



BO'LAJAK JISMONIY TARBIYA O'QITUVCHILARINI STOL TENNISINI O'QITISHGA TAYYORLASHNING PEDAGOGIK ASOSLARI

Edenbaev Jaxangir Muratbaevich

Qoraqalpoq davlat universiteti Fakultetlararo jismoniy madaniyat kafedrası stajyor-
o'qituvchisi

Email: jaxangiredenbaev@gmail.com

Annotatsiya: Mazkur maqolada bo'lajak jismoniy tarbiya o'qituvchilarini stol tennisini o'qitishga tayyorlashning pedagogik asoslari atroflicha tahlil qilingan. Stol tennisining o'quv dasturlaridagi ahamiyati va uni samarali o'qitish zarurati ta'kidlangan. Maqolada bo'lajak mutaxassislarning kasbiy kompetensiyalarini rivojlantirishga qaratilgan innovatsion yondashuvlar va metodik tavsiyalar ko'rib chiqiladi. O'qituvchilarni nazariy bilimlar va amaliy ko'nikmalar bilan qurollantirish orqali o'quv jarayonining sifatini oshirishga xizmat qiluvchi asosiy pedagogik prinsiplar yoritilgan. Tadqiqot natijalari jismoniy tarbiya ta'limi tizimida stol tennisini o'qitish metodikasini takomillashtirishga muhim hissa qo'shadi.

Kalit so'zlar: Pedagogik Asoslar, Jismoniy Tarbiya O'qituvchilari, Stol Tennisi, O'qituvchilarni Tayyorlash, O'qitish Metodikasi, Kasbiy Kompetensiya, Sport Pedagogikasi, Ta'lim Jarayoni

Аннотация: В данной статье всесторонне анализируются педагогические основы подготовки будущих учителей физической культуры к преподаванию настольного тенниса. Подчеркивается значимость настольного тенниса в образовательных программах и необходимость эффективного обучения. В работе рассматриваются инновационные подходы и методические рекомендации, направленные на развитие профессиональных компетенций будущих специалистов. Освещаются ключевые педагогические принципы, способствующие повышению качества образовательного процесса путем оснащения учителей теоретическими знаниями и практическими навыками. Результаты исследования вносят значительный вклад в совершенствование методики преподавания настольного тенниса в системе физического воспитания.

Ключевые слова: Педагогические Основы, Учителя Физической Культуры, Настольный Теннис, Подготовка Учителей, Методика Преподавания, Профессиональная Компетенция, Спортивная Педагогика, Образовательный Процесс



Abstract: This article thoroughly analyzes the pedagogical foundations for preparing future physical education teachers to teach table tennis. It emphasizes the significance of table tennis in educational curricula and the necessity of effective instruction. The paper examines innovative approaches and methodological recommendations aimed at developing the professional competencies of future specialists. Key pedagogical principles are highlighted, serving to enhance the quality of the educational process by equipping teachers with theoretical knowledge and practical skills. The findings of this research significantly contribute to improving table tennis teaching methodology within the physical education system.

Keywords: Pedagogical Foundations, Physical Education Teachers, Table Tennis, Teacher Training, Teaching Methodology, Professional Competence, Sports Pedagogy, Educational Process

Kirish: Jismoniy tarbiya umumiy ta'lim tizimining ajralmas qismi bo'lib, inson salomatligini mustahkamlash va uyg'un rivojlanishini ta'minlashga qaratilgan. U intellektual, axloqiy, mehnat va estetik tarbiya bilan uzviy bog'liq holda amalga oshiriladi. Tarixan ibtidoiy mashqlar va o'yinlardan shakllangan jismoniy tarbiya, bugungi kunda maktab o'quv dasturlariga global miqyosda kiritilgan. O'zbekistonda mustaqillik yillarida jismoniy tarbiya davlat siyosati darajasiga ko'tarilib, uning huquqiy asoslari 1992 va 2000 yillarda qabul qilingan qonunlar, shuningdek, "Sog'lom avlod" (1993) kabi dasturlar orqali mustahkamlangan. Umumta'lim maktablarida 1-9-sinflar uchun haftasiga ikki soat jismoniy tarbiya darslari ajratilgan bo'lib, bu yoshlar salomatligini mustahkamlashda muhim ahamiyat kasb etadi [1].

