



YENGIL ATLETIKA DARSLARIDA INNOVATSION PEDAGOGIK TEXNOLOGIYALARNI QO‘LLASH USULLARI

**Muhammadjonov Xaliljon
Dilmurod o‘g‘li**

*Qo‘qon davlat universiteti, magistrant
Elektron pochta:
haliljon.muhammadjonov@gmail.com*

Annotatsiya: Maqolada yengil atletika darslarida innovatsion pedagogik texnologiyalarni qo‘llash usullari ilmiy-uslubiy asosda yoritilgan. Tadqiqot natijalari innovatsion yondashuvlar orqali o‘quvchilarning jismoniy tayyorgarligi va motivatsiyasini oshirish imkoniyatlarini ko‘rsatadi. Maqolada interaktiv metodlar, zamonaviy ta‘lim texnologiyalari va differensial yondashuvlar yordamida dars samaradorligini oshirishga oid tajribalar tahlil qilingan. Olingan natijalar yengil atletika bo‘yicha pedagogik jarayonlarni optimallashtirish va darslarni qiziqarli, samarali qilishda amaliy tavsiyalar beradi.

Kalit so‘zlar: yengil atletika, innovatsion texnologiyalar, pedagogik metodlar, jismoniy tayyorgarlik, interaktiv dars, motivatsiya, sport ta‘limi

Abstract: The article examines methods of applying innovative pedagogical technologies in athletics lessons from a scientific-methodological perspective. Research results demonstrate the potential of innovative approaches to enhance students’ physical fitness and motivation. The study analyzes interactive methods, modern educational technologies, and differentiated approaches to increase lesson effectiveness. The findings provide practical recommendations for optimizing pedagogical processes in athletics and making lessons engaging and efficient.

Keywords: athletics, innovative technologies, pedagogical methods, physical fitness, interactive lesson, motivation, sports education¹

KIRISH

Yengil atletika darslarida pedagogik jarayonlarni modernizatsiya qilish va ularni samarali tashkil etish dolzarb muammo sifatida qaraladi. Zamonaviy ta‘lim tizimi o‘quvchilarning jismoniy, intellektual va psixologik rivojlanishini bir vaqtning o‘zida qo‘llab-quvvatlovchi metodlarni talab qiladi. Shu maqsadda innovatsion pedagogik texnologiyalarni joriy etish nafaqat dars samaradorligini oshirish, balki o‘quvchilarda sportga bo‘lgan qiziqish va motivatsiyani rivojlantirish imkonini beradi.

Innovatsion pedagogik texnologiyalar deb ta‘lim jarayonini interaktiv, vizual va individual yondashuv asosida tashkil etish, yangi texnik vositalar va axborot-

¹ Rahmonov, A. (2020). Yengil atletika darslarida interaktiv metodlarni qo‘llash. Tashkent: Fan

kommunikatsiya texnologiyalarini qo'llash tushuniladi. Ular o'quvchilarning mustaqil faoliyatini rag'batlantiradi, darsni qiziqarli va samarali qiladi. Shu bilan birga, innovatsion texnologiyalar yordamida murabbiy darslarni yanada tizimli va maqsadli rejalashtirish imkoniga ega bo'ladi².

Yengil atletika darslarida innovatsion texnologiyalarni qo'llashning asosiy maqsadi – o'quvchilarning texnik ko'nikmalarini shakllantirish, jismoniy tayyorgarlik sifatlarini rivojlantirish va o'zlashtirish darajasini oshirishdir. Bu jarayonlarda o'quvchilarning qobiliyatlari, yoshi va tayyorgarlik darajasi hisobga olinadi. Shu sababli innovatsion metodlar pedagogik jarayonning individualizatsiyasini ta'minlashda muhim vosita hisoblanadi.³

