

**O‘ZBEKISTON RESPUBLIKASI OLIY TA’LIM, FAN VA
INNOVATSIYALAR VAZIRLIGI
FARG‘ONA JAMOAT SALOMATLIGI TIBBIYOT INSTITUTI**

YO‘LDOSHEV SOBITALI ZOXIDJON O‘G‘LI

**BO‘LAJAK SHIFOKORLAR VALEOLOGIK KOMPETENTLIGINI
JISMONIY TARBIYANING ADAPTIV TEXNOLOGIYALARI ORQALI
RIVOJLANTIRISH METODIKASI (JISMONIY TARBIYA VA SPORT
FANINI O‘QITISH MISOLIDA)**

(Monografiya)

Farg‘ona – 2025

MUNDARIJA

KIRISH	3
I-BOB. TIBBIY TA'LIM TALABALARINING VALEOLOGIK KOMPETENTLIGINI RIVOJLANTIRISHDA "JISMONIY TARBIYA VA SPORT" FANINING O'RNI VA UNING NAZARIY METODOLOGIK ASOSLARI.....	12
1.1.-§ Jismoniy tarbiya va sport fanining talabalar valeologik kompetentligini oshirishdagi o'rni.....	12
1.2.-§ Tibbiy ta'lim talabalarining valeologik kompetentligini rivojlantirishning umumiy tendensiyalari va qonuniyatlari.....	27
II-BOB. TIBBIY TA'LIMDA ADAPTIV TEXNOLOGIYALAR ORQALI TALABALARNING VALEOLOGIK KOMPETENTLIGINI RIVOJLANTIRISH TEXNOLOGIYALARI.....	40
2.1.-§ Bo'lajak shifokorlar valeologik kompetentligini rivojlantirishning zamonaviy didaktik texnologiyalari va ularning afzalliklari.....	40
2.2.-§ Adaptiv texnologiyalar va bo'lajak shifokorlarning valeologik kompetentligini rivojlantirish aspektlari.....	53
2.3.-§ Jismoniy tarbiya va sport fanida "Dynamic stirring" adaptiv modeli asosida talabalar valeologik kompetentligini rivojlantirishning o'ziga xos jihatlari.....	62
III-BOB. BO'LAJAK SHIFOKORLARNING VALEOLOGIK KOMPETENTLIGINI ADAPTIV TEXNOLOGIYALAR ORQALI RIVOJLANTIRISH BO'YICHA TAJRIBA – SINOV ISHLARI NATIJALARI VA UNING SAMARADORLIGI	76
3.1.-§ Tibbiy ta'lim talabalari valeologik kompetentligini rivojlantirish bo'yicha o'tkazilgan tajriba-sinov ishlari natijalari.....	76
3.2.-§ Tibbiy ta'limda valeologik kompetentlikni tadbiq etish natijalarining samaradorligi	87
XULOSA	111
FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO'YXATI	112

KIRISH

Dunyoda rivojlangan mamlakatlar tibbiy ta'lim tizimida har tomonlama yetuk va barkamol mutaxassislarni yetishtirishda jamiyat tomonidan belgilangan va kasbiy faoliyatdagi maqsadlarga erishishda muhim ro'l o'ynaydigan yo'nalish – bu jismoniy tarbiya va sportdir. Dunyo miqyosida inson salomatligi va uning sog'lom turmush tarziga amal qilishi, shaxs taraqqiyotining barqarorligi, jamiyatda ijtimoiy-kommunikativ faoliyatini amalga oshirishi bilan tavsiflanadigan murakkab dinamik tizim va organizmning adaptatsiya muhitiga bardoshli bo'lishiga qaratilgan ilmiy izlanishlar olib borilmoqda. Tadqiqot natijalariga ko'ra, bo'lajak shifokorlarning sog'lom turmush tarziga rioya qilishi, ularning antropometrik ko'rsatkichlari, jismoniy va ruhiy degradatsiyadan himoya qilish, organizmida sodir bo'layotgan jismoniy va ruhiy holatlarning muntazam o'zgarib borishi to'g'risida tadqiqotlar olib borilmoqda.

Dunyoning yetakchi ilmiy markazlari hamda tibbiyot oliy o'quv yurtlarida mazkur muammo bo'yicha turli tadqiqotlar olib borilmoqda, jumladan, Lund universiteti (Shvetsiya) bo'lajak shifokorlarning valeologik kompetentligini adaptiv texnologiyalar orqali rivojlantirishda va sog'lom tafakkurni rivojlantirish bo'yicha intensiv ta'lim dasturlari amalga oshirilmoqda¹. Shuningdek, Gannover tibbiyot universitetida (Germaniya) valeologik kompetentlikning shifokorlar faoliyatidagi erkin tajriba almashinuvi adaptiv texnologiyaga asoslanganligi bilan muhim ahamiyat kasb etishi bo'yicha ilmiy loyihalar olib borilayotgani diqqatga sazovordir².

Sog'lom turmush - tarzini olib borish bo'yicha dasturlarni ishlab chiqish bo'lajak shifokorlarni jamiyatda samarali faoliyat yuritishi uchun tayyorlashga, shuningdek, Respublikamizda sog'liqni saqlash hamda jismoniy tarbiya va sport sohalarini isloh qilishga, tizimni takomillashtirishga, aholi o'rtasida sog'lom turmush tarzini shakllantirishga davlat siyosatining muhim yo'nalishlaridan biri sifatida qaralmoqda.

O'zbekistonda 2025-yilga qadar sog'liqni saqlash tizimini, jismoniy tarbiya

¹ <https://www.lunduniversity.lu.se/lusat/group/v1000423>

² <https://www.hoshshulsport-hannover.de/en/>

va sportni rivojlantirish, aholining sog'lom turmush tarzini qo'llab-quvvatlash va jismoniy faolligi darajasini oshirish konsepsiyalari hamda sog'lom turmush tarzini keng tatbiq etish va ommaviy sportni yanada rivojlantirish bo'yicha chora-tadbirlar amalga oshirilmoqda.

Jahon sog'liqni saqlash tashkilotining ma'lumotiga ko'ra, jismoniy faollik hamda ovqatlanish me'yor va qoidalariga amal qilmaslik, tarkibida tuz, qand, yog'miqdori ko'p bo'lgan taom va shirinliklarni me'yoridan ortiq iste'mol qilish, shuningdek yetarli darajada vitamin va minerallar iste'mol qilmaslik oqibatida yoshlarda ratsional o'sish va aqliy rivojlanishda ortda qolish, kattalarda esa yurak qon-tomir, endokrin, xavfli o'sma kabi insonning erta o'limiga olib keluvshi qator kasalliklarning rivojlanishiga sabab bo'ladi. Binobarin, jismoniy tarbiya va sport bilan bog'liq fanlarni o'rganish jarayonida oliy o'quv yurtlari talabalarida valeologik tafakkurni rivojlantirish orqali ularda yuksak ma'naviyat va axloq, tibbiy madaniyat, sog'lom ovqatlanish, sog'lom turmush -tarzini olib borish³ tuyg'ularini tarbiyalash zarur.

O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2020-yil 6-noyabrdagi PQ-4884-son "Ta'lim-tarbiya tizimini yanada takomillashtirishga oid qo'shimcha chora-tadbirlar to'g'risida"gi, 2020-yil 10-noyabrdagi "Aholining sog'lom ovqatlanishini ta'minlash bo'yicha qo'shimcha chora-tadbirlar to'g'risida"gi PQ-4887-sonli Qarori hamda tegishli huquqiy hujjatlarda belgilangan vazifalarni amalga oshirishda ushbu dissertatsiya tadqiqoti muayyan darajada xizmat qiladi.

³ O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2020-yil 10-noyabrdagi "Aholining sog'lom ovqatlanishini ta'minlash bo'yicha qo'shimcha chora-tadbirlar to'g'risida" gi PF-4887-son farmoni. Qonun hujjatlari ma'lumotlari milliy bazasi. 11.11.2020 y., <https://lex.uz/ru/doss/5090241>

I-BOB. TIBBIY TA'LIM TALABALARINING VALEOLOGIK KOMPETENTLIGINI RIVOJLANTIRISHDA "JISMONIY TARBIYA VA SPORT" FANINING O'RNINI VA UNING NAZARIY METODOLOGIK ASOSLARI

Bugungi kunda tibbiyot oliy ta'limida jismoniy rivojlanish, jismoniy tayyorgarlik, jismoniy holat va funksional tayyorgarlikning son ko'rsatkichlari va salomatlik darajasi – ushbu yo'nalishda tahsil olayotgan talabalarning valeologik ko'rsatkichlarini belgilashda muhim ahamiyat kasb etadi. Bu jarayonda jismoniy tarbiya va sport fan sifatida ushbu ko'rsatkichlarning inson salomatligi va sog'lom hayot tarzi haqidagi bilimlar majmuasini tashkil etishi bilan muhimdir.

Ma'lumki, tibbiyot o'z oldiga turli kasalliklar tabiati, ularning kelib chiqish sabablari, kasalliklarni oldini olish va davolash vazifalarini qo'ysa, jismoniy tarbiya va sport, salomatlik tabiati, sog'lom bo'lishi sabablari, omillari va mexanizmi masalalarini yechadi. Shu munosabat bilan, jahonda salomatlikni mustahkamlash va uni saqlash eng dolzarb muammo bo'lib qolmoqda. Sog'lom inson modelini, pedagogik nazorat tizimini va jismoniy kamolotga erishishning effektiv usul va uslublarini ishlab chiqish – birlamchi vazifa sifatida e'tirof etilmoqda.

Tibbiy ta'lim yoshlarni jismonan sog'lom fikrga ega bo'lish tizimini takomillashtirishni talab etadi. Shuning uchun tibbiyot oliy o'quv yurtlarida jismoniy tarbiya fanini o'qitish tizimini qayta qurish dolzarb muammolardan biri hisoblanadi, shunki tadqiqotlarimiz natijalariga ko'ra o'qish davomida tibbiy ta'lim muassasalarida ham talabalarning salomatlik darajasi yildan yilga pasayib borayotganini ko'rsatmoqda. Hozirgi vaqtga qadar oliy o'quv yurtini bitirayotgan yosh mutaxassislar aksariyat hollarda to'liq sog'lom emas, bu esa ularning kelgusidagi ishlab chiqarish va ijtimoiy foydali faoliyatini cheklab qo'yadi, rivojlanayotgan davlatga iqtisodiy va intellektual zarar yetkazadi.

Shu munosabat bilan, tibbiy ta'lim muassasalarida jismoniy tarbiya va sportni salomatlikni saqlash va yaxshilashga, sog'lomlashtiruvchi jismoniy tarbiya turlari, uslub va usullariga, sog'lom turmush tarzi ko'nikmalarini shakllantirishga,

antropometrik ko'rsatkichlarni yaxshilashga yo'naltirilgan tizimi sifatida ko'rib chiqish zarur.

Tibbiy ta'lim talabalarida jismoniy tarbiyaning nazariy, amaliy va mustaqil mashg'ulotlariga ongli, barqaror va pozitiv munosabatlarni shakllantirishga yo'naltirilgan bo'lib, salomatlikni yaxshilaydi, o'quv jarayonlarining unumdorligini oshiradi, jismoniy madaniyat elementlarini shakllantiradi.

Jismoniy barkamollik salomatlik garovi bo'lib, u shaxsni har tomonlama rivojlantirish va yoshlarni tarbiyalashga yordam beradi. Tarbiya jarayonining bosh vazifasi - tarbiyaviy faoliyatning barqarorligini kuch aytirish, tarbiyaning yuqori natijalarini kafolatlash. Bu esa talabaning individual xususiyatlarini hisobga oluvchi pedagog shaxsiyatiga asoslanadi. Salomatlik darajasi insonning kasbiy yetukligi va ijodiy o'sishiga sabab bo'ladi.

