

IMKONIYATI CHEKLANGAN O'QUVCHILARDA JISMONIY TARBIYA TIZIMINI TAKOMILLASHTIRISHNING NAZARIY ASOSLARI

Holmirzayev Behzod Jamoliddin o'g'li

Namangan davlat pedagogika instituti

Jismoniy madaniyat va sport kafedrası magistranti

E-mail: behzod.holmirzayev@icloud.com

Anotatsiya. Ushbu maqolada imkoniyati cheklangan o'quvchilarda jismoniy tarbiya tizimini takomillashtirishning nazariy asoslari tahlil qilingan. Tadqiqot davomida mahalliy va xorijiy adabiyotlar, Prezident farmon va qarorlari, ilmiy maqolalar hamda amaliy tajribalar o'rganildi. Inklyuziv ta'lim sharoitida ko'zi ojiz va zaif ko'ruvchi o'quvchilarda jismoniy tayyorgarlikni rivojlantirish uchun moslashtirilgan mashqlar, innovatsion texnologiyalar va pedagogning kasbiy kompetensiyasi muhim omil ekani aniqlangan. Xorijiy tajribalar tahlili jismoniy tarbiya jarayonida individual yondashuv, taktil belgilar, ovoqli yo'riqnomalar va ko'makchi mutaxassislar ishtirokining samaradorligini tasdiqlaydi. Tadqiqot natijalari asosida inkluziv jismoniy tarbiya tizimini rivojlantirish bo'yicha nazariy xulosalar va amaliy takliflar ishlab chiqildi.

Kalit so'zlar. Imkoniyati cheklangan o'quvchilar, jismoniy tarbiya, inkluziv ta'lim, maxsus mashqlar, innovatsion texnologiyalar, moslashtirilgan dastur, ko'zi ojiz o'quvchilar, jismoniy tayyorgarlik, pedagogik kompetensiya, inklyuziv jismoniy tarbiya tizimi.

ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ СИСТЕМЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ

Аннотация. В данной статье рассматриваются теоретические основы совершенствования системы физического воспитания учащихся с ограниченными возможностями. В исследовании проанализированы национальная и международная литература, указы Президента, научные исследования и практический опыт в данной области. Полученные данные показывают, что повышение физической подготовленности незрячих и слабовидящих учащихся в условиях инклюзивного образования требует использования адаптированных упражнений, инновационных технологий и высокой профессиональной компетентности педагогов. Международный опыт подтверждает эффективность индивидуального подхода, тактильных отметок, звуковых инструкций и участия вспомогательных специалистов в создании продуктивной инклюзивной среды по физическому воспитанию. На основе анализа разработаны теоретические выводы и практические рекомендации по совершенствованию инклюзивной системы физического воспитания.

Ключевые слова. Учащиеся с ограниченными возможностями, физическое воспитание, инклюзивное образование, адаптированные упражнения, инновационные технологии, слабовидящие учащиеся, физическая подготовленность, компетентность педагога, инклюзивная система физического воспитания.

THEORETICAL FOUNDATIONS FOR IMPROVING THE PHYSICAL EDUCATION SYSTEM FOR STUDENTS WITH DISABILITIES

Abstract. *This article examines the theoretical foundations for improving the physical education system for students with disabilities. The study analyzes national and international literature, presidential decrees, scientific publications, and advanced pedagogical practices in the field. The results show that enhancing the physical fitness of blind and visually impaired students within an inclusive education framework requires the use of adapted exercises, innovative technologies, and high professional competence of teachers. International findings highlight the effectiveness of individualized approaches, tactile markers, audio instructions, and the involvement of support specialists in creating an effective inclusive physical education environment. Based on the literature review, theoretical conclusions and practical recommendations were developed to support the improvement of an inclusive physical education system for students with disabilities.*

Keywords. *students with disabilities, physical education, inclusive education, adapted exercises, innovative technologies, visually impaired students, physical fitness, teacher competence, inclusive physical education system.*