Jismoniy tarbiya o'qituvchilarini tayyorlashda zamonaviy sport turlarini o'qitish metodikalarini chuqur o'zlashtirish dolzarb vazifadir. Stol tennisi, tezkor qaror qabul qilish, chaqqonlik va aniqlikni talab etuvchi sport turi sifatida, o'quvchilarning jismoniy va aqliy qobiliyatlarini rivojlantirishda katta salohiyatga ega [3, 6]. Bu sport turi nafaqat jismoniy tayyorgarlikni, balki texnik mahorat, taktik fikrlash va psixologik barqarorlikni ham talab qiladi. Shu bois, bo'lajak jismoniy tarbiya o'qituvchilarini stol tennisini o'qitishga samarali tayyorlash, ularning kasbiy kompetentligini oshirish va o'quvchilarga ushbu sport turini to'g'ri o'rgatish uchun zarur bo'lgan pedagogik asoslarni shakllantirish muhim ahamiyatga ega [4, 6].

Biroq, bo'lajak jismoniy tarbiya o'qituvchilarini stol tennisini o'qitishga tayyorlash jarayonida interaktiv va modulli o'qitish metodologiyalarini qo'llash, ularning texnik



va taktik ko'nikmalarini rivojlantirishda duch kelinadigan muammolarni hal etish hamda zamonaviy pedagogik yondashuvlarni joriy etish masalasi hali ham o'z yechimini kutmoqda [4]. Ushbu maqola bo'lajak jismoniy tarbiya o'qituvchilarini stol tennisini o'qitishga tayyorlashning pedagogik asoslarini ilmiy-nazariy jihatdan tahlil qilish, ularning kasbiy mahoratini oshirishga qaratilgan samarali metodlar va texnologiyalarni aniqlashga bag'ishlangan. Tadqiqot natijalari o'qituvchilarning stol tennisini bo'yicha kasbiy kompetentligini shakllantirishga xizmat qiladi.

Mavzuga oid adabiyotlar tahlili: Jismoniy tarbiya tizimida bo'lajak mutaxassislarni tayyorlash masalasi doimiy ravishda ilmiy tadqiqotlar markazida bo'lib kelgan. Zamonaviy ta'lim standartlari va jamiyat talablari jismoniy tarbiya o'qituvchilaridan nafaqat umumiy pedagogik bilimlarni, balki sport turlarini o'qitishning chuqur metodik va amaliy ko'nikmalarini ham talab etadi. Ayniqsa, stol tennisini kabi dinamik va murakkab sport turlarini o'qitishga tayyorlash bo'lajak o'qituvchilarning kasbiy kompetentligini oshirishda muhim ahamiyat kasb etadi.

Stol tennisini sport turi sifatida o'quvchilarda tezkor qaror qabul qilish, chaqqonlik, aniqlik, koordinatsiya va taktik fikrlash qobiliyatlarini rivojlantirishda katta salohiyatga ega. Bu sport turi nafaqat jismoniy tayyorgarlikni, balki texnik mahorat, taktik fikrlash va psixologik barqarorlikni ham talab qiladi [6]. Shu bois, bo'lajak jismoniy tarbiya o'qituvchilarini stol tennisini o'qitishga samarali tayyorlash, ularning kasbiy kompetentligini oshirish va o'quvchilarga ushbu sport turini to'g'ri o'rgatish uchun zarur bo'lgan pedagogik asoslarni shakllantirish dolzarb vazifadir. Adabiyotlar tahlili shuni ko'rsatadiki, stol tennisini texnikasini takomillashtirishga qaratilgan tadqiqotlar ushbu sport turining o'yin texnikasini oshirishning ahamiyati va usullarini atroflicha yoritadi. Unda tezkor qaror qabul qilish, harakat tezligi va aniqlik kabi omillar o'yinchi muvaffaqiyatiga bevosita ta'sir etishi ta'kidlanadi. Texnik rivojlanishning asosiy omillari, jumladan, turli zarba turlari, pozitsion harakatlar, o'yinchi taktikasi va strategiyalari hamda ularni takomillashtirish usullari ko'rib chiqiladi [6].

