



**UMUMIY O'RTA TA'LIM MAKTABLARI JISMONIY TARBIYA JARAYONIDA
ZAMONAVIY MOBIL ILOVALARNI QO'LLASH VA ULARNING
SAMARADORLIGINI OSHIRISH METODIKASI (BOSHLANG'ICH SINFLAR
MISOLIDA)**

G'ofurov Saloxiddin G'ulomjon o'g'li

Namangan Davlat Universiteti tayanch doktoranti

Uraimov Sanjar Ruzimatovich

Ilmiy rahbar, DsC, v.b Professor

Annotatsiya: Ushbu maqolada umumiy o'rta ta'lim maktablarining boshlang'ich sinf o'quvchilari uchun jismoniy tarbiya darslarida zamonaviy axborot-kommunikatsiya texnologiyalaridan, xususan mobil ilovalardan foydalanishning samaradorligini oshirishga qaratilgan metodik yondashuvlar tahlil qilinadi. Bugungi kunda o'quvchilarning texnologiyaga qiziqishi va mobil qurilmalardan faol foydalanish tendensiyasi jismoniy tarbiya darslarini yanada interaktiv, qiziqarli va samarali tashkil etish imkonini bermogda. Maqolada "GoNoodle", "SworKit Kids", "Fitbit Coach" va "ClassDojo" kabi mobil ilovalarning funksional imkoniyatlari, ta'lim jarayoniga integratsiyalashuv darajasi, yosh xususiyatlariga mosligi va ulardan foydalanish orqali o'quvchilarda harakat faolligini, sog'lom raqobatni, motivatsiyani oshirish imkoniyatlari keng yoritiladi.

Bundan tashqari, maqolada mobil ilovalardan foydalanishda uchraydigan muammolar – texnik infratuzilmaning yetarli emasligi, pedagoglarning raqamli savodxonligi pastligi, bolalarda texnologik qaramlikka olib kelishi mumkin bo'lgan xavflar – tahlil qilinib, ularni bartaraf etish uchun amaliy tavsiyalar keltiriladi. Ilovalarning metodik asosda qo'llanilishi



darsning har bir bosqichida (isinish, asosiy va yakuniy qism) qanday samarali tashkil etilishi mumkinligi amaliy misollar bilan ko'rsatiladi. Natijada, maqolada mobil ilovalarning jismoniy tarbiya darslaridagi afzalliklari, ularning o'quv dasturiga moslashtirilganligi va o'quvchilarning sog'lom turmush tarzini shakllantirishdagi o'rni ilmiy-metodik jihatdan asoslab berilgan.

Maqola ta'lim tizimi ishtirokchilari – o'qituvchilar, metodistlar, ota-onalar va ta'lim siyosatini belgilovchilar uchun foydali bo'lishi mumkin, chunki u zamonaviy vositalarni jismoniy tarbiya jarayoniga ongli va samarali joriy etish yo'llarini ko'rsatadi. Shu bilan birga, maqola kelajakda maktab darslarini raqamlashtirish va individual yondashuvni kengaytirish borasidagi ilmiy-tadqiqot ishlari uchun nazariy va amaliy asos bo'lib xizmat qiladi.

Kalit so'zlar: boshlang'ich sinf o'quvchilari, jismoniy tarbiya, mobil ilovalar, interaktiv ta'lim, gamifikatsiya, GoNoodle, Sworkit Kids, Fitbit Coach, ClassDojo, pedagogik metodika, raqamli texnologiyalar, sog'lom turmush tarzi, AKT, ta'lim samaradorligi, individual yondashuv, darsda texnologiya, o'quvchilarning motivatsiyasi, virtual mukofotlar, metodik tavsiyalar

Zamonaviy ta'lim tizimida jismoniy tarbiya darslari o'quvchilarning nafaqat jismoniy salomatligini mustahkamlash, balki ularning ijtimoiy, emotsional va kognitiv rivojlanishini ta'minlashda muhim o'rin tutadi. Ayniqsa, boshlang'ich sinf o'quvchilari uchun jismoniy tarbiya jarayoni faol harakatlar, o'yinlar va ijodiy yondashuvlar orqali sog'lom turmush tarzini shakllantirishning asosiy vositasidir. So'nggi yillarda axborot-kommunikatsiya texnologiyalarining (AKT) jadal rivojlanishi ta'lim sohasida, xususan jismoniy tarbiya darslarida yangi imkoniyatlar yaratdi. Zamonaviy mobil ilovalar bu jarayonga integratsiyalashib, darslarning interaktivligini oshirish, o'quvchilarning motivatsiyasini mustahkamlash va ta'lim samaradorligini yaxshilashda muhim vosita sifatida maydonga