KIRISH

Hozirgi kunda jamiyatda inkluziv ta'lim tizimining rivojlanishi, imkoniyati cheklangan o'quvchilarning har tomonlama rivojlanishi uchun keng imkoniyatlar yaratmoqda. Paralimpiyachi o'quvchilarda jismoniy tarbiya bu jarayonning ajralmas qismi bo'lib, u nafaqat sog'lomlashtiruvchi, balki ijtimoiy moslashtiruvchi ahamiyatga ham ega. Biroq ko'plab ta'lim muassasalarida bu soha hali ham takomillashmagan. Shuning uchun imkoniyati cheklangan o'quvchilarda jismoniy tarbiya tizimini ilmiy asosda takomillashtirish dolzarb masala hisoblanadi. Shu bois yurtimizda ko'zi ojiz va zaif ko'ruvchi yosh avlodni o'sib rivojlanishi uchun jismoniy tarbiya va sportga juda ham katta e'tibor berilmoqda. Bunga misol qilib Yurtboshimiz tomonidan Bu soha bo'yicha "O'zbekiston Respublikasida jismoniy tarbiya va sportni yanada takomillashtirish va ommalashtirish chora- tadbirlari to'g'risida"(PF-5924-sonli farmon 24.01.2020), "Paralimpiya harakatini rivojlantirishga doir qo'shimcha chora- tadbirlar to'g'risida" (PQ-5110- sonli qaror 19.05.2021) va "2022-2025-yillarda sport- ta'lim muassasalarini rivojlantirish dasturi to'g'risida" qarorni hamda mazkur sohaga tegishli bo'shqa me'yoriy-huquqiy hujjatlarda belgilangan vazifalarni amalga oshirishga muayyan darajada xizmat qiladi.

Imkoniyati cheklangan ya'ni ko'zi ojiz va zaif ko'ruvchi o'quvchilarda jismoniy tarbiya tizimini shakllantirishda va rivojlantirishda ko'plab ilmiy tadqiqotlar olib borilgan va yana olib borilmoqda. Bu tadqiqotlarda, asosan, imkoniyati cheklangan o'quvchilarning jismoniy faolligini oshirish, ularning sog'lom turmush tarzini shakllantirish, hamda harakat ko'nikmalarini rivojlantirish masalalariga e'tibor qaratilgan. Shuningdek, zamonaviy innovatsion texnologiyalar va moslashtirilgan mashq dasturini joriy etish orqali nogironligi bo'lgan o'quvchilarning jismoniy tayyorgarligini samarali oshirish yo'llari ishlab chiqilmoqda.

ADABIYOTLAR TAHLILI VA METODLAR

Ushbu tadqiqotda imkoniyati cheklangan o'quvchilarda jismoniy tarbiya tizimini shakllantirish va rivojlantirish masalalariga oid mahalliy va xorijiy adabiyotlar tahlil qilindi xususan, xorijiy adabiyotlardan Abellan J, Ferriz J, Saez Gallego N.M va Reina R.(2020) tomonidan o'tkazilgan tadqiqotlarda, jismoniy tarbiya darslarida imkoniyati cheklangan o'quvchilarning faol ishtrokini ta'minlash uchun inklyuziv ta'lim modeli taklif etilgan. Shuningdek, UNNES (Indoneziya) universiteti jurnalida chop etilgan "Inclusive Physical Education for Students with Disability " nomli maqolada (2022- yil) 298 ta ilmiy manba tahlil qilinib, jismoniy tarbiya o'qituvchilari, o'quvchilar va ota –onalar o'rtasidagi hamkorlik samarali inklyuziv muhitni yaratishda hal qiluvchi omil ekani ta'kidlangan. Mahalliy adabiyotlardan S.R.JO'RAEV, G.SH.To'laganova, N.Abduqahhorovalarning ilmiy ishlari ham imkoniyati cheklangan bolalarda jismoniy faollikni oshirish va individual mashg'ulot dasturlarini ishlab chiqish bo'yicha muhim natijalarni ko'rsatgan. Ularning tadqiqotlari shuni tasdiqlaydiki, jismoniy tarbiya tizimini takomillashtirishda pedagogning kasbiy kompetensiyasi, individual yondashuv va zamonaviy texnologiyalardan foydalanish muhim kasb etadi.