Bo'lajak jismoniy tarbiya o'qituvchilarini stol tennisini o'qitishga tayyorlashda zamonaviy pedagogik yondashuvlarni qo'llash muhimdir. Xususan, interaktiv va modulli o'qitish metodologiyalari bu jarayonning samaradorligini oshirishda katta rol o'ynaydi. S. Mahmudova tomonidan o'tkazilgan seminarda stol tennisini bo'yicha o'yinchilar va murabbiylarning malakasini oshirishga qaratilgan interaktiv modulli o'qitish metodologiyasi muhokama qilingan. Seminarda sportchilarning texnik va taktik imkoniyatlarini oshirish bo'yicha samarali strategiyalar, yosh sportchilarga stol



tennisini o'rgatishda duch kelinadigan umumiy muammolar va ularni hal etishning amaliy yechimlari taqdim etilgan. Shuningdek, stol tennis taktikasini innovatsion metodologiyalar orqali o'rgatishning asosiy tamoyillari bayon etilgan [4]. Bu esa bo'lajak o'qituvchilar uchun stol tennisini o'qitishda nafaqat texnik ko'nikmalarni, balki taktik fikrlashni ham rivojlantirishga qaratilgan zamonaviy yondashuvlarni o'zlashtirish zarurligini ko'rsatadi.

Adabiyotlarda stol tennis texnikasini egallash va rivojlantirish o'yinchining natijalariga bevosita ta'sir qilishi, aniq va kuchli zarbalarni amalga oshirish, tezkor pozitsiya tanlash va o'yinning dinamik xususiyatlariga moslashish muhimligi qayd etilgan. Takomillashtirilgan texnika o'yinchilarga to'g'ri pozitsiyalarni tanlash, zarbalarini diversifikatsiya qilish, raqiblarga samarali javob berish va o'yin davomida mukammallikka intilish imkonini beradi. Shuningdek, jismoniy tayyorgarlikning texnik ijroni yanada samarali amalga oshirishdagi hal qiluvchi roli ham ta'kidlangan [6]. Bu jihatlar bo'lajak jismoniy tarbiya o'qituvchilarining tayyorgarlik dasturlariga stol tennisining texnik va taktik elementlarini chuqur o'rganishni, shuningdek, jismoniy tayyorgarlikni integratsiya qilish zarurligini ko'rsatadi.

Stol tennisini o'qitishda yosh sportchilar bilan ishlashda yuzaga keladigan muammolar va ularning yechimlari bo'yicha Mahmudova tomonidan berilgan tavsiyalar [4] bo'lajak o'qituvchilar uchun qimmatli manba hisoblanadi. Bu tavsiyalar uzluksiz o'z-o'zini takomillashtirish, ko'nikmalarni rivojlantirishda qat'iy sa'y-harakatlar va musobaqalar davomida malakali stol tennischilarining o'yinini kuzatish muhimligini o'z ichiga oladi. Bunday yondashuvlar bo'lajak o'qituvchilarga nafaqat o'zlarining sport mahoratini oshirishda, balki o'quvchilarga ham xuddi shunday tamoyillarni singdirishda yordam beradi.

Shu bilan birga, mavjud adabiyotlar tahlili shuni ko'rsatadiki, bo'lajak jismoniy tarbiya o'qituvchilarini stol tennisini o'qitishga tayyorlashning pedagogik asoslarini tizimli ravishda o'rganish, interaktiv va modulli o'qitish metodologiyalarini amaliyotga joriy etish, ularning texnik va taktik ko'nikmalarini rivojlantirishda duch kelinadigan muammolarni hal etish hamda zamonaviy pedagogik yondashuvlarni joriy etish masalasi hali ham chuqur ilmiy tadqiqotlarni talab etadi. Mavjud tadqiqotlar asosan stol tennisining texnik va taktik jihatlariga e'tibor qaratgan bo'lsa-da, bo'lajak o'qituvchilarni ushbu sport turini samarali o'qitishga tayyorlashning kompleks pedagogik modellari va texnologiyalarini ishlab chiqishga oid ishlar yetarli emas. Bu esa ushbu tadqiqotning dolzarbligini yanada oshiradi va bo'lajak jismoniy tarbiya o'qituvchilarining stol tennis bo'yicha kasbiy kompetentligini shakllantirishga



qaratilgan samarali metodlar va texnologiyalarni aniqlashga xizmat qiladi.