Jismoniy tarbiya va sport faniga oid amaliy bilimlarning paydo bo'lishi, shakllanishi va rivojlanishi sharoitlarini o'rganish kelajakdagi tadqiqotlar uchun kognitiv faoliyat vektorini tashkil etuvchi aniq davrlashtirishni, ilmiy mezonlarni, aniq bilimlarni talab qiladi.

Jismoniy tarbiya va sport fanni o'zlashtirish jarayonida tibbiy ta'lim talabalarida quyidagi kompetentsiyalar shakllantiriladi:

- aholi salomatligini saqlashga to'g'ri va mas'uliyatli munosabatda bo'lish va sog'lom turmush tarzi hamda jismoniy madaniyatni oshirishga yo'naltirilgan hayotiy falsafani shakllantirish;

- valeologik faoliyatida jismoniy tarbiya va sport fanining asosiy qonuniyatlaridan foydalanish;

- sog'liqni saqlash muhitini yaratish;

- salomatlikni tashxislash shakl va metodlarini qo'llay bilish;

- aqliy va jismoniy ishchanlik holatini aniqlash;

- tabiatni asrab-avaylash, uni muhofaza qilish;

- o'z sog'lig'i va yon-atrofidagilar salomatligini saqlash;

- turli kasalliklar va zararli odatlarning oldini olish;

- sog'lom turmush tarzining tarkibiy qismlarini shakllantirish;

- OITSni tashxislash va oldini olish;
- aholi reproduktiv salomatligini mustahkamlash;
- sogʻlom avlodni shakllantirish, onalar va talabalar salomatligini muhofaza qilish;
- mikroelementlar va vitaminlar tanqisligi holatini oldini olish⁴.

Kurs boʻyicha bilim, koʻnikma va malakalarni oʻzlashtirish natijasida talabada salomatlik darajasi va sifati ortadi. Shuningdek, unda ijobiy motivatsiya rivojlanadi, sogʻlom turmush tarzi tamoyillarini egallashi orqali shaxsiy salomatligini saqlash va mustahkamlash kuchayadi, boʻlgʻusi kasbiy faoliyatida oʻzi va atrofdagilarning salomatliklarini saqlash va mustahkamlashga masʼuliyatli munosabat koʻnikmasi shakllanadi.

Talabalar sogʻlom turmush tarzini shakllantirish, jismoniy tarbiya va sport fanining nazariy-metodologik asoslari va uning pedagogik, ekologik, ijtimoiy, oilaviy yoʻnalishlari kabilar, shuningdek, taʼlimiy jarayon ishshirokchilarining sogʻligʻini saqlash va mustahkamlash asoslari bilan tanishtirish malakalariga ega boʻlishi kerak.

Jismoniy tarbiya va sport fanining rivojlanish tendensiyalarini tahlil qilish, uning tibbiy taʼlimda ratsional tafakkur rivojlanishidagi ahamiyatini oshib berish uning ilmiy-tadqiqot metodologiyasining asosini tashkil etadi va uni oʻquv jarayoniga tadbiq etish kursning tuzilishi, uslubiy mazmuni va taʼlim metodlarini tanlash masalasini birlamchi mazmunga olib chiqadi.

Bugungi kunda Oʻzbekiston tibbiy taʼlim tizimidagi islohotlardan koʻzlangan asosiy maqsad - xalqaro akademik standartlarga mos keladigan professional shifokorlarni tayyorlash orqali samarali tizimni yaratish va yangi sifat darajasiga erishishdan iborat. Bunda innovasion taʼlim klasterlari, samarali taʼlim uslublari va amaliyotlarini faol joriy etish orqali oʻquv jarayonini tashkil etish va taʼminlash muhim ahamiyat kasb etadi.

⁴ Marsel Pomohasi, Sopa Ioan-Sabin, Lusian Blaga. The Importanse of Anthropometry Measurements in Analyzing the Impast of Sports Astivities on Students // Land Forses Asademy Review 22 (1), Marsh 2017. – P.126-132.

Ma'lumki, tibbiy ta'lim muassasalarida kadrlar tayyorlashning integratsiyalashgan ixtisoslik guruhleri va yo'nalishlarini yaratish ta'lim dasturlari doirasida o'zlashtirilgan kompetentsiyalar ro'yxatini shakllantirishga yangicha yondashishni taqozo etadi. Jismoniy tarbiya va sport fani ham bundan mustasno emas va mavjud sharoit uning o'quv kursi hamda ilmiy mutaxassislik sifatidagi o'ziga xosligini aniq ko'rsatmoqda. Ushbu jarayonda jismoniy tarbiya va sport fanining ilmiy-tadqiqot va ta'lim dasturlarini integratsiyalashtirish va o'quv jarayonining ilmiy-metodik bazasini modernizatsiya qilish zarur. O'z navbatida, jismoniy tarbiya va sport hamda boshqa fanlarning ilmiy-tadqiqot usullari, muammolarini tushunish va ularni muvofiqlashtirish tibbiy ta'lim ixtisosligi bo'yicha mustaqil tadqiqot olib borish uchun zarur bo'lgan ko'nikma va malakalarning shakllanishini ta'minlaydi.

Shumer, Misr, Tibet, Xitoy, Markaziy Osiyo va boshqa mintaqalar xalqlari qadimgi davrlarda "salomatlik eliksiri" ni yaratishga katta hissa qo'shgan.

Bundan 3000 yil avval shakllangan "Avesto" da dunyoning yaratilishi, insonning xalq bo'lib kamol topishi, odamgina emas, balki bir xovuch tuproq, bir qultum suv, bir nafaslik havoning ham muqaddasligini, qisqa qilib aytganda hayot va oxirat ma'nosini odamlarga tushintiradi. Zardushtiylarda tabiat muxofazasi va muxit tozaligini saqlash, turli kasalliklarning oldini olish maqsadida sanitariya-gigiyena qoidalari amalga oshirilgan, axlatlarni bekitish, olov, issiqlik va sovuqlik yo'li bilan kiyim kechaklar va oziq-ovqatlarni zararsizlantirishni, turli giyohlarni tutatishni tavsiya qilgan. Toza suv bilan bog'liq ko'l, quduq va buloqlarga xar qanday nopok narsalarni yaqinlashtirilmagan, iloji boricha chiqindi chiqarmaslik va narsalarning buzilib, yomon hid taratishini oldini olish uchun ularni alohida ajratilgan joylarda saqlangan va yoqib yuborilgan. Talabalarning suvda suzish, kamon otish, otda yurish va yugurish bilan shug'ullanishlariga katta ahamiyat berilgan⁵.

Sharqning eng gullagan "Musulmon uyg'onish" davrida ilm-fan, xususan tibbiyot sog'liqni saqlash fani sifatida tez sur'atlar bilan rivojlandi. Bu fanning

⁵ Грандо, А.А. Врачебная этика и медицинская деонтология. – Киев: Высшая школа, 1988. – 191 с.

ko‘plab sohalari, jumladan, tibbiyot va jismoniy tarbiya va sport bo‘yicha tizimlashtirilgan asarlar yaratildi. Aniq fanlar sohasida ham, kimyo (alkimyo), tibbiyot sohasida ham ajoyib yutuqlarga erishildi. Shuningdek, inson salomatligi va uzoq umr ko‘rish muammolariga o‘rin berila boshlandi.

Valeologik nuqtai nazardan, Sharqda mashhur olim-falsafachi va tabib Abu Bakr Rabe ibn Ahmad Akvayniy Buxoriyning “Hidoyat ulmutaalimiy fit-tib” (“Tibbiyot talabalari uchun qo‘llanma”) asari jismoniy tarbiya va sport fanida muhim rol o‘ynaydi⁶.

Ilk o‘rta asrlarning yana bir muallifi Mayseriy Hakimning tibbiyot bo‘yicha 980-yilda yozilgan “Donishnoman Mayseri” (“Mayseriy bilimlari kitobi”) asarida "Diagnostika", "To‘g‘ri turmush tarzini boshqarish", "Gigiyena" kabi bo‘limlarni ko‘rish mumkin. Kitobda kasalliklarning belgilari, sog‘liqni saqlash muammolari, turli xil parhezlar uchun retseptlar va boshqalar tavsifi mavjud⁷.

Tabrizlik olim va tabib Abul ibn Rabboniyning (IX asr) “Fardavs-ul-hikmat” (“Shifobaxsh donolik bog‘i”) asarini alohida ta’kidlash mumkin. Salomatlik ensiklopediyasini ifodalovchi ushbu kitob ilk o‘rta asrlar va keyingi davrlarda shifokorlar va tabiblar uchun asosiy darslik va ma’lumotnoma bo‘lgan. Yevropada lotin tiliga tarjima qilingan tarjimaning bir nusxasi hozirgi kungacha yetib kelgan⁸.

Sharq ilm-fani, xususan, tibbiyot rivojining o‘ziga xos xususiyati inson salomatligi muammosini o‘rganish yo‘nalishlarining xilma-xilligida edi. Har bir yo‘nalishning asosi inson salomatligi va uning davomiyligiga sezilarli ta’sir ko‘rsatadigan omillar edi

Sharq tabobatida inson salomatligini davolash, saqlash va uzoq umr ko‘rish uchun kurashda bir-biridan sezilarli darajada farq qiladigan turli xil ta’sir usullari va vositalaridan foydalanilgan. Bu ko‘p jihatdan ushbu tizimning nazariy asoslarining tabiatiga, inson va uning atrof-muhitining tabiiy xususiyatlariga,

⁶ Karazin N. Formation of valeological competence in conditions of auditorium and distance learning. – Kharkov: University, 2022. -147.p.

⁷ Симонян Р. История медицины: с древнейших времен до современности. – Чебоксары: Среда, 2020. – 209.с.

⁸ Baxriyeva N. Ta’lim muassasalari mutaxassislari kasbiy kompetentligining tuzilishi // Современное образование, 2019. № 9 (82). – Б.7

shuningdek, dori vositalarini ishlab chiqarish uchun asos bo'lgan ayrim o'simliklar, hayvonlar va minerallar mavjudligiga bog'liq edi.

Taklif etilgan retseptlarda Sharq olimlari salomatlikni davolash va saqlash uchun iqlim va insonning yashash sharoitlarini hisobga olgan moddalar, turli xil damlamalar, kukunlar, o'simliklar va noyob parhez taomlaridan foydalanganlar.

Bu davrning yana bir atoqli arab olimi-ensiklopedisti Abu Bakr Muhammad ibn Zakariyo ar-Roziy (9-10-asrlar) "Al-Haviy" ("Tibning to'liq kitobi") fundamental asarini yaratdi.

Abu Bakr bemorni dori-darmon bilan emas, balki parhez bilan davoladi va shu orqali tibbiyotning muhim yo'nalishlaridan biri – bugungi kunda jismoniy tarbiya va sport fanining asosiy bo'limiga aylangan dietatikaga asos soldi. U yosh va o'rta yoshdagi talabalarga dori-darmonlarni buyurish muammosiga alohida ehtiyotkorlik bilan yondashdi, ba'zida dori-darmonlarni yozishdan qochadi. Bunday hollarda Abu Bakr dori-darmonlar o'rniga meva va kerakli oziq-ovqatlarni ma'lum bir ketma-ketlikda iste'mol qilishni tavsiya qilgan.

Abu Bakr bemorlarning yoshi, individual va fiziologik xususiyatlarini hisobga olgan holda davolanishni yo'lga qo'ydi. Uning fikricha: "Xastaliklarni parhez bilan davolagan shifokor baxtlidir".