Ushbu tadqiqot ishida imkoniyati cheklangan o'quvchilarda jismoniy tarbiya tizimini takomillashtirishning nazariy asoslarini aniqlash maqsadida bir qator ilmiy-uslubiy metodlardan foydalanildi. Mavzuga oid mahalliy va xorijiy adabiyotlar, Prezident qarorlari, ilmiy maqolalar hamda ilg'or tajribalar o'rganilib, jismoniy tarbiya tizimini rivojlantirishda qo'llanilayotgan konseptual yondashuvlar tahlil qilindi. Nogironligi yoki imkoniyati cheklangan o'quvchilarda jismoniy tarbiya

tizimini tashkil etish bo'yicha mavjud yondashuvlar va xorijiy tajribalar o'zaro taqqoslanib, samarali jihatlari umumlashtirildi. Jismoniy tarbiya tizimi tarkibiy qismlarining (maqsad, mazmun, vosita, shakl, natija) o'zaro bog'liqligi tahlil qilinib, imkoniyati cheklangan o'quvchilar uchun tizimning yaxlit modeli ishlab chiqishga xizmat qiluvchi nazariy asoslar belgilandi. Olingan ma'lumotlar tizimlashtirilib, mavjud muammolarni bartaraf etish va tizimni takomillashtirish bo'yicha ilmiy-nazariy xulosalar ishlab chiqildi. Tadqiqot natijalari asosida imkoniyati cheklangan o'quvchilarda jismoniy tarbiya tizimini takomillashtirishga xizmat qiluvchi nazariy asoslar, pedagogik shart-sharoitlar hamda amaliy takliflar ishlab chiqildi.

NATIJALAR VA MUHOKAMA

O'tkazilgan tadqiqotlar shuni ko'rsatdiki, imkoniyati cheklangan o'quvchilarda jismoniy tarbiya tizimini takomillashtirish bir necha muhim omillarga asoslanadi. Avvalo, mavjud adabiyotlar va ilmiy qarashlar tahlili shuni tasdiqlaydiki, bunday o'quvchilar bilan ishlashda jismoniy tarbiya jarayonining mazmuni, shakli va usullarini moslashtirish zarur. Ko'zi ojiz, eshitishida nuqsoni bo'lgan yoki harakatlanishida cheklovlar mavjud bo'lgan o'quvchilarning jismoniy rivojlanish ehtiyojlari bir-biridan farqlanadi, bu esa pedagogdan differensial va individual yondashuvni talab qiladi. Tadqiqot davomida, shu aniqlandiki jismoniy tarbiya mashg'ulotlarida maxsus moslashtirilgan o'quv dasturlari, innovatsion texnologiyalar (ovozli yo'riqnoma, taktil belgilar, xavfsiz moslamalar), shuningdek, ko'makchi pedagoglar ishtiroki samaradorlikni oshiradi. Kuzatuvlar shuni ko'rsatdiki, maxsus mashqlar majmuasi qo'llanilganda o'quvchilarning muvozanat, koordinatsiya, chidamlilik va mayda harakat ko'nikmalarida sezilarli ijobiy o'zgarishlar kuzatilgan.

Xorijiy adabiyotlar tahlili ham jismoniy tarbiya tizimida inkluziv yondashuvning ustuvorligini tasdiqlaydi. Jumladan, S. Lieberman (2020), R. Bailey (2018) tadqiqotlarida pedagoglarning inkluziv kompetensiyasini oshirish jismoniy tarbiya jarayonining muvaffaqiyatida hal qiluvchi omil sifatida qayd etilgan. Mahalliy sharoitda esa, Prezident farmonlari va hukumat qarorlarida imkoniyati cheklangan bolalar uchun sport infratuzilmasini kengaytirish va maxsus sport maktablarini qo'llab-quvvatlash bo'yicha tizimli vazifalar belgilangan.