ADABIYOTLAR TAHLILI VA METODOLOGIYA

So'nggi yillarda yengil atletika bo'yicha darslarda pedagogik jarayonni modernizatsiya qilishga oid ko'plab tadqiqotlar olib borilgan. Mahalliy olimlar – Rahmonov, Tursunov va Karimovlar innovatsion metodlarni jismoniy tarbiya darslariga tatbiq qilish bo'yicha o'z tadqiqotlarini e'lon qilganlar. Ularning ishlari interaktiv metodlar va differensial yondashuvlarni qo'llash orqali dars samaradorligini oshirishga qaratilgan. Xorijiy tadqiqotlar esa multimedia vositalari va elektron darsliklar yordamida o'quvchilarning sport ko'nikmalarini mustahkamlashni ko'rsatadi.⁴

Metodologik jihatdan tadqiqot eksperimental va kuzatuv usullarini o'z ichiga oladi. Tadqiqot davomida innovatsion texnologiyalar bilan dars o'tkazilgan sinf va an'anaviy metodlar bilan dars o'tkazilgan sinf o'quvchilari qiyoslangan. Eksperiment natijalari o'quvchilarning jismoniy ko'rsatkichlari, texnika egallash darajasi va darsga bo'lgan motivatsiyasi bo'yicha tahlil qilingan. Shuningdek, metodik tavsiyalar ishlab chiqish uchun pedagogik intervyu va so'rovnomalar o'tkazilgan.⁵

NATIJARLAR

Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatdiki, yengil atletika darslarida innovatsion pedagogik texnologiyalarni qo'llash o'quvchilarning o'zlashtirish darajasini sezilarli darajada oshiradi. Interaktiv usullar, multimediya vositalari va individual yondashuv orqali o'quvchilarda texnik harakatlarni tez va aniq bajarish ko'nikmalari shakllandi. Shu bilan birga, o'quvchilarning jismoniy sifatleri – chidamlilik, tezkorlik va muvofiqlashtirish ko'rsatkichlari yaxshilandi.

Tajriba sinflarida o'tkazilgan darslar natijasida o'quvchilarning darsga bo'lgan motivatsiyasi va faol ishtiroki ortdi, ular mashg'ulotlarga mas'uliyat bilan yondashishni o'rgandilar. Innovatsion yondashuvlar yordamida har bir o'quvchi o'z imkoniyatlarini to'liq namoyon etish imkoniyatiga ega bo'ldi. Shuningdek, murabbiylar darsni boshqarish, nazorat qilish va tahlil etishda qulayliklarga ega bo'ldilar.

Olingan natijalar innovatsion pedagogik texnologiyalarni yengil atletika mashg'ulotlariga keng tatbiq etish zarurligini tasdiqlaydi. Bu yondashuvlar nafaqat

² Tursunov, B. (2019). Innovatsion pedagogik texnologiyalar va jismoniy tarbiya. Tashkent: Pedagogika.

³ Karimov, S. (2021). Yengil atletika va multimedia vositalari. Tashkent: Sport

⁴ Miller, K. (2017). Pedagogical innovations for physical activity. Toronto: University Press.

⁵ Anderson, H. (2019). Differentiated instruction in sports. Sydney: Academic Press.

o'quv jarayonini takomillashtiradi, balki sportni o'quvchilar hayotining ajralmas qismiga aylantirishda muhim o'rin tutadi.⁶

MUHOKAMA

Tadqiqot natijalari yengil atletika darslarida innovatsion pedagogik texnologiyalarni qo'llash o'quvchilarning o'quv faolligi, texnik tayyorgarligi va jismoniy rivojlanishiga sezilarli ta'sir ko'rsatishini ko'rsatdi. An'anaviy mashg'ulotlar bilan taqqoslaganda, interaktiv metodlardan foydalangan holda o'tilgan darslarda o'quvchilarning mustaqil fikrlash, tahlil qilish va amaliy mashqlarni ijodkorlik bilan bajarish ko'nikmalari rivojlangan. Bu holat o'z navbatida o'quvchilar motivatsiyasining oshishiga olib kelgan.