Sharqda jismoniy salomatlik rivojiga Ali ibn Abbos Medjusiy Ahovaziy (IX asr) ham katta hissa qo'shgan. Uning "Komil-us-sinoat" ("Shifo san'atida mukammallik") asari lotin tiliga tarjimada saqlanib qolgan. Muallif bu asarida Abu Bakr singari salomatlikni asrash maqsadida to'g'ri ovqatlanishga, turli turdagi spirtli ichimliklar, giyohvand moddalar va boshqa moddalarni turmush tarzidan chiqarib tashlashga asosiy e'tiborni qaratgan.

Abu Ali ibn Sino (980-1037) - O'rta Osiyoning o'rta asrlar davrida yashab ijod etgan eng mashhur qomusiy alloma va mashhur mutafakkiridir. U o'z asarlarida dunyoqarash va ilg'or tibbiy g'oyalarini oshib berishni maqsad qilmagan, balki uning she'rlari va didaktik qissalari asosida o'z davriga xos valeologik qarashlar haqida ijtimoiy-pedagogik fikr-mulohazalar bayon qilingan. U

nafaqat, buyuk hakim va mutafakkir, balki ayni vaqtda o'z davrida sog'lom turmush - tarzini rivojlantirishga katta hissa qo'shgan alloma hisoblanadi⁹.

Abu Ali ibn Sino 1000 yil oldin "Sog'lom kishilarning sog'lig'i" to'g'risida asar yozgan va uning ahamiyati hozirgi kunda ham nafaqat saqlanib qolgan, balki "eng muhim va eng dolzarb" masala deb, dunyo olimlari tomonidan tan olinmoqda. Ibn Sino o'z davrida fanlarning deyarli barcha sohalarida chuqur iz qoldirdi. "Tib qonunlari" kitobining birinchi qismidagi sog'liqni saqlash tadbirlari xaqidagi maxsus fanida inson salomatligini saqlashga aloqador omillar to'g'risida so'z yuritib," bunda asosan quyidagi yetti narsani mo'tadil qilishga ko'proq e'tibor berish kerak: mijozni mo'tadil qilish, yeyiladigan va ishiladigan narsalarni tanlash, gavnani chiqindidan tozalash, to'g'ri tuzilishni saqlash, burunga tortiladigan havoni yetarli va yaxshi qilish, kiyimli narsalarni yaxshilash, jismoniy va ruhiy xarakatlarni mo'tadil qilish shu xarakatlar jumlasiga ma'lum darajada uyqu va uyg'oqlik ham kiradi" deb ta'kidlagan. Olimning fikricha sog'liqni saqlashning asosiy tadbiri badan tarbiya, keyin ovqat tadbiri va uyqu tadbirlari hisoblanadi: "Badan tarbiya kishini chuqur va ketma-ket nafas olishga majbur qiluvshi ixtiyoriy xarakatdir, mo'tadil ravishda va o'z vaqtida badan tarbiya bilan shug'ullangan odam buzilgan xiltlar va mizoj tufayli keluvshi kasalliklarning davosiga muxtoj bo'lmaydi". Badan tarbiya turlariga o'zaro tortichish, yoydan o'q otish, tez yurish, nayza otish, sakrash, qilishbozlik, kurash va boshqalarni kiritadi. Ovqatlanish tartibi xaqida so'z yuritib, "Ovqatni ishtaha bilan yemoq va ishtahani qaytarmaslik lozim. Qishda issiq, yozda sovuq yoki iliq ovqat yeyish lozim. Juda to'yib va to'lib ovqat yeyish va ichish hamma xolda ham o'ldirguvchidir" deydi. Gavnaga eng zararli narsa me'dada ovqat etish masdan va hazm bo'lmasdan turib, yana ovqat kiritishdir deb ta'kidlangan. Uyqu vaqtida dastlab biroz muddat o'ng tomon bilan keyin 10 shar tomon bilan, so'ngra yana o'ng tomon bilan yotish kerak. Shuni bilish kerakki, yostiqni baland qo'yib yotish ovqatning hazm bo'lishiga yordam

⁹Грандо, А.А. Врачебная этика и медицинская деонтология. – Киев: Высшая школа, 1988. – С.191.

beradi. Ibn Sino keksalarda ovqatni “ kam-kam va ikki yoki uch marotaba” ovqat xazmiga qarab iste’mol qilishni buyuradi¹⁰.

Ibn Sino falsafasining muxim tarkibiy qismi inson va uning salomatligi bo‘lib, uning fe’l-atvori faqat shaxsiy xususiyatlari bilan emas, balki uni o‘rab turgan va faoliyatining muayyan qirralarini izoxlaydigan shart-sharoit, ijtimoiy tarixiy voqelik ta’siri bilan belgilanishi ta’kidlanadi. Atrofimizni o‘rab turgan mavjudlik bir yaxlit olamdan iborat bo‘lib, shaxs uning kichik bo‘lagi hisoblanadi. Ibn Sino insonlarni bilim va ma’rifat o‘chog‘ini yoqishga, har bir masalaga ilmiy, aqliy yondashishga, rostgo‘y vijdonli bo‘lishga, fan madaniyatini egallashga, xullas, insoniylikning eng yaxshi xislatlarini o‘zida aks ettirib, mujassamlashtirishga va inson degan ulug‘ nomni yanada ko‘tarishga chaqiradi¹¹.

Ibn Sino “Tib qonunlari” asarida insonlardan uch raydigan ko‘plab kasalliklarni davolashga ichora buyuradi. U asosan kasallikni ko‘zg‘atuvchi xavo hamda suvga katta e’tibor beradi. Uning suv orqali o‘tuvchi ko‘zga ko‘rinmas jonivorlavr xaqidagi farazlari diqqatga sazovordir. Shu sababli ham suvni qaynatib, suzib iste’mol qilishni ta’kidlaydi, shunki qaynoq suv qorinni kamrok shishiradi va organizmda tezroq tarqaladi. Ayniqsa zaharli xavo nafas orqali tortilsa, odamga chechak, o‘lat kasalligi yuqishi mumkinligi, sog‘liqni saqlash xaqidagi bildirgan fikrlari, insonlarning jismoniy mashqlar bilan shug‘ullanishi, ovqatlanish va uxlash tartibi xaqidagi allomaning qimmatli fikrlari xozirgi kunlarda ham o‘z qiymatini yo‘qotmagan. Uning fikricha inson muntazam ravishda jismoniy mashqlar bilan shug‘ullanib turishi, ovqatlanish va uxlash jarayonida rejimga rioya qilsa, kishi xech qachon kasal bo‘lmaydi. Jismoniy mashqlar badanda ortiqcha moddalar yig‘ilib qolishiga xalaqit beradi, pay va nervlarni mustaxkamlashga xizmat qiladi, kasallikning oldi olinadi. Albatta, har bir jismoniy mashq insonlarning yoshiga, shart-sharoitiga mos ravishda olib borilishi ta’kidlanadi.

¹⁰ Abu Ali ibn Sino. Tib qonunlari.1-jild -Toshkent: Sharq, 2020. -138.

¹¹ Kadirova M. Tibbiy ta’lim jarayonida kasbiy kompetentlikni metodik takomillashtirish texnologiyalari (tibbiyotda pedagogikani o‘qitish misolida). Pedagogika fanlari doktori ... diss. – Namangan., 2023. – B. 115.

Shu bilan bir qatorda, badanni toza tutishga ahamiyat berishni va hammom, massaj, ichki kiyimlarni doimo almashtirib turishni maslaxat beradi. Abu Ali ibn Sino talabalar tarbiyasi uning salomatligi to'g'ri ta'lim tarbiya berish usullari xususida ham kelajak avlodlarga ko'p qimmatli fikrlari va ilmiy izlanishlari natijalarini qoldirgan. Shu sababli ham biz mutafakkirni xaqli ravishda pediatriya fani asoschilaridan biri deb atashimiz mumkin.

Ibn Sino o'zining "Tib qonunlari" asarida talaba tarbiyasi va gigiyenasi to'g'risida bir qancha asosli fikrlarni yozib qoldirgan. Bu sohada Ibn Sino tabibliklarni ko'proq tarbiyashiga o'xshab ketadi. Ibn Sino o'z tibbiy maslaxatlarida nafaqat insonni sog'-salomatligini saqlab qolishgina emas, balki uning xulq-atvorini yaxshilanishiga ham katta e'tibor qaratishni ta'kidlaydi. Onalarga hali talaba tug'ilmasidanoq uning tarbiyasiga tayyorgarlik ko'rishni maslaxat beradi. Tug'ilgandan keyin esa talaba fe'l atvorini o'rtacha saqlash zarurligini uqtiradi. Talabani tarbiyalash va voyaga yetkazish mobaynida uni xadeb jig'iga tegmaslik, jaxlini chiqarmaslik, qo'rqitmaslik, xafa qilmaslik, qayg'u va uyqusizlikdan saqlash kabi holatlarga e'tibor berish zarurligini ham uqtirib o'tadi. Talabani mana shu xolatlarda e'tibor qaratib parvarishlagan taqdirda talaba to'g'ri o'sadi, bora-bora bu odatlar unga malaka bo'lib qoladi.

Ibn Sino tabiblarga har qanday kasallikka aloxida-aloxida hamda har tomonlama yondoshishni maslaxat beradi, jigar kasalligini parxez bilan davolash masalasini ilgari suradi. Bu xil kasalliklarga Ibn Sino mayiz, anjir, anor suvi kabilarni iste'mol qilishni tavsiya qilib, medisina tarixshilarining fikriga ko'ra, u xuddi kelajakdagi glyukoza va insulinlarni oldindan faraz qilgan bo'ladi. Shunki anor suvining insulinsimon ta'sir kuchi mavjudligini ta'kidlaydi.

Ibn Sino insonning uyg'unligi tabiatining tarafdori bo'lgan holda, insonning to'g'ri turmush tarzini olib borishini, sog'lig'iga zarar yetkazadigan har qanday narsadan voz kechishni salomatlikning zaruriy sharti deb bilgan.

U inson hayotining to'rtta rivojlanish davrini o'z ichiga olgan davrlashtirishni ilgari suradi.

- 1- davr - tug‘ilgandan 30 yoshgacha (inson salomatligining o‘sishi va shakllanishi davri).
- 2- davr - 30 yoshdan 40 yoshgacha (yoshlik davri).
- 3- davr - 40 yoshdan 60 yoshgacha (kamolot davri).
- 4- davr - 60 va undan ortiq yoshdan (keksalik davri)¹².

Ibn Sino ta’limotida uning qarish jarayonida organizmda sodir bo‘ladigan turli biologik jarayonlarga munosabatiga e’tibor qaratiladi. Ushbu jarayonni tushuntirishning o‘ziga xosligi va ilmiy yondashuvi zamonaviy fan yutuqlari bilan tasdiqlangan. Qarishning biologik jarayonini tushuntirib, u shunday deb yozadi: “Bu (organizm) boshidanoq eng muhim ahamiyatga ega. Bizning tanamizda paydo bo‘ladigan qurib ketish - bu oldini olish mumkin bo‘lmagan zaruratdir. Qarigan organizmda suvsizlanish jarayonlari sodir bo‘ladi. Bu suyak to‘qimasida va terida suvning sezilarli darajada kamayishi tufayli yuzaga keladi¹³.”

Ko‘plab tadqiqotlarga asoslangan zamonaviy jismoniy tarbiya va sport Ibn Sinonining o‘rta asrlarda qilgan xulosalarini tasdiqlaydi. Ozarbayjonlik taniqli faylasuf, matematik, munajjim, tabiatshunos, yadro fizigi, shoir, tibbiyot fanining rivojiga hissa qo‘shgan 13-asrning tabibi - Nosiriddin Tusiy (1201–1274). Qomusiy bilim sohibi Tusiy o‘z kashfiyotlari bilan ilm-fanning deyarli barcha sohalarini boyitdi. Uning Yevropa Uyg‘onish davridagi ilmiy kashfiyotlari samarasidan Yevropa va boshqa qit’alar olimlari foydalandilar. Uning falsafa, matematika, tabiatshunoslik, pedagogika, axloq, shuningdek, sog‘lom turmush tarziga oid ko‘plab asarlari hozirgi fan darajasidan oldinda edi¹⁴.