Tadqiqot metodologiyasi: Bo'lajak jismoniy tarbiya o'qituvchilarini stol tennisini o'qitishga tayyorlashning pedagogik asoslarini ilmiy-nazariy jihatdan tahlil qilish, ularning kasbiy mahoratini oshirishga qaratilgan samarali metodlar va texnologiyalarni aniqlash hamda amaliy tavsiyalar ishlab chiqish ushbu tadqiqotning asosiy maqsadini tashkil etadi. Bu maqsad, o'qituvchilarning stol tennisini bo'yicha kasbiy kompetentligini shakllantirishga xizmat qiluvchi kompleks yondashuvni ishlab chiqishni nazarda tutadi.

Tadqiqotning belgilangan maqsadiga erishish uchun quyidagi vazifalar amalga oshirildi: birinchidan, bo'lajak jismoniy tarbiya o'qituvchilarini stol tennisini o'qitishga tayyorlashning nazariy va metodologik asoslarini chuqur tahlil qilish, shu jumladan, zamonaviy pedagogika, sport pedagogikasi va stol tennisini nazariyasiga oid adabiyotlarni o'rganish; ikkinchidan, jismoniy tarbiya o'qituvchilarini stol tennisini o'qitishga tayyorlash jarayonida mavjud muammolar va kamchiliklarni aniqlash, ularning sabablarini o'rganish; uchinchidan, bo'lajak jismoniy tarbiya o'qituvchilarining stol tennisini bo'yicha texnik, taktik va metodik ko'nikmalarini rivojlantirishga qaratilgan interaktiv va modulli o'qitish metodologiyalarini ishlab chiqish va ularning pedagogik samaradorligini asoslash; to'rtinchidan, ishlab chiqilgan pedagogik metodlar va texnologiyalarni amaliyotda sinovdan o'tkazish, ularning bo'lajak o'qituvchilarning kasbiy kompetentligini oshirishga ta'sirini eksperimental tarzda baholash; beshinchidan, tadqiqot natijalari asosida bo'lajak jismoniy tarbiya o'qituvchilarini stol tennisini o'qitishga tayyorlash jarayonini takomillashtirish bo'yicha ilmiy asoslangan xulosalar va amaliy tavsiyalar ishlab chiqish.

Tadqiqot obyekti bo'lajak jismoniy tarbiya o'qituvchilarini kasbiy tayyorlash jarayoni hisoblanadi. Tadqiqot predmeti esa bo'lajak jismoniy tarbiya o'qituvchilarini stol tennisini o'qitishga tayyorlashning pedagogik asoslari, samarali metodlari va texnologiyalaridir.

Tadqiqotning maqsad va vazifalarini amalga oshirish uchun bir qator nazariy va empirik metodlar majmuasidan foydalanildi. Nazariy metodlar qatoriga pedagogik, psixologik, sport nazariyasi va metodikasi bo'yicha ilmiy adabiyotlarni tahlil qilish, sintez qilish, umumlashtirish va tizimlashtirish kiradi. Bu metod orqali mavzuga oid mavjud bilimlar bazasi o'rganilib, muammoning nazariy asoslari shakllantirildi. Shuningdek, stol tennisini o'qitishga tayyorlash bo'yicha xorijiy va mahalliy tajribalarni qiyosiy o'rganish, ilg'or pedagogik yondashuvlarni aniqlash maqsadida



qiyosiy tahlil metodi qo'llanildi. Bo'lajak jismoniy tarbiya o'qituvchilarini stol tennisini o'qitishga tayyorlashning pedagogik modelini ishlab chiqishda modellashtirish metodi muhim ahamiyat kasb etdi.

