoshdagi bolalarda harakat rivojlanishini innovatsion yondashuvlar. Toshkent: Fan va ta'lim.
- Abdullayeva, L. (2020). Pedagog-mutaxassislarning kasbiy salohiyatini oshirish mexanizmlari. Toshkent: Pedagogika tadqiqotlari