Shuningdek, innovatsion texnologiyalar dars jarayonini individualizatsiyalash imkonini beradi. Murabbiy multimedia vositalari, videoko'rsatmalar va raqamli platformalardan foydalangan holda har bir o'quvchining tayyorgarlik darajasini aniqlab, unga mos topshiriqlar berishi mumkin. Bu esa o'quvchilar orasidagi farqlarni kamaytirib, darsda hamjihatlik va raqobat muhitini yaratadi.⁷

Yengil atletika darslarida AKT (axborot-kommunikatsiya texnologiyalari) vositalaridan foydalanish, ayniqsa, yugurish, sakrash va uloqtirish kabi texnik elementlarni o'rganishda o'z samarasini ko'rsatdi. Dars davomida videokuzatuv, harakat tahlili dasturlari yordamida o'quvchilar o'z xatolarini ko'rib, ularni tezda tuzatish imkoniyatiga ega bo'ldilar.

Tadqiqot shuni tasdiqladiki, innovatsion texnologiyalarni tizimli qo'llash o'quvchilarning jismoniy sifatlarini rivojlantirish bilan bir qatorda, ularda sportga ijobiy psixologik munosabatni ham shakllantiradi. Bunday yondashuv o'qituvchi va o'quvchi o'rtasidagi hamkorlikni mustahkamlaydi, darslarni qiziqarli, samarali va zamon talablariga mos qiladi. Shu bois yengil atletika mashg'ulotlarida innovatsion metodlarni tatbiq etish bugungi ta'lim tizimi uchun muhim pedagogik zarurat sifatida qaraladi⁸.

XULOSA

Yengil atletika darslarida innovatsion pedagogik texnologiyalarni qo'llash samaradorlikni oshirish va o'quvchilarning motivatsiyasini kuchaytirish uchun samarali vosita ekanligi aniqlangan. Interaktiv metodlar, multimedia vositalari va differensial yondashuvlar yordamida o'quvchilar texnik harakatlarni tezroq o'zlashtiradi, jismoniy tayyorgarlik ko'rsatkichlari yaxshilanadi va dars jarayoni qiziqarli bo'ladi. Ushbu tadqiqot natijalari yengil atletika bo'yicha pedagogik jarayonlarni optimallashtirish va darslarni individualizatsiyalashda amaliy tavsiyalar beradi. Innovatsion texnologiyalarni tatbiq etish pedagogik jarayonning sifatini oshirishga xizmat qiladi va o'quvchilarning sportga bo'lgan qiziqishini kuchaytiradi.⁹

ADABIYOTLAR RO'YXATI

1. Rahmonov, A. (2020). Yengil atletika darslarida interaktiv metodlarni qo'llash. Tashkent: Fan.

6 Islomov, D. (2022). Differensial yondashuv asosida darslarni tashkil etish. Tashkent: Ta'lim.

7 Sobirov, M. (2020). Innovatsion texnologiyalar pedagogik jarayonda. Tashkent: Akademiya.

8 Brown, J., & Smith, L. (2018). Modern methods in physical education. New York: Routledge.

9 Johnson, P. (2019). Interactive learning in sports education. London: Springer.

8. Williams, R. (2020). Technology-enhanced learning in athletics. Boston: McGraw-Hill.

9. Miller, K. (2017). Pedagogical innovations for physical activity. Toronto: University Press

2. Tursunov, B. (2019). Innovatsion pedagogik texnologiyalar va jismoniy tarbiya. Tashkent: Pedagogika.
3. Karimov, S. (2021). Yengil atletika va multimedia vositalari. Tashkent: Sport.
4. Islomov, D. (2022). Differensial yondashuv asosida darslarni tashkil etish. Tashkent: Ta'lim.
5. Sobirov, M. (2020). Innovatsion texnologiyalar pedagogik jarayonda. Tashkent: Akademiya.
6. Brown, J., & Smith, L. (2018). Modern methods in physical education. New York: Routledge.
7. Johnson, P. (2019). Interactive learning in sports education. London: Springer.
8. Williams, R. (2020). Technology-enhanced learning in athletics. Boston: McGraw-Hill.
9. Miller, K. (2017). Pedagogical innovations for physical activity. Toronto: University Press.
10. Anderson, H. (2019). Differentiated instruction in sports. Sydney: Academic Press.