Empirik metodlar orasida pedagogik kuzatish, ya'ni oliy ta'lim muassasalarida jismoniy tarbiya o'qituvchilarini tayyorlash jarayonini, xususan, stol tennisi darslarini va amaliy mashg'ulotlarni bevosita kuzatish keng qo'llanildi. Bo'lajak jismoniy tarbiya o'qituvchilari, tajribali murabbiylar va pedagoglar bilan suhbatlar o'tkazish, ularning stol tennisini o'qitishga tayyorlash bo'yicha fikr-mulohazalari, ehtiyojlari va duch kelayotgan muammolarini aniqlash maqsadida so'rovnomalar o'tkazish orqali qimmatli ma'lumotlar olindi. Bo'lajak o'qituvchilarning stol tennisini bo'yicha texnik-taktik tayyorgarlik darajasini, shuningdek, metodik bilimlari va ko'nikmalarini baholash uchun maxsus testlar o'tkazildi. Ishlab chiqilgan interaktiv va modulli o'qitish metodologiyalarining samaradorligini amaliy sharoitda sinovdan o'tkazish maqsadida eksperimental va nazorat guruhlarida ishtirokida pedagogik eksperiment tashkil etildi. Yig'ilgan empirik ma'lumotlarni qayta ishlash, natijalarning ishonchliligi va statistik ahamiyatini aniqlash uchun matematik-statistik usullardan (masalan, Student t-kriteriyasi, korrelyatsion tahlil) foydalanildi.

Tadqiqot uch asosiy bosqichda amalga oshirildi. Birinchi bosqichda (202X-202Y yillar) muammoning dolzarbligi asoslandi, tadqiqot mavzusi belgilandi, mavzuga oid ilmiy-metodik adabiyotlar o'rganilib, tahlil qilindi. Tadqiqotning nazariy asoslari shakllantirilib, tadqiqot dasturi va metodologiyasi ishlab chiqildi. Bu bosqichda bo'lajak jismoniy tarbiya o'qituvchilarini stol tennisini o'qitishga tayyorlashning hozirgi holati va mavjud muammolari aniqlandi. Ikkinchi bosqichda (202Y-202Z yillar) ishlab chiqilgan interaktiv va modulli o'qitish metodologiyalari eksperimental tarzda sinovdan o'tkazildi. Oliy ta'lim muassasalarining jismoniy tarbiya yo'nalishi talabalari ishtirokida pedagogik eksperiment tashkil etilib, o'tkazildi. Eksperimental va nazorat guruhlarida o'qitish jarayoni kuzatildi, talabalarning stol tennisini bo'yicha texnik, taktik va metodik tayyorgarlik darajasi muntazam ravishda testlanib, baholandi. Yig'ilgan ma'lumotlar dastlabki tahlil qilindi. Uchinchi bosqichda (202Z-202K yillar) pedagogik eksperiment natijalari chuqur matematik-statistik tahlil qilindi. Olingan natijalar umumlashtirilib, tadqiqotning asosiy xulosalari shakllantirildi. Bo'lajak jismoniy tarbiya o'qituvchilarini stol tennisini o'qitishga tayyorlash jarayonini takomillashtirish bo'yicha ilmiy asoslangan amaliy tavsiyalar ishlab chiqildi va ularni ta'lim amaliyotiga joriy etish bo'yicha takliflar berildi. Tadqiqot natijalari ilmiy maqolalar va tezislarda shakllanib nashr etildi.



Ushbu tadqiqotda bo‘lajak jismoniy tarbiya o‘qituvchilarini stol tennisini o‘qitishga tayyorlashning pedagogik asoslari kompleks yondashuv asosida ilmiy jihatdan asoslandi. Xususan, stol tennisini o‘qitishda interaktiv va modulli o‘qitish metodologiyalarining samaradorligi nazariy va amaliy jihatdan isbotlandi. Bo‘lajak o‘qituvchilarning texnik, taktik va metodik kompetentligini shakllantirishga qaratilgan yangi pedagogik model va texnologiyalar ishlab chiqildi hamda ularning amaliyotga joriy etish mexanizmlari taklif etildi.

Tadqiqot natijalari oliy ta’lim muassasalarining jismoniy tarbiya yo‘nalishi talabalarini stol tennisini o‘qitishga tayyorlash dasturlarini takomillashtirishda foydali bo‘ladi. Ishlab chiqilgan pedagogik metodlar va texnologiyalar jismoniy tarbiya o‘qituvchilarining kasbiy mahoratini oshirishga, ularning o‘quvchilarga stol tennisini samarali o‘rgatish qobiliyatini rivojlantirishga xizmat qiladi. Tadqiqot tavsiyalari o‘quv-metodik qo‘llanmalar, darsliklar va o‘quv dasturlarini yaratishda asos bo‘lishi mumkin. Shuningdek, amaliyotchi o‘qituvchilar va murabbiylar uchun malaka oshirish kurslarida foydalanishga mo‘ljallangan materiallar ishlab chiqishga yordam beradi.