Valeologik nuqtai nazaridan N. Tusiyning “Axloqi Nosiriy” (“Nosir axloqi”) va “Adab-ul-mutaallimin” (“Talabalar xulqi”) fundamental asarlari katta ahamiyatga ega. Yuqoridagi asarlar 700 yildan ortiq vaqt davomida axloqiy va valeologik mazmundagi asosiy darslik bo‘lgan. Jumladan, unda talabalar

¹² Abu Ali ibn Sino. Tib qonunlari.3-jild -Toshkent: Sharq, 2020. -58.

¹³ Abu Ali ibn Sino. Tib qonunlari.2-jild -Toshkent: Sharq, 2020. -125.

¹⁴ Magner M., Kim J. A history of medisine. – Washington: Taylor & Fransis group, 2018. – p.417

salomatligi va tarbiyasi bilan bog‘liq ko‘plab ijtimoiy, iqtisodiy, falsafiy, axloqiy, psixologik, pedagogik muammolar yoritiladi¹⁵.

Yaqin va O‘rta Sharq mamlakatlarida Tusiy qadimgi yunon falsafasining ilg‘or g‘oyalarini qadimgi fors ta‘lim nazariyasi, inson va tabiat taraqqiyotining klassik qonuniyatlari bilan uzviy bog‘lab, valeologik xarakterdagi g‘oyalarning paydo bo‘lishiga, fanga, inson faoliyatining ta‘lim va ijtimoiy sohalariga kirib kelgan noyob asarning yaratilishiga sababchi bo‘ldi. U inson ruhiyati, aql-zakovati, ongi, tafakkuri va nutqini nazarda tutgan holda, inson qalbi muammosini chuqur o‘rgandi, ma‘naviy va jismonan sog‘lom, har tomonlama barkamol shaxsni tarbiyalash g‘oyasini ilgari surdi.

N.Tusiy inson salomatligiga katta ahamiyat berib, tabobat insonning jismoniy fazilatlarini shakllantirishga, uning salomatligini mustahkamlashga hissa qo‘shishi, insonning o‘zi ham uning sog‘lig‘iga va unga ta‘sir qiladigan barcha narsaga e‘tibor qaratishi, nimaning zararli ta‘siridan saqlanishi kerak, deb hisoblaydi.

Tusiyning mulohazalari zamonaviy talabalar pedagogikasi, psixologiyasi va jismoniy tarbiya va sport tadqiqotchilarining natijalariga to‘g‘ri keladi. N. Tusiy talabalarni tarbiyalash va valeologik masalalarida talabalarning yoshi, qiziqishlari, moyilligi va sog‘lig‘i darajasini hisobga olish lozimligini ta‘kidlaydi¹⁶.

Xulosa qilib shuni ta‘kidlash lozimki, IX-XIII asrlarda Sharq, xususan, Markaziy Osiy olimlarining jismoniy salomatlik, valeologik bilimlar rivojiga qo‘shgan hissasi juda qimmatlidir. Aynan shu davrda Sharq olimlari sog‘lom turmush tarzining asosiy tamoyillarini ilgari surdilar hamda pedagogika, psixologiya va jismoniy tarbiya va sport kabi fanlarga asos soldilar.

Ilmiy texnik taraqqiyot va zamonaviy texnologiyalarning paydo bo‘lishi, jismoniy tarbiya va sport fanini rivojiga sabab bo‘ldi. Tabiblar kasalliklarni erta bosqichlarda aniqlashga, uning sababini topishga va eng muhimi – profilaktik

¹⁵ Komilov N. Tibbiy ta‘lim jarayonida xorijiy talabalar eksklyuziv kompetentligini rivojlantirish texnologiyalari. Pedagogika fanlari doktori...dissertatsiyasi. -Farg‘ona.,2024. -B.53.

¹⁶ Томилова, М.В. Содержание и методы повышения квалификации специалистов по адаптивной физической культуре. Дисс...кандидат ист.наук. - Санкт-Петербург, 2014. -С.15

chora tadbirlarni o'tkazish (donozologiya) va xayot tarzini o'zgartirish orkali kasallikni oldini olishga harakat qilishgan.

Tibbiy ta'limda jismoniy tarbiya va valeologik bilimlarning rivojlanishini shartli ravishda uchta davrga ajratish mumkin:

Birinchi davr - Bu Gipokrat davridan boshlanib hozirgi vaqtgacha yakunlanmagan eng davomli davr bo'lib, jismoniy salomatlik bo'yicha ma'lumotlarni to'plash va barcha yo'nalishlarda keng ma'noda tibbiy yordamni ko'rsatish bilan bog'liq¹⁷.

Jismoniy tarbiya va sport, valeologiya to'g'risidagi aksariyat asarlar o'rta asrlarda Sharqda paydo bo'ldi. Abu Xasan al-Bayxakiy, Ibn al-Kiftiy, Ibn Abi Usaybia, Abu Bakr Ibn al-Xalikon kabi olimlar mehnatida Abu Bakr Ar-Roziy, Abu Ali ibn Sino, Sharafuddin Ilokiy, Najibuddin Samarkandiy, Ismoil Jurjoniy va O'rta Osiyodagi boshqa taniqli tabiblar xayoti va faoliyatidan qiziq ma'lumot va dalillar keltirilgan. Birok bu kabi asarlar kam va qismlari tarqalib ketgan, shuning uchun ularni jismoniy tarbiya va valeologiya sohasida ilmlar tizimi deb xisoblab bo'lmaydi. Ikkinchi davrda (XVIII asrdan XIX asrgacha) yig'ilgan ma'lumotlarni o'rganish va muhokama qilish tizimlashtirildi. Bu davrda Germaniyada K. Shpringl, V. Undirlix, G.Puch man, Yu.Pagel, A.Girsh, Fransiyadan E.Littre, Sh. Daramberlar ushbu sohada ijod qilishdi¹⁸.

Uchinchi davr – oliy ta'lim muassasalarida “Jismoniy tarbiya va sport” va valeologiyaning fan sifatida o'qitilishi bilan bog'liq. 1982 yil I.Brexman tomonidan ushbu masala birinchi marta ilgari surildi¹⁹.

Shunday qilib, tibbiy ta'limda valeologik bilimning rivojlanishiga kasbiy ta'limning turli bosqichlarida ta'lim jarayoni uchun ahamiyatli bo'lgan bir qancha metodik komponentlardan tashkil topgan jismoniy tarbiya va sport kursining fanlararo aloqadorligi natijasida erishish mumkin.

¹⁷ Kushner HI, Leighton LS. Humanities in the Twenty-First Century. - London: Palgrave Macmillan, 2013. - P. 115.

¹⁸ Московченко О.Н. Оптимизация физических нагрузок на основе индивидуальной диагностики адаптивного состояния у занимающихся физической культурой и спортом: с применением компьютерных технологий. Дисс... доктор педагогических наук. Москва, 2007. -С.58

¹⁹ Karazin N. Formation of valeological competence in conditions of auditorium and distance learning. – Kharkov: University, 2022. -129.p.

Eng muhimi, jismoniy tarbiya va sport kursini o'rganishda tibbiy ta'lim o'qituvchilari qadimgi va zamonaviy sport bir xil bilim sohasining bir-birini istisno qiladigan shakllari emasligi haqidagi tushunchani shakllantirishi kerak. Jismoniy tarbiya va sport fanining keyingi rivojlanishini belgilab bergan turli bosqichlardagi mutaxassislarning fikrlash jarayonlarini (Giprokrat, Galen, Pirogov va boshqalar) eksperimental tadqiqotlarini chuqur o'rganishi, va eng muhimi, turli davrlarda mutaxassislar klinik amaliyotining ustuvorligi - konseptual amaliyotlar bilan shambarchas bog'liq ekanligi va bu bog'liq sportning rivojlanishi uchun modelning nechog'lik ahamiyatli ekanligini tushunishi lozim bo'ladi²⁰.

Jismoniy tarbiya va sport fani ta'lim jarayonida shifokor valeologik kompetentligini rivojlantirishdagi alohida rolini belgilaydi. Shu bilan birga, jismoniy tarbiya va sport fan sifatida amaliy va fundamental tabiati, bo'lajaka shifokorning amaliyotida har bir holatni individuallashtirish zarurligiga asoslanib, uning axloq bilan yaqin aloqasi ijtimoiy o'lchovni o'zida mujassam etgan ijtimoiy-madaniy va mafkuraviy dominant g'oyalarni o'zlashtirishni talab qiladi. Bu esa sport va shifokor uchun muhim hal qiluvchi rol o'ynaydi.

Umumiy tendensiya - bu fan uchun ajratilgan soatlar miqdorini qisqartirish va tibbiy ta'lim talabalari uchun - jismoniy tarbiya va sport fanini o'quv rejasining majburiy bo'lmagan qismi sifatida tasniflashdan iborat, ya'ni talabalarda sog'lom amaliyotning aksiologik elementini shakllantirish, sog'lom fikrlash, tibbiy bilimlar tizimining birligi va uning o'zaro bog'liqligini tushunishdan boshlanadi.

O'quv rejasiga kiritilgan fanlarning o'zaro bog'liqligini oydinlashtirishga asoslangan jismoniy tarbiya va sport fanini o'qitishga tizimli yondashish – bu talabalarga yagona fan doirasida olingan bilim va ko'nikmalarni keyingi fanni o'rganish jarayonida qo'llashni o'rganish imkonini beradi, ularning salomatlik ko'rsatkichlari bo'lmish – antropometrik bilimlarini mustahkamlashga sabab bo'ladi. Hozirgi bosqichda jismoniy tarbiya va sport o'quv jarayonining mantiqiyligi va yaxlitligini ta'minlaydigan va talabalarining valeologik kompetentsiyalarini yanada rivojlantiradigan muhim kursdir. Shu munosabat bilan

²⁰ Дианкина М.С. Профессионализм преподавателя высшей медицинской школы. - М., 2000., дис. ... канд. пед. наук. - СПб., 2007. – С.158.

jismoniy tarbiya va sport fanini o'qitishda asosiy e'tibor o'quv dasturiga kiritilgan turli fanlarga oid bilimlarning tarkibiy elementlarini o'qitish va sog'lom faoliyat shakllari o'rtasidagi uzluksiz bog'liqlikni tushuntirishga qaratilishi kerak.

Jismoniy tarbiya va sport kursi tibbiy ta'lim muassasalari talabalari uchun quyidagi kompetentsiyalarni shakllantirishga yordam beradi:

1. Fasilitatsiya funksiyasi - mavzularni tushunish va o'rganishdagi qiyinchiliklarni eng ish, sog'lom turmush -tarzini amaliyotga joriy etish uchun yanada qulay shart-sharoitlarni yaratishga imkon beradi.

2. Rag'batlantiruvchi funksiyasi talabalarning valeologiyani umumiy o'rganishga bo'lgan qiziqishlarini saqlab qolish va rivojlantirishga qaratilgan. Shuning uchun jismoniy tarbiya va sport fanini tibbiy ta'lim talabalarining valeologik malakasini rivojlantirishning muhim pedagogik bosqichi sifatida tushunish maqsadga muvofiqdir.