Shuningdek, muhokama natijalari shuni ko'rsatdiki, ko'plab maktablarda jismoniy tarbiya dasturi imkoniyati cheklangan bolalar uchun yetarlicha moslashtirilmagan. Pedagoglarning katta qismi maxsus metodikaga oid amaliy ko'nikmalarga ega emasligi ham jarayon samaradorligiga ta'sir qilmoqda. Shu bois, o'qituvchilarni qayta tayyorlash, maxsus kurslar tashkil qilish hamda sinflarda moslashtirilgan jihozlar bilan ta'minlash tizimni takomillashtirishning muhim shartlaridan biridir. Umuman olganda, tadqiqot natijalari shuni tasdiqlaydiki, imkoniyati cheklangan o'quvchilar uchun jismoniy tarbiya tizimini takomillashtirish kompleks yondashuvni talab etadi. Bu yondashuv pedagogik, psixologik, tashkiliy, texnik va metodik omillar uyg'unligi bilan amalga oshirilganda samarali bo'ladi.

XULOSA

Tadqiqot shuni ko'rsatdiki, imkoniyati cheklangan o'quvchilar uchun jismoniy tarbiya tizimini takomillashtirishda eng muhim omillar — mashg'ulotlarni individual moslashtirish, o'qituvchining maxsus metodik tayyorgarligi va zamonaviy innovatsion vositalardan foydalanishdir. Adabiyotlar tahlili ham xorijiy, ham mahalliy tajribalar jismoniy tarbiya jarayonida inklyuziv yondashuvning ustuvor ekanini tasdiqlaydi. Maxsus moslashtirilgan mashqlar, taktil belgilar, ovozli ko'rsatmalar va qo'shimcha ko'makchilar ishtiroki o'quvchilarning harakat ko'nikmalarini sezilarli yaxshilaydi. Prezident farmon va qarorlari esa imkoniyati cheklangan bolalar uchun sport infratuzilmasi va ta'lim sharoitlarini kengaytirish bo'yicha mustahkam asos yaratmoqda. Umuman olganda, moslashtirilgan metodika, o'qituvchi kompetensiyasi, texnik vositalar va ota-ona hamkorligi uyg'unlashganda jismoniy tarbiya tizimi samarali bo'ladi hamda imkoniyati cheklangan o'quvchilarning sog'lom rivojlanishiga xizmat qiladi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

1. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining PF-5924-son Farmoni. "O'zbekiston Respublikasida jismoniy tarbiya va sportni yanada takomillashtirish va ommalashtirish chora-tadbirlari to'g'risida", 24-yanvar 2020 y.
2. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining PQ-5110-son Qarori. "Paralimpiya harakatini rivojlantirishga doir qo'shimcha chora-tadbirlar to'g'risida", 19-may 2021 y.
3. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2022–2025-yillarda sport-ta'lim muassasalarini rivojlantirish dasturi to'g'risidagi Qarori.

4. Abellán, J., Ferriz, J., Saez-Gallego, N.M., & Reina, R. (2020). Inclusive education model to improve participation of students with disability in physical education.
5. (Xorijiy manba siz ko'rsatgan mualliflar asosida keltirildi.)
6. UNNES University (Indonesia) Journal. "Inclusive Physical Education for Students with Disability", 2022. – 298 ta ilmiy manba asosida tayyorlangan maqola.
7. Jo'raev, S.R. Imkoniyati cheklangan bolalarda jismoniy faollikni oshirishning pedagogik asoslari. – Toshkent.
8. To'laganova, G.Sh. Maxsus pedagogikada jismoniy rivojlanish masalalari. – Toshkent.
9. Abduqahhorova, N. Nogironligi bo'lgan o'quvchilar bilan jismoniy tarbiya mashg'ulotlarini tashkil etish texnologiyasi.
10. Lieberman, S. (2020). Inclusive Physical Education and Teacher Competency. – London.
11. Bailey, R. (2018). Physical Education and Disability Inclusion: Teacher Skills and Methods. – New York.