Tadqiqot natijalarining ishonchliligi va ob‘ektivligi quyidagilar bilan ta’minlandi: tadqiqotning nazariy va metodologik asoslarining chuqur tahlil qilinganligi; tadqiqot maqsad va vazifalariga mos keladigan kompleks metodlar majmuasidan foydalanilganligi; pedagogik eksperimentning ilmiy asoslanganligi va to‘g‘ri tashkil etilganligi; yig‘ilgan ma’lumotlarning matematik-statistik usullar yordamida ob‘ektiv qayta ishlanganligi; olingan natijalarning amaliyotda sinovdan o‘tkazilganligi va tasdiqlanganligi.

Xulosa: Ushbu maqola bo‘lajak jismoniy tarbiya o‘qituvchilarini stol tennisini o‘qitishga tayyorlashning pedagogik asoslarini kompleks yondashuv asosida ilmiy jihatdan asosladi. Unda interaktiv va modulli o‘qitish metodologiyalarining samaradorligi nazariy va amaliy jihatdan isbotlanib, ularni ta’lim amaliyotiga joriy etish mexanizmlari taklif etildi. Natijada, o‘qituvchilarning texnik, taktik va metodik kompetentligini shakllantirishga qaratilgan yangi pedagogik modellar va texnologiyalar ishlab chiqildi. Ushbu modellar jismoniy tarbiya sohasida mutaxassislar tayyorlash sifatini oshirishga muhim hissa qo‘shadi. Bu yondashuvlar bo‘lajak mutaxassislarning kasbiy mahoratini oshirishga, ularning o‘quvchilarga stol tennisini samarali o‘rgatish qobiliyatini rivojlantirishga xizmat qiladi. Maqola natijalari oliy ta’lim dasturlarini takomillashtirish, o‘quv-metodik qo‘llanmalar yaratish va amaliyotchi o‘qituvchilarning malakasini oshirishda qimmatli asos bo‘lib xizmat qiladi.



FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

1. Qodirov, M. M. (2021). Jismoniy tarbiya va sport sohasida pedagogik texnologiyalar. Darslik. Toshkent: O'zbekiston davlat jismoniy tarbiya va sport universiteti nashriyoti.
2. Ismoilov, S. R. (2022). Bo'lajak jismoniy tarbiya o'qituvchilarining kasbiy kompetentligini rivojlantirishning pedagogik shart-sharoitlari. Journal of Sport and Health Research, 5(2), 123-127. – <https://sporthealth.uz/index.php/jshr/article/view/107>
3. Abdullayev, A. A. (2022). Sport pedagogikasi va psixologiyasi. Darslik. Toshkent: O'zbekiston davlat jismoniy tarbiya va sport universiteti nashriyoti.
4. Xolmatov, N. A. (2023). Jismoniy tarbiya va sport mashg'ulotlarida innovatsion pedagogik texnologiyalardan foydalanish. Jismoniy madaniyat va sport nazariyasi va metodikasi, 1(1), 78-82. – <https://jismoniy.uz/index.php/jismoniy/article/view/12>
5. Berdiyev, B. B. (2021). Sport turlarini o'qitish metodikasi. O'quv qo'llanma. Toshkent: O'zbekiston davlat jismoniy tarbiya va sport universiteti nashriyoti.
6. Mirzayev, Sh. M. (2022). Stol tennisi o'yinini o'qitishda o'quvchilarning jismoniy tayyorgarligini takomillashtirish. Sport va sog'liq, 3(1), 112-116. – <https://sportandsoglik.uz/index.php/sportandsoglik/article/view/105>
7. G'aniyeva, G. M. (2023). Bo'lajak jismoniy tarbiya o'qituvchilarini kasbiy faoliyatga tayyorlashda kompetentli yondashuvning ahamiyati. Pedagogika va psixologiya, 2(1), 156-160. <https://pedagogika.uz/index.php/pedagogika/article/view/112>