Jismoniy tarbiya va sportning fanlararo va yaxlit funksiyasini amalga oshirish, shuningdek, kursni o'qitishda valeologik kompetentsiyaga asoslangan yondashuv o'quv jarayonining tashkilotchisi sifatida o'qituvchiga qo'yiladigan talablarga ma'lum darajada ta'sir ko'rsatadi. Auditoriya soatlari hajmining kamayib borayotgani va talabalarning mustaqil ishlari ulushi ortib borayotganligi sababli, o'qituvchilar jismoniy tarbiya va sport kursida erishilgan maqsadlarni maksimal jismoniy tarbiya va sport fanini o'qitish va umuman professional shifokorlarni tayyorlash muvaffaqiyati ko'p jihatdan o'quv jarayoni qanday muvaffaqiyatli tuzilganligi (o'qitishning asosiy usullaridan foydalangan holda va sport instituti o'quv jarayonining o'ziga xos psixologik-pedagogik talablarini hisobga olgan holda) natijasidir. Bo'lajak shifokorlarni tayyorlashda faol ijtimoiy pozitsiyani va muvaffaqiyatli intellektual faoliyatni ta'minlaydigan ong va faoliyat tamoyillari, shuningdek, tanlangan faoliyat sohasida ijodiy rivojlanish imkoniyati eng muhim tamoyil bo'lishi kerak²¹.

Jismoniy tarbiya va sport fan sifatida o'ziga xos kurs bo'lib, u nafaqat kasbiy fanlarning shakllanishi, balki o'quv dasturini tashkil etuvchi barcha fanlar

²¹ Taylor N. Health education in context: An international perspective on health education in tertiary education and local communities. – Hamilton: Sense publishers, 2022. – p.261..

o'rtasidagi munosabatlarni ham tushuntiradi. Masalan, Jismoniy tarbiya va sport tabiiy fanlar bilimiga va ratsionallik falsafiy tamoyillariga tayangan holda, anatomiya kabi asosiy sport fanlarining rivojlanish mantig'ini, uning patologik va topografik bo'linishini, shuningdek, ularning rivojlanishiga o'zaro ta'sirini tushuntiradi.

Fanning amaliy darslari davomida valeologik va professional faoliyatga imkon qadar yaqinroq bo'lgan real vaziyatlarni bajarishga va hal qilishga e'tibor qaratiladi. Misol uchun, sport mashg'ulotlarini bajarish, bu holat o'qituvchi va talabalar o'rtasida sheriklik, hamkorlik tamoyillariga rioya qilgan holda o'zaro munosabatlarni o'rnatishni ta'minlaydi. Natijada, talaba fan bo'yicha zarur bilimlar bazasini egallaydi, bu esa faoliyat samaradorligini baholash mezonini hisoblanadi.

Talabalar va o'qituvchilar o'rtasidagi o'zaro ta'lim modeli klassik an'anaviy ta'limga tegishli bo'lib, unda passiv o'qitish usullaridan tashqari, talabalarning mustaqil ishlarini rag'batlantirish uchun faol o'qitish usullaridan foydalanish mumkin. Masalan, jismoniy tarbiya va sportga oid kitoblarni o'rganish va tahlil qilish, izohli maqolalar va boshqalar.

Talabalarning o'quv mavzusi, uning kategoriyaviy aparati bilan dastlabki tanishuvi, o'rganilayotgan davrga xos bo'lgan tamoyillarni izlash va tanlash jarayonida talabalarning shaxsiy ishtiroki, sport rivojlanishini tushuntirishda faol o'qitish usullarini muvaffaqiyatli qo'llash imkonini beradi.

Sportdagi turli xil kashfiyotlar natijasida yuzaga keladigan yangi va tadqiqot muammolarini oldindan ko'rish, talabalarning individual tajribasini, ularning mavzu mazmunini chuqur tushunishini hisobga olgan holda olingan bilimlar asosida harakat qilish ko'nikmalarini rivojlantiradi.

Jismoniy tarbiya va sport fan sifatida tibbiy ta'lim talabalarining tadqiqot va o'quv-pedagogik faoliyatida maqsadlar qo'yishni tushunishning aniq misollarini ko'rsatadi va o'rgatadi. Uning asosiy vazifasi – nafaqat valeologik bilimlar uzluksizligini, balki metodologiyani tushunish va ilmiy modelning rivojlanishini, shuningdek, nafaqat o'qituvchilar va talabalar, balki mutaxassislik fanlari va jismoniy tarbiya va sport o'rtasidagi muloqotni ta'minlashdan iboratdir.

1.2.-§ Tibbiy ta'lim talabalari valeologik kompetentligini rivojlantirishning umumiy tendensiyalari va qonuniyatlari

Butun jahon sog'liqni saqlash tashkiloti tomonidan talabalarning jismoniy, ruhiy–emotsional jihatdan sog'lom rivojlanishi uchun shart–sharoitlarni yaratish masalasi har bir jamiyat kelajagi uchun ustuvor masala hisoblanishi qayd qilingan. Bo'lajak shifokorlarning sog'lom rivojlanishida jismoniy tarbiya va sport fanining ahamiyati juda kattadir.

Tibbiy ta'lim talabalarning jismoniy salomatlik darajasi va holatiga ta'sirini doimiy ravishda monitoring qilish maqsadida tadqiqotlar o'tkazish, ularning salomatligini mustahkamlash chora-tadbirlari komplekslarini ishlab chiqish nuqtai nazaridan dolzarb ahamiyatga ega xisoblanadi. Bo'lajak shifokorlarning shiniqish mashg'ulotlarining samarasi ularga qanshalik darajada jismoniy yuklamalarning to'g'ri tanlanishi, ratsional ovqatlanishi, sog'lom turmush - tarzi va to'g'ri dam olishni tashkil qilish bilan bog'liq. Ratsional ovqatlanish organizmga kerakli ozuqa moddalarini yetarli miqdorda yetkazib berish hisoblanadi.

Ta'lim jarayonida innovasion, pedagogik va axborot texnologiyalardan foydalanish orqali ta'limning samaradorligini ta'minlash - bugungi kunda eng dolzarb masalalardan biridir. Tibbiy ta'lim talabalariga jismoniy tarbiya va sport fanini o'qitish jarayonida ularni kuzatuvchanlik, valeologik kompetentlikni va ilg'or pedagogik tajribalarni mustaqil o'zlashtirishga o'rgatish, shuningdek, sog'lom bo'lish uchun zarur bo'lgan muhim ahamiyat kasb etadi. Bu o'rinda o'qituvchi tomonidan o'rgatish, tarbiyalash jarayonida diqqatni aniq taqsimlash, bilim, ko'nikmalar, psixik holatlarni boshqara olish va pedagogik texnika madaniyatini mustaqil o'zlashtirish malakalarini shakllantirishga alohida e'tibor qaratilmog'i lozim.

Pedagogik texnologiyalarga asoslangan jismoniy tarbiya va sport fanini o'qitish jarayonida o'qituvchi va talaba faoliyati doirasi aniq belgilanadi, ta'limni tashkil etishning aniq texnologiyasi ko'rsatiladi.

Shuningdek, tibbiy ta'lim talabalari kompetentligini oshirishda valeologik texnologiyalardan foydalanish orqali ularning bilim olishi va kasbiga nisbatan ma'suliyati oshiriladi va mashg'ulot davomida talabalarning nazariy, klinik, tahliliy, ijodiy va zamonaviy fikrlashi mukammallashtiriladi. Shuning uchun ham innovasion ta'lim texnologiyalarini jismoniy tarbiya va sport fanini o'rganish jarayoniga tadbiq etish - bugungi kunning eng muhim shartidir.

Bugungi kunda yurtimizning yangilanish davrida davlatimizning siyosiy, iqtisodiy va ijtimoiy-madaniy istiqbollari, ham madaniy jixatdan, ham ijtimoiy jixatdan rivojlangan mutaxassisni shakllantirishni talab qiladi. Bu esa tibbiy ta'lim talabalarining bo'lajak shifokor sifatida insonparvarlik, ma'naviy bilimga, qadriyatlarimizga, o'zini o'zini anglashga, egallayotgan sohasining tub ma'nosini anglashga hamda eptangi kunga ishonsh, o'z qadrini anglash, ichki dunyo, zamonaviy bilimlarga intilish, faol hayotga qodir bo'lgan ijodkorlik, yangi kasbiy bilimlarni iqtisodiy va ijtimoiy-madaniy vaziyat yangiliklariga kiritish uchun zarurligini bildiradi.

Shuning uchun ham bugun tibbiy ta'lim sohasini rivojlantiradigan, tibbiy madaniyatni targ'ib qiluvchi o'quv jarayonini tashkil etish eng muhim vazifalardan biriga aylanishi kerak, ya'ni oliy tibbiy ta'lim tizimida jismoniy tarbiya faqat sport tadbirlari majmuasi sifatida qurilmasligi kerak, balki professor-o'qituvchilar va talabalarning o'zaro munosabati va hamkorligi sifatida murakkab hayot muammolarini hal qilish qobiliyatini rivojlantirish sifatida qaralmog'i kerak.

Tibbiy ta'lim sohasini isloh qilish milliy tibbiy ta'lim tizimini modernizatsiya qilish yo'nalishida amalga oshirilmoqda, ya'ni sog'liqni saqlash va ta'limning o'zaro aloqasi, tibbiy ta'lim qanday bo'lishi kerakligi, aholi salomatligini mustahkamlashdagi o'rni haqida munozaralar birlamchi ahamiyat kasb etmoqda. Zero, zamonaviy tibbiy ta'lim - hamma uchun oshiq bo'lishi, doimiy yuqori sifatga ega bo'lishi, ko'p qirrali, zamonaviy texnologiyalarga asoslangan, sog'liqni saqlash ehtiyojlarini ta'minlashga qodir bo'lishi zarur.

Yuqoridagilarga ko'ra, oliy tibbiy ta'limni modernizatsiya qilish muammolarini o'rganishda tibbiy ta'lim talabalarining bo'lajak mutaxassis

sifatidagi kasbiy-madaniyatini rivojlantirishga alohida e'tibor qaratish zarur. Buning uchun tibbiy ta'lim talabalarining kasbiy madaniyatini rivojlantirish, kasbiga doir sadoqat tuchunchasini uyg'otish, mas'uliyatli bo'lishga o'rgatish zarur.

Tibbiy ta'lim sohasida jismoniy tarbiya va sport fanini tashkil etish, sport turlari bo'yicha o'quv mashg'ulotlari tashkil etish va o'tkazish, sport turlariga oid harakatlarga o'rgatish, jismoniy tarbiya va sport sohasiga oid vositalar, tamoyillarni qo'llash, harakatlarga o'rgatish, yosh davrlariga nisbatan vosita va uslub tanlash, jismoniy yuklamalarni miqdor va sifat jihatidan boshqarish va individuallashtirish, jismoniy mashg'ulotlarni rejalashtirish, nazorat va tahlil qilib borish, sport faoliyatining asosiy tomonlarini boshqarish, tibbiy sport sohasidagi ilmiy- tadqiqot ishlarini olib borish bilan bog'liq kompleks masalalar majmuasini qamrab oladi.

Jismoniy tarbiya va sport moduli dasturi davlat ta'lim standarti asosida tuzilgan va o'quv rejaning klinik oldi moduli blokiga taalluqli bo'lib, sport oliy o'quv yurtlarida o'qitiladigan barcha tibbiy fanlarni o'qitishda bog'lovshi bo'g'im sifatida talabalarining ilmiy tafakkuri, keng dunyoqarashini shakllantirish va rivojlantirish, tibbiy kasbiy etika tamoyillari asosida tarbiyalash uchun xizmat qiladi.