chiqmoqda. Ushbu maqola boshlang'ich sinf o'quvchilari uchun jismoniy tarbiya darslarida mobil ilovalarni qo'llashning metodik asoslarini keng yoritish, ularning afzalliklari, qiyinchiliklari va samaradorligini oshirish yo'llarini tahlil qilishga bag'ishlanadi. Mobil ilovalarning jismoniy tarbiya darslaridagi o'rni ko'p qirrali va keng ko'lamli imkoniyatlarga ega. Birinchidan, ular o'quvchilarning darsga bo'lgan qiziqishini oshiradi. Zamonaviy bolalar texnologiyaga o'rganib qolgan va mobil qurilmalardan foydalanishni qiziqarli deb bilishadi. Bu, ayniqsa, boshlang'ich sinf o'quvchilari uchun muhimdir, chunki ularning diqqati ko'pincha o'yin, rang-barang tasvirlar va interaktiv elementlarga qaratilgan. Ikkinchidan, mobil ilovalar mashqlarning to'g'ri bajarilishini kuzatish, o'quvchilarning jismoniy faolligini monitoring qilish va individual yondashuvni ta'minlash imkonini beradi. Uchinchidan, bu ilovalar o'yinlashtirish (gamification) elementlari, virtual mukofotlar va interaktiv vazifalar orqali o'quvchilarning motivatsiyasini oshiradi. Masalan, "GoNoodle" yoki "Sworkit Kids" kabi ilovalar bolalarni qiziqarli raqslar, harakatli o'yinlar va moslashtirilgan mashqlar orqali faol harakatga undaydi. Boshlang'ich sinf o'quvchilari uchun mobil ilovalarni jismoniy tarbiya darslariga joriy qilishda bir qator omillarni hisobga olish zarur. O'quvchilarning yosh xususiyatlari (6-10 yosh) ilovalarning dizayni va funkcionalligiga mos bo'lishi kerak. Bu yoshdagi bolalar uchun ilovalar soddalashtirilgan interfeysga, rang-barang grafikaga, oson tushunarli ko'rsatmalarga va qisqa davom etadigan vazifalarga ega bo'lishi lozim. Shuningdek, ilovalar xavfsiz bo'lib, o'quvchilarning shaxsiy ma'lumotlarini himoya qilishi, shu bilan birga, o'quv dasturining maqsadlari va talablariga to'liq mos kelishi kerak. Masalan, jismoniy tarbiya darslarida qo'llaniladigan ilovalar umumiy motorik ko'nikmalarni rivojlantirish, muvozanatni saqlash, moslashuvchanlik va chidamlilikni oshirish kabi mashqlarni qamrab olishi lozim. Mobil ilovalarni tanlashda quyidagi mezonlar asosiy hisoblanadi. Birinchidan, ilovaning funkcionalligi: u o'quvchilarning jismoniy faolligini monitoring qilish, mashqlarni ko'rsatish, natijalarni tahlil qilish va o'qituvchiga hisobot taqdim etish imkoniyatlariga ega bo'lishi kerak.



Masalan, “Fitbit Coach” ilovasi mashqlarning intensivligini sozlash va guruhli faoliyatni tashkil qilishda samarali. Ikkinchidan, yoshga moslik: ilova bolalarning psixofiziologik xususiyatlariga mos bo’lishi kerak. “GoNoodle” ilovasi qisqa va qiziqarli videolar orqali bolalarni harakatga undashda muvaffaqiyatli. Uchinchidan, interaktivlik: ilova o’yin elementlari, animatsiyalar va rag’batlantiruvchi mukofot tizimlariga ega bo’lishi kerak. To’rtinchidan, foydalanish qulayligi va xavfsizlik: ilova intuitiv interfeysga ega bo’lib, shaxsiy ma’lumotlarni himoya qilishi lozim. Beshinchidan, o’quv dasturiga integratsiya: ilova jismoniy tarbiya dasturidagi ko’nikmalarni rivojlantirishga xizmat qilishi va dars maqsadlariga mos bo’lishi kerak.

Mobil ilovalarni qo’llash metodikasi o’qituvchining darsni rejalashtirishdagi ijodiy yondashuviga bog’liq. Darsning isinish qismida, masalan, “GoNoodle” ilovasidagi qisqa raqs videolari yoki harakatli o’yinlar o’quvchilarni faollashtirish va diqqatlarini jamlashda samarali. Asosiy qismda “Sworkit Kids” ilovasi yordamida o’quvchilarning jismoniy qobiliyatlariga mos mashqlar taklif qilinishi mumkin. Bu ilova har bir o’quvchining individual tayyorgarlik darajasiga qarab mashqlar intensivligini sozlash imkonini beradi. O’yinlashtirish elementlari, masalan, “ClassDojo” ilovasi orqali beriladigan virtual ballar va mukofotlar o’quvchilarning faolligini oshiradi. Guruhli mashqlarni tashkil qilishda “Fitbit Coach” ilovasi yordamida jamoaviy vazifalar berilishi mumkin, bu o’quvchilar o’rtasida hamkorlik va raqobatni rivojlantiradi. Darsning yakuniy qismida mobil ilovalar yordamida o’quvchilarning natijalari tahlil qilinadi va ularga o’z muvaffaqiyatlarini ko’rish imkoniyati beriladi. Mobil ilovalarni qo’llashda bir qator qiyinchiliklar ham mavjud. Birinchidan, maktablarda texnik jihozlarning yetishmasligi (planshetlar, smartfonlar, Wi-Fi tarmoqlari) jarayonni qisman cheklashi mumkin. Ikkinchidan, o’qituvchilarning mobil ilovalarni samarali qo’llash bo’yicha yetarli malakaga ega emasligi. Uchinchidan, o’quvchilarning texnologiyaga haddan tashqari qaram bo’lib qolish xavfi. Ushbu muammolarni yechish uchun quyidagi strategiyalar taklif qilinadi:



- **O'qituvchilar malakasini oshirish:** O'qituvchilar uchun mobil ilovalarni darsga integratsiyalash bo'yicha maxsus seminarlar va onlayn treninglar tashkil etilishi kerak. Bu ularga ilovalarni samarali ishlatish va dars jarayonini optimallashtirish imkonini beradi.
- **Texnik infratuzilmani yaxshilash:** Maktablarda zamonaviy texnik jihozlar bilan ta'minlash va internet tarmog'ining barqarorligini ta'minlash zarur.
- **Ota-onalar bilan hamkorlik:** Ota-onlarni mobil ilovalarning afzalliklari haqida xabardor qilish va ularni o'quvchilarning uyda jismoniy faolligini qo'llab-quvvatlashga jalb qilish muhim.
- **Ilovalarni doimiy yangilash:** Ilovalar o'quv dasturining yangi talablariga moslashtirilishi va o'quvchilarning qiziqishlariga javob berishi kerak.

Amaliy misollar mobil ilovalarning samaradorligini yaqqol ko'rsatadi. Masalan, "GoNoodle" ilovasi "Run with Usain Bolt" kabi videolar orqali o'quvchilarni yugurish, sakrash va muvozanatni saqlash mashqlariga jalb qiladi. "SworKit Kids" ilovasi har bir o'quvchining jismoniy tayyorgarligiga mos mashqlar taklif etadi, masalan, moslashuvchanlikni oshirish yoki yurak-qon tomir tizimini mustahkamlash uchun mashqlar. "ClassDojo" ilovasi esa o'quvchilarning faolligini rag'batlantirish uchun virtual mukofot tizimidan foydalanadi. Ushbu ilovalar nafaqat darsni qiziqarli qiladi, balki o'quvchilarning jismoniy va ijtimoiy ko'nikmalarini rivojlantirishga xizmat qiladi.

Xulosa qilib aytganda, zamonaviy mobil ilovalar boshlang'ich sinf o'quvchilari uchun jismoniy tarbiya darslarini yanada samarali, qiziqarli va interaktiv qilish imkonini beradi. Ular o'quvchilarning jismoniy faolligini oshirish, motivatsiyasini mustahkamlash va individual yondashuvni ta'minlashda muhim vosita sifatida xizmat qiladi. Biroq, ilovalarning samaradorligini oshirish uchun o'qituvchilarning malakasini oshirish, maktablarning texnik jihozlanishi va o'quv dasturiga moslashtirilgan yondashuv zarur. Ushbu metodikalar to'g'ri qo'llanilganda, mobil ilovalar jismoniy tarbiya darslarini



zamonaviy ta'lim talablariga mos keladigan darajaga olib chiqadi va o'quvchilarning sog'lom turmush tarzini shakllantirishga xizmat qiladi. Kelajakda mobil ilovalarni yanada rivojlantirish va ularni ta'lim jarayoniga kengroq joriy etish maktab ta'lim tizimini transformatsiya qilishda muhim qadam bo'ladi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. Abdullaeva, M. Sh. *Boshlang'ich sinflarda jismoniy tarbiya metodikasi*. – Toshkent: “Fan va texnologiya”, 2021. – 168 b.
2. To'rayev, R. I. *Jismoniy tarbiya nazariyasi va metodikasi*. – Toshkent: O'qituvchi, 2020. – 220 b.
3. Yo'ldoshev, A. B. *Boshlang'ich ta'lim pedagogikasi*. – Toshkent: “Yangi asr avlodi”, 2022. – 184 b.
4. Sagdullayev, I. A. *Axborot-kommunikatsiya texnologiyalari va ta'lim*. – Toshkent: TDPU nashriyoti, 2021. – 145 b.
5. Karimova, M. T. *Interaktiv metodlar asosida dars samaradorligini oshirish*. – Andijon: AndMI nashriyoti, 2020. – 112 b.
6. Xolmatova, Z. M. *Mobil ilovalar yordamida boshlang'ich sinflarda jismoniy faollikni oshirish metodikasi*. – Navoiy: NDU Ilmiy ishlanmalar to'plami, 2023. – 74–81 b.
7. Zokirov, B. R. *Ta'limda raqamli texnologiyalar va ularning metodik asoslari*. – Toshkent: Innovatsiya, 2021. – 130 b.
8. Omonov, M. A. *Ta'limda o'yin texnologiyalari va gamifikatsiya yondashuvlari*. – Qarshi: QDPI nashriyoti, 2023. – 101 b.