Fanni o'qitishdan maqsad - kadrlar tayyorlash milliy dasturini amalga oshrish, xar tomonlama jismonan yetuk mutaxassislar tayyorlash, bakalavrga ushbu fan yo'nalishida olib borilayotgan izlanishlar to'g'risida ma'lumot berish

Fanning vazifasi:

- sport o'yinlari, futbol, voleybol, basketbol, qo'l to'pi o'yinlarida xujum va ximoya taktikasi va texnikasi bilan tanishtirish.
- o'yinlarda qo'llanadigan turli usullar, fintlar bilan amaliy tanishtirish.
- hakamlik qilish malakalarini shakllantirish.
- musobaqalar o'tkazish usullarini va nizomlarini tuzishga o'rgatish.

Fanning vazifasi - talabalarda sport o'yinlar fanini o'tkazish bo'lajak mutaxassislarga o'yinlarni tashkil qilish, taxlil qilish, o'yin texnikasi hamda taktikasini o'rgatishdan iborat.

Umumiy kompetentsiyalar

- dunyoqarash bilan bog'liq tizimli bilimlarga ega bo'lishi;
- gumanitar va ijtimoiy-iqtisodiy fanlar asoslarini, joriy davlat siyosatining dolzarb masalalarini bilishi, ijtimoiy muammolar va jarayonlarni mustaqil tahlil qila olishi;
- tabiat va jamiyatda kechayotgan jarayon va hodisalar haqida yaxlit tasavvurga ega bo'lishi, tabiat va jamiyat rivojlanishi haqidagi bilimlarni egallashi hamda ulardan zamonaviy ilmiy asoslarda hayotda va o'z kasb faoliyatida foydalana bilishi;
- insonning boshqa insonga, jamiyatga va atrof muhitga munosabatini belgilovshi huquqiy hamda ma'naviy mezonlarini bilishi, kasb faoliyatida ularni hisobga olib bilishi.

Tibbiy ta'lim talabalari fanni o'rganish orqali quyidagi kasbiy kompetentsiyalarga ega bo'lishi lozim:

- Tibbiyot sohasidagi kasbiy bilimlarni qo'llash;
- axborot yig'ish, saqlash, qayta ishlash va ulardan foydalanish usullarini egallagan bo'lishi, o'z kasb faoliyatida mustaqil asoslangan qarorlar qabul qila olishi;
- tegishli bakalavriat yo'nalishi bo'yicha raqobotbardosh umumkasbiy tayyorgarlikka ega bo'lishi;
- yangi bilimlarni mustaqil egallay bilishi, o'z ustida ishlashi va mehnat faoliyatini ilmiy asosda tashkil qila olishi;
- sog'lom turmush tarzi va unga amal qilish zaruriyati to'g'risida ilmiy tasvur hamda e'tiqodga, o'zini jismoniy chiniqtirish o'quv va ko'nikmalariga ega bo'lishi lozim;

- tanlangan sport turi uchun dolzarb hisoblangan pedagogik nazorat va korreksiya texnologiyalari, inson jismoniy holatini boshqarish vositalari va usullarini qoʻllay olish;

- rejaviy va hisobot hujjatlarini tuzish, ommaviy jismoniy tarbiya tadbirlarini hamda sport musobaqalarini tashkil qila olish qobiliyati;

- jismoniy tarbiya va sport sohasidagi davlat va jamoat boshqaruv organlari hujjatlarini amaliy qoʻllay olish;

- quyi tarkibiy boʻlimlarda tezkor ish rejalarini tuzish va ularning bajarilishini taʼminlay olish;

- innovasion gʻoyalardan foydalanishga tayyor boʻlish.

Aytish lozimki, ushbu kompetentsiyalar orqali tibbiy taʼlim talabalari kelajakda shifokor sifatida faoliyat yuritishi uchun kerakli koʻnikmalarga ega boʻladilar.

Tibbiy taʼlim talabalarining yuqoridagi kabi kompetentsiyalarga ega boʻlishida, albatta, jismoniy tarbiya va sport fani muhim ahamiyat kasb etadi.

Ushbu kompetentsiyalar tibbiy taʼlim talabalarining kelgusida jismoniy tarbiya va sport fanini valeologiya, sport tibbiyoti, rehabilitologiya fani bilan integratsiya qilgan holda oʻrganishda muhim ahamiyat kasb etadi.

Jismoniy tarbiya va sport fanini oʻqitish jarayonida talabalarni boʻlajak shifokorlar sifatida tayyorlashning maʼnaviy – maʼrifiy, ijtimoiylashuv komponentlaridan foydalanish, davlat taʼlim standartining maxsus talablari, oʻquv dasturlari, amaliy mashgʻulotlar uchun tuzilgan uslubiy koʻrsatmalar, dars jarayonida yuzaga keladigan muammolarni modellashtirish hamda hal qilish xususiyatlaridan kelib chiqib belgilangan.

Ushbu qonuniyatlar va tendensiyalarni aniqlash oliy tibbiy taʼlim sohasidagi jismoniy tarbiya va sport fanining global vazifasi, innovatsion pedagogik tizimlarni asoslash bilan bogʻliqdir, yaʼni jismoniy tarbiya va sport fanini innovatsion metod orqali oʻqitish tizimini joriy etish - oʻqitish tamoyillari va prinsiplariga asoslanadi. Oʻqituvchilar va talabalar faoliyatini tartibga soluvchi eng muhim jihat - insonparvarlashtirish, taʼlim mazmunining ilmiy mohiyati, mavjudligi va izchilligi,

o'qitish metodikasining ko'rinishi, uning deontologik va kasbiy yo'naltirilganligidadir.

Bugun mamlakatimizda milliy tibbiy ta'lim sohasini modernizatsiya qilish, tibbiy ta'limga xalqaro ta'lim standartlarini joriy qilish bo'lajak shifokorlarni aholi salomatligini muxofaza etishga o'rgatish bo'yicha kompleks ilmiy tadqiqotlar olib borish, shuningdek, tibbiy ta'limda ta'lim olayotgan yoshlarga ma'naviy – ma'rifiy samarali tizimini yaratish bo'yicha izchil ishlarni amalga oshirish masalalari hukumatimiz tomonidan qabul qilinayotgan qaror va farmonlarda o'z aksini topmoqda.

2019 – 2025 yillarda O'zbekiston Respublikasining sog'liqni saqlash tizimini rivojlantirish konseptsiyasiga muvofiq, shuningdek, sport va farmasevtika ta'limi va ilm – fani tizimini yanada takomillashtirish, uning amaliy sog'liqni saqlashga integratsiya qilinishini ta'minlash hamda tibbiy yordam ko'rsatish darajasini oshirish maqsadida:

- birlamchi sport – sanitariya yordami muassasalari uchun umumiy amaliyot vrachlari ichida ehtiyoj yuqori bo'lgan tor mutaxassisliklar bo'yicha shifokorlarni tayyorlashni tashkil etish;

- sport va farmasevtika kadrlarini tayyorlash va uzluksiz kasbiy ta'limini jarayonlariga o'qitishning kredit – modul tizimini joriy etish;

- sport va farmasevtika kadrlari malakasini oshirish va qayta tayyorlash tizimining markazlashtirilishiga barham berish, ularning uzluksiz kasbiy ta'lim bilan to'liq qamrab olinishini ta'minlash;

- sport va farmasevtika kadrlarini qayta tayyorlash va malaka oshirish kurslarida o'qitish jarayonlarini monitoring qilish va shaxsiy hisobga olishni ta'minlash;

- sport va farmasevtika ilm - fanini, shuningdek, sog'liqni saqlash sohasidagi innovatsiyalarni jahon darajasigacha rivojlantirib, ularni ilmiy maydoniga integratsiya qilishini ta'minlash;

- kadrlar tayyorlash, ta'lim, ilm - fan va amaliyotni integratsiya qilishning uzluksizligini ta'minlash maqsadida sport va farmasevtika muassasalarining klinikalari, o'quv - ishlab chiqarish bazalarini rivojlantirish ko'zda tutilgan²².

Yuqorida qo'yilgan vazifalardan kelib chiqib, tibbiy ta'limda o'quv – tarbiya jarayonini tashkil qilishda zamonaviy tendensiyalarga yondoshishimiz talab etiladi hamda tibbiy ta'lim talabalarida valeologik kompetentlikning o'rni va ahamiyatini tahlil qilamiz.

Jismoniy tarbiya va sportning fan sifatida shakllanishi va rivojlanishini o'rganish uchun biz ijtimoiy – madaniy mexanizmlar sifatida tarixiy rivojlanishni, rivojlanishiga ta'sir ko'rsatadigan, ta'lim jarayonida fanlararo aloqalar asosida individual g'oyalarni tanlash va o'rganishga e'tibor qaratishimiz zarur.

Demak, jismoniy tarbiya va sport fanini o'qitish orqali har tomonlama rivojlangan, valeologik kompetentlikka ega shifokorlarni tarbiyalashimiz lozim.

Oliy tibbiy ta'limda bo'lajak shifokorlarni jismoniy tarbiya va sport fani orqali valeologik kompetentligini rivojlantirish masalalariga yondoshar ekanmiz, tibbiy ta'lim talabalarining kasbiy – ma'naviy, ahloqiy fazilatlarini masalalarini ham tadqiq etish zarur.

Kasbiy ma'naviyat shaxsning ta'lim-tarbiya jarayonida uning faoliyatida axloqiy talablarini qay darajada ekanligi va qay darajada singdirilishi bilan tavsiflanadi. tibbiy ta'lim talabalarini kasbiy ma'naviyat me'yorlari bilan muayyan munosabatlarga kirishib, ularda o'zining axloqiy mohiyatini anglaydi hamda uning tarbiyalanganlik darajasi madaniyati bilan belgilanadi.

Tibbiy ta'lim muassasalarida ta'limning maqsadi - bo'lajak shifokorning shaxsiy va kasbiy shakllanishi, uning umumiy madaniyatini oshirish, o'zini o'zi tarbiyalash jarayonlarini boshlash, shu asosda tibbiy madaniyatni shakllantirish va rivojlantirishdir.

Tibbiy ta'lim muassasalarida talabalar valeologik kompetentligini rivojlantirish muammolarini hal qilish uchun bo'lajak shifokorlarni o'z ustida

²² Qonun hujjatlari ma'lumotlari milliy bazasi. 07.12.2018 й., <https://lex.uz/doss/4096197>

ishlashi, o‘z – o‘zini tarbiyalashi, tibbiy etika qoidalariga amal qilishi, kasbiy bilim, malakalarga ega bo‘lish ko‘nikmalarini shakllantirish zarur.

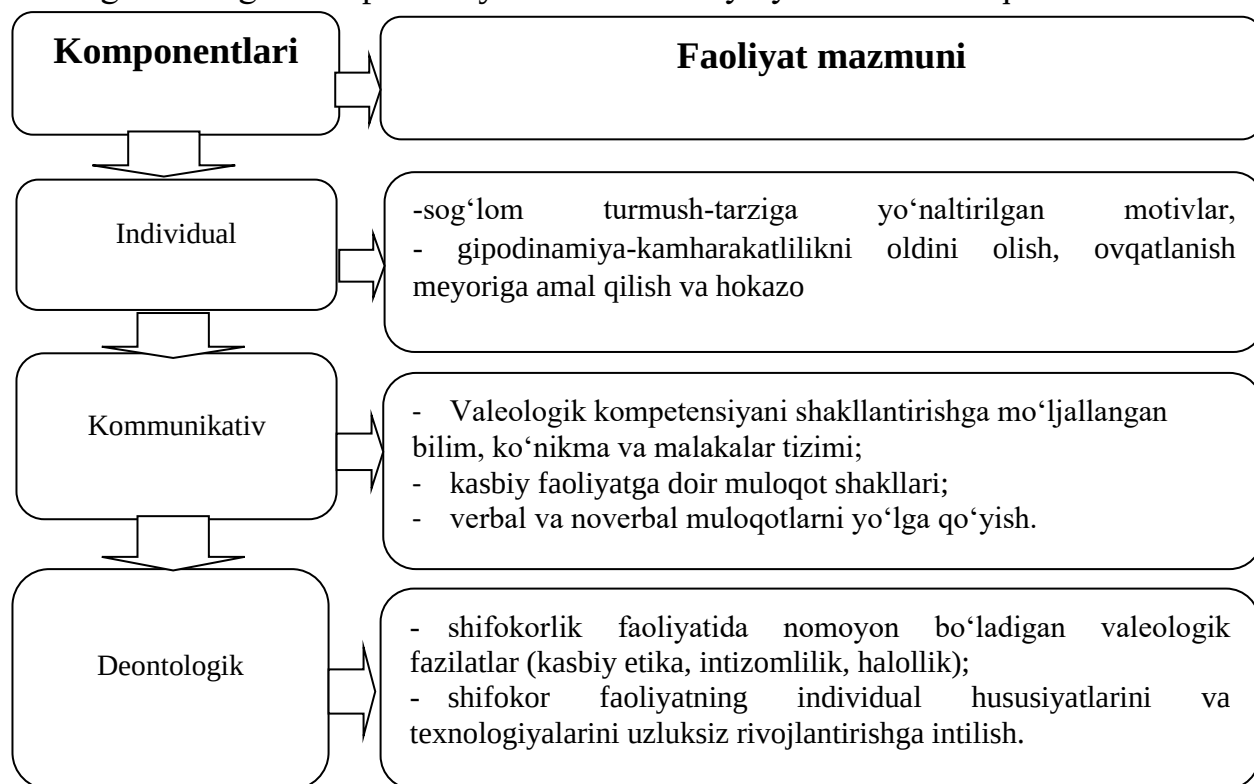
Shuningdek, tibbiy ta’lim jarayoni bo‘lajak shifokorlarda madaniy, ijtimoiy, axloqiy va kasbiy rivojlanishining birligini anglatuvchi shifokor shaxsini har tomonlama rivojlantirishida namoyon bo‘ladi.

Tibbiy ta’lim muassasalarida o‘quv jarayoniga qo‘yiladigan bunday talablar zamonaviy jamiyat va davlatning ruhiy, kasbiy va madaniy yo‘naltirilgan, shuningdek, o‘zgaruvchan ijtimoiy va tabiiy muhitda yashaydigan shaxsni shakllantirishga qaratilgan ijtimoiy buyurtmasi bilan belgilanadi.

Bu jarayonda valeologik kompetentsiyalar axloqiy fazilatlarning bir ko‘rinishi sifatida kognitiv jarayonning mohiyati va shaxsni rivojlantirishda uni amalga oshirish xususiyatlarini ochib berishi lozim. Bo‘lajak shifokorning valeologik kompetentligi - uning bilimlari, ko‘nikmalar, tamoyillar va e’tiqoddan iborat bo‘lib, bu fazilatlarni amalga oshirish ko‘nikmalari va qobiliyatlari, bo‘lajak shifokorning kundalik faoliyatida namoyon bo‘ladi.

Valeologik kompetentsiyalarning o‘ziga xos xususiyatlari:

Birinchidan, uning mutaxassislik xususiyatiga ega ekanligida va kasbiy faoliyatning mazmuni bilan o‘z egallagan sohasiga kirisha olishida. Bundan tashqari, deyarli tibbiy ta’lim talabalari bo‘lajak shifokor sifatida hech bir ijtimoiy faoliyati uning ta’siridan tashqarida bo‘lmaydi. O‘zi yolg‘iz qolganda ham, inson o‘zining valeologik kompetentsiyalar ta’sirida o‘ylaydi va harakat qiladi.



1.2-Rasm. Tibbiy ta'lim talabalari valeologik kompetentligini rivojlantirish komponentlari

Ikkinchidan, bo'lajak shifokor valeologik kompetentligi uning ongi, hissi, irodasida ham namoyon bo'lib, uni o'z sohasiga doir sog'lom turmush -tarzini olib borishga qarorlar qabul qilishiga ta'sir ko'rsatadi.

Uchinchidan, valeologik kompetentsiyalar shaxsning dunyoqarash darajasiga, shaxsiy javobgarlik hissiga bevosita bog'liq. Umumiy ma'noda, bo'lajak shifokorning valeologik kompetentligi uch tarkibiy qism asosida shakllanadi. Bular – kasbiy ma'naviyat, kasbiy axloq va kasbiy madaniyatdir²³.

Valeologik kompetentsiyalar bu – shifokorning ma'lum bir faoliyat me'yorlari, tushunchalar va mulohazalarning sub'yektiv anglangan ifodasidir. Inson hayotida u insonning sog'lom faoliyati shakli sifatida namoyon bo'ladi.

Ushbu ilmiy tadqiqotimizda valeologik kompetentsiyalar va kasbiy faoliyat tarkibiy qismlarining o'zaro uyg'unligida jismoniy tarbiya va sport fani orqali tibbiy ta'lim talabalarining bo'lajak shifokor sifatida madaniyatining mohiyatida o'z ifodasini topadi. Shu sababli, har bir talaba o'zining kasbiy va valeologik kompetentligi uchun shaxsiy - ma'naviy javobgarlikni his qilishi lozim. O'z oldiga qo'ygan maqsadlarini o'zi belgilashi, qaror qabul qilishi, shaxsiy xulq-atvorni rejalashtirishi hamda o'ziga bog'liq bo'lgan kasbiy faoliyatning asosiy bo'g'inini anglab yetish, shuningdek, yuksak professionallikni yuksak kasbiy madaniyatga, ijtimoiy faollik, shaxsiy ishonch, ongli motiv va odatiy xatti-harakatlar normalariga aylantirish - bugungi kunda oliy tibbiy ta'lim muassasalarining asosiy tarbiyaviy vazifasidir.

²³ Baxriyeva N. Ta'lim muassasalari mutaxassislari kasbiy kompetentligining tuzilishi // Современное образование, 2019. № 9 (82). -Б.7.

Tibbiyot xodimining valeologik kompetentligi hamda kasbiy fazilatlarini hamda ularni namoyon bo'lishining o'ziga xos xususiyatlarini tahlil qilish doirasida biz jismoniy tarbiya va sport fanining ijtimoiy va kasbiy munosabatlar alohida sohasi sifatida aniqlash mumkin, deb hisobladik. shifokorlik kasbi – bu maxsus tayyorgarlik, tajriba natijasida olingan maxsus tibbiy nazariy bilimlar va amaliy ko'nikmalar to'plamiga ega bo'lgan mutaxassisning mehnat turidir²⁴.

Olimlar tomonidan jismoniy tarbiya va sport sohasida tadqiq etilgan ilmiy ishlarga tayanib, valeologik kompetentsiyalar - tibbiy ta'lim talabalarining kelajakdagi kasbiy faoliyatini tartibga soluvchi, uning samaradorligini ta'minlovchi va muayyan holatlarda tibbiy bilim hamda ko'nikmalarni qo'llashga yo'naltiruvchi hamda cheklovchi ichki, korporativ axloqiy me'yorlardir, deb ta'kidlash mumkin.

Bizning fikrimizcha, tibbiy ta'limda bugungi kunda jiddiy muammolardan biri - bu tibbiy ta'lim talabarlari uchun kelgusidagi faoliyat texnologiyasining yetarli darajada rivojlanmaganligidir. Shu sababli, talabalar kasbiy madaniyatini va valeologik kompetentligini jismoniy tarbiya va sport orqali rivojlantirish - zamonaviy texnologiyalarni (yangi pedagogik vositalar, psixologik qarashlar, usul va shakllar) ko'proq qo'llashga, zamonaviy ijtimoiy-iqtisodiy, ma'naviy va ma'rifiy sharoitlarni, shifokorlarning ma'naviy qarashlarini rivojlantirishga javob beradigan dolzarb masala ekanligini ta'kidlash joiz.

Tajriba-sinov ishlari jarayonida tibbiy ta'lim muassasalari talabalarida so'nggi uch yil ichida olib borilgan o'quv – tarbiyaviy ishlar rejasini o'rganib chiqib, talabalarning darsdan tashqari vaqtini, bo'lg'usi shifokor shaxsini, o'quv tarbiya jarayonida tibbiy madaniyatini rivojlanishi manfaatlaridan sifatli va oqilona foydalanish muammosi dolzarb, degan xulosaga keldik.

Umuman olganda, jismoniy tarbiya va sport fanida shifokorning valeologik kompetentsiyasi muhim ahamiyat kasb etib, sport xodimlarining bemorlar, ularning qapindoshlari, shuningdek, davolash jarayonida shifokorlarning o'zaro

²⁴ Kadirova M. Tibbiy ta'lim jarayonida kasbiy kompetentlikni metodik takomillashtirish texnologiyalari (tibbiyotda pedagogikani o'qitish misolida). Pedagogika fanlari doktori ... diss. – N., 2023. – b. 113.

munosabatlari bilan bog‘liq bo‘lgan holda, madaniy-axloqiy munosabatlarini qamrab olinishidir.

Mamlakatimizda amalga oshirilayotgan islohotlar natijasida shifokorning mavqeyi, kasbiy faoliyatini amalga oshirish uchun zarur bo‘lgan omil, shuningdek, shifokorlarga va umuman, sog‘liqni saqlashga qo‘yiladigan talablar ortadi. Ammo ijtimoiy shakllanishidan qat’iy nazar, muvaffaqiyatli davolanishning sharti sport kasbining insoniy mohiyati – azob-uqubatlarni yengillashtirish va bemorga yordam berish istagi bilan belgilanadigan muayyan axloqiy tamoyillarga muntazam rioya qilish talabi qo‘yib kelingan va shunday bo‘lib qoladi. Shunki davolanishning ushbu majburiy tamoyiliga amal qilinmasa, kasbiy ma’naviy-axloqiy me’yorlarga rioya qilish haqida gap bo‘lishi ham mumkin emas.

Bir qator adabiyotlar tahlili va olimlarning jismoniy tarbiya va sport fanini rivojlantirishdagi qarashlari valeologik kompetentsiyalar mezonlarini aniqlash imkonini berdi:

- motivatsion mezon – ushbu mezon tibbiy ta’lim talabalarini ongli ravishda kasbiy faoliyatining mazmunidan kelib chiqib, uni fanlarni, jumladan, Jismoniy tarbiya va sport fanini o‘zlashtirishga tibbiyotdagi zamonaviy bilimlarni o‘zlashtirishga, professionalizmni rivojlantirishga turtki bo‘ladi. Bu mezon tibbiy ta’lim talabarlari bo‘lajak shifokor sifatida atrof-muhitga va jamiyatga bo‘lgan munosabatini o‘zgartiradi.

- kognitiv mezon – ushbu mezon tibbiy ta’lim talabalarining jismoniy tarbiya va sport fanini o‘rganish jarayonidagi ma’naviy – axloqiy g‘oyalarini va uning tushunchalarini to‘liqligi va hajmini hamda ular o‘rtasidagi bog‘liqligini ta’minlaydi.

- shaxsiy mezon – talabalarni jismoniy tarbiya va sport fani orqali tayyorlash jarayonida kasbiy fazilatlarni maxsus aspektini shakllantirish, jumladan insoniylik, intiluvchanlik, ma’suliyatlilik va boshqalar.

- faoliyat mezon – ushbu mezon tibbiyot sohasida qabul qilingan jismoniy tarbiya va sportga doir qarorlar, me'yorlarga amal qilish hamda muntazam ravishda o'z ustida ishlab borishdan iborat²⁵.

Shunday qilib, oliy tibbiy ta'limda talabalarining bo'lajak shifokor sifatida valeologik kompetentligini ularga jismoniy tarbiya va sport fanini o'qitish va mutaxassisligi doirasida pedagogik jarayonni tashkil qilish orqali rivojlantirish mumkin.

Xulosa qilib shuni aytish mumkinki, jismoniy tarbiya va sport fanini o'rganish davomida tibbiy ta'lim talabalarining bilim, tasavvur va ko'nikmalari asosida mustaqil ishlash samaradorligini oshirish, ularni ilmiy fikrlashga o'rgatish, o'quv faniga qiziqishini kuch aytirish, kasbiy bilimlarini chuqurlashtirish, nazariy va amaliy mashg'ulot mobaynida faolligini kuchaytirish muhim ahamiyatga ega. Bunday faoliyatda fanning didaktik imkoniyatlarining ulushi kattadir.

Qolaversa, talabalarni jismoniy tarbiya va sport fani orqali valeologik kompetentligini shakllantirishda hamda ularning tibbiy madaniyatini rivojlantirishda tibbiyot oliy o'quv yurtlari o'quv jarayonida alohida e'tibor berilib, uning uslubiy ta'minoti to'la yaratilishi zarur.

II BOB. TIBBIY TA'LIMDA ADAPTIV TEXNOLOGIYALAR ORQALI TALABALARNING VALEOLOGIK KOMPETENTLIGINI RIVOJLANTIRISH TEXNOLOGIYALARI.

Hozirgi kunda didaktik ta'lim texnologiyalarning ilmiy-nazariy asoslarini o'rganish, ularni tibbiy ta'limda jismoniy tarbiya va sport fanini o'qitish jarayonlariga tadbiq etish zaruriyati dolzarb masalalardan biriga aylanmoqda. Talabalarga bilim berishning maqsadi, vazifalari, mazmuni, uslubiy talablariga ko'ra fan, texnika va ilg'or texnologiya yutuqlaridan unumli foydalanish bugungi ta'lim tizimi oldida turgan dolzarb muammolardan biri hisoblanadi.

Didaktik ta'lim texnologiyalari ta'lim jarayonida talabalarda bilimga ishtiyoq va qiziqishlarini oshirish, bilimlarni mustahkam o'zlashtirish, ulardan amaliyotda

²⁵ Kadirova M. Tibbiy ta'lim jarayonida kasbiy kompetentlikni metodik takomillashtirish texnologiyalari (tibbiyotda pedagogikani o'qitish misolida). Pedagogika fanlari doktori ... diss. – N., 2023. – B. 177.

erkin foydalanish ko‘nikma va malakalarini rivojlantirishlariga yordam beradi va yuqori samaradorlikka erishishga olib keladi, ya’ni jismoniy tarbiya va sport fanini o‘qitishda ta’lim texnologiyalarini har bir darsning didaktik vazifasidan kelib chiqib tanlash maqsadga muvofiq sanaladi.

Tibbiy ta’lim jarayonida jismoniy tarbiya va sport fanini o‘qitishda talabalarni valeologik kompetentlikka ega shaxs etib tayyorlashda rivojlantiruvchi metodikalarni qo‘llash mumkin. Masalan, jismoniy tarbiya va sportga oid nostandart mashqlarni bajaradi, muammolarni hal qiladi, ularni tahlil qiladi va bu orqali talaba ba’zi yangi yechim usullarni eslab qoladi va qo‘llaydi.

Ma’lumki, bo‘lajak shifokorning valeologik kompetentligi uchun yangi yo‘nalishlarni shakllantirish, ularning didaktik imkoniyatlarini o‘rganish – tibbiy ta’lim tizimida uchinchi avlod standartlariga o‘tish va o‘qitishning umumiy metodologiyasi, o‘ziga xos uslub hamda texnikasini ham qayta ko‘rib chiqishni talab etmoqda.

Mamlakatimizning jahon hamjamiyatiga integratsiyalashuvi, sportning turli sohalaridagi integratsion jarayonlar ilmiy-intensiv texnologiyalarning rivojlanishi bilan birgalikda rivojlanmoqda.

Oliy tibbiy ta’limning hamma bosqichlarida va ijtimoiy taraqqiyotning barcha sohalarida axborot hamda bilimning o‘rni oshib bormoqda. Axborot jamiyatida bilim, malaka inson hayotidagi ustuvor qadriyatlarga aylanib bormoqda. Ohirgi yillarda tibbiy ta’lim muassasalari talabalarining valeologik rivojlanishini rag‘batlantiradigan, uning potensial imkoniyatlarini faollashtiradigan hamda tanqidiy fikrlashni shakllantiradigan ta’limning bu turiga yo‘nalish tobora keng tarqalmoqda. Ushbu turdagi mashg‘ulotlar doirasida talaba o‘zini o‘quv-bilish faoliyatining faol sub’ekti sifatida namoyon etadi.

Tibbiy ta’lim talabalariga jismoniy tarbiya va sport fanini o‘qitish mobaynida ularning valeologik kompetentligini rivojlantirish didaktik modelining o‘ziga xos xususiyatlarini ajratib ko‘rsatib o‘tamiz.

Didaktik model valeologik, amaliy aqliy harakatlarning bosqichma-bosqich rivojlanish nazariyasi hamda muammoli ta'lim nazariyasiga asoslangan bo'lib, u o'z navbatida 2 muhim maqsadni o'z ichiga oladi:

Birinchisi, jismoniy tarbiya va sport fanini o'rganishda talabalarning bilimlarni o'zlashtirish jarayonini ongli ravishda valeologik boshqarishga yo'naltirib, e'tiborini tafakkur hamda aql madaniyatining faol, mustaqil rivojlanishiga qaratadi.

Ikkinchisi, valeologik fikrlashga, o'z-o'zini rivojlantirishga undaydi, chunki talabaning o'zi muammoni o'zi hal etishi, yangi harakat usulini topishi lozim. Bu nazariyaga asoslanib, talabalar bilim faoliyatining evristik hamda valeologik darajasiga qaratiladi. Misol uchun, talaba "Yengil atletika" mavzusini o'rganishining turli bosqichlarida quyidagi funksiyalarni bajaradi. Avvaliga u asosiy tushunchalarning konturlarini belgilashga hamda ularning ierarxiyasi, didaktik aloqalarini aniqlashga yordam beradi, ya'ni qisqa masofalarga yugurish, 4x10 m ga moksimon yugurish, 60 m. ga yugurish, 100 m.ga yugurish, 400 m.ga estafetali yugurish. Nayza uloqtirish. Notekis bo'lgan joylarda uzoq masofalarga kross yugurish, to'g'ri nafas olish, kuch ni teng taqsimlash va chidamlilikni oshirish, yadro uloqtirish kabi vazifalarni bajaradi. Bu esa uning sog'lom turmush-tarzini olib borishida, valeologik kompetentligini rivojlantirishda muhim ahamiyat kasb etadi²⁶.

Ushbu didaktik model o'quv jarayonida talabalarning valeologik faolligini rivojlantirishning ob'ektiv zarurati hisoblanib uni nazariy, amaliy jihatdan samarali amalga oshirish uchun pedagogik shart-sharoitlarning yetarli darajada rivojlanmaganligi o'rtasidagi ziddiyatlarning oldini olishga yordam beradi²⁷.

Bunday shakldagi didaktik model tuzilishidan maqsad - talabalarning o'quv jarayonida valeologik kompetentligini rivojlantirish sharti sifatida alohida ajratilib ko'rsatiladi. Talabalarning valeologik faolligini rivojlantirish maqsadini ochib berganda, biz uning asosiy xususiyatlaridan kelib chiqib, ishga yondashamiz.

²⁶ Liliana-Elisabeta Radua, Fatih Hazarb, Alexandru-Rareş Punis. Anthropometris and Physisal Fitness Sharasteristiss of University Students // Prosedia - Sosial and Behavioral Ssienses, № 149, 2014. -P. 798.

²⁷ Популо Г. М. Педагогические условия формирования здорового образа жизни студентов в зависимости от характерологических свойств личности: Дис. ... канд. пед. наук. – Самара, 2006. –С. 125.

Psixologik hamda pedagogik nuqtai nazardan, maqsad faqat mantiqiy emas, balki yangi bosqichlar, mexanizmlarni kognitiv jarayonga kiritishga asoslangan ta'lim mazmunini assimilyasiya qilish jarayonini tashkil etishning o'zgarishi bilan bog'liq bo'ladi. Bunda jamiyatning valeologik salohiyatini rivojlantirishga, har bir talabaning imkoniyatlaridan to'liq foydalanishga maqsadli ta'sir etilib, asosiy didaktik maqsad - o'quv jarayonida talabaning valeologik qobiliyatini rivojlantirish uchun uslubiy tizim yaratish orqali tibbiyot tizimining dolzarb muammolarini hal etishga ko'maklashadi, ya'ni talaba jismoniy tarbiya va sport fanini o'rganish orqali kelajakda sog'lom turmush -tarzi olib borishning kamchiliklari va yutuqlarini tahlil qiladi.

Yuqoridagilardan kelib chiqib, jismoniy tarbiya va sport fanini o'qitishda quyidagi didaktik vazifalarni belgilab oldik:

- talabalarning refleksiv valeologik faoliyat usullari hamda texnikasi bilan qurollantirish;
- talabalarning valeologik tafakkurini rivojlantirish;
- talabalarning kognitiv faolligini rag'batlantirish;
- yangi bilimlarni o'zlashtirgan talabalar hamda ularni valeologik jihatdan qo'llash²⁸.

Jismoniy tarbiya va sport fanini tibbiy ta'lim talabalariga o'rgatish davomida ularning valeologik kompetentligiga alohida e'tibor berish muhim ahamiyat kasb etadi. Misol uchun, kasbiy-amaliy jismoniy tayyorgarlik bo'yicha mavzular doirasida "Stol-tennisi qoidalarini o'zlashtirish, joy tanlash, raketka ushlash qoidalari. Sharni o'yinga kiritish, qabul qilish va uzatish usullari" mavzularini o'zlashtirish davomida tibbiy ta'lim talabalarining valeologiya haqidagi fikrlari, ular faoliyatining ijobiy jihatlariga oid ma'lumotlar orqali ular faoliyatida motivatsion komponent shakllanadi, ya'ni valeologik o'zlashtirish asosida amalga oshiriladigan bo'lajak professional faoliyatning qadriyatlari, maqsadlariga, o'quv jarayonida o'z kasbiy rivojlanishiga ongli munosabatni ifodalovchi dominant

²⁸ Рахимова Ю.Э. Формирование профессиональной компетентности учащихся медицинских колледжей. Автореферат дисс. канд. пед. наук.- Тошкент, 2012. -С.12.

motivlar tizimi yaratiladi. Valeologik faoliyat tarkibidagi kognitiv komponent faoliyatda, zamonaviy ta'lim jarayoni kontekstida uning har xil ko'rinishlarida namoyon bo'ladi. Ushbu komponent quyidagi bilimlarni o'z tarkibiga oladi:

- nazariy, shu jumladan, valeologik faoliyatni amalga oshirish shakllari, tamoyillari, maqsadlari, mazmuni, usullari hamda shakllari haqidagi bilimlar;
- valeologik faoliyatning mohiyatini bilishni metodologik, odamning atrofidagi dunyo bilan munosabatlarini o'z ichiga olgan usullaridan biridir;
- texnologik, rivojlanayotgan o'quv texnologiyalari hamda ularni amalga oshirish haqidagi bilimlarga asoslangan²⁹.

Kognitiv komponentni valeologik faoliyat tarkibidagi tahlili bilim, ko'nikma hamda ularni shakllanishining mezon ko'rsatkichi sifatida ajratishga imkoniyat beradi.

Jismoniy tarbiya va sport fanini o'qitish jarayonida talabalarning faol kognitiv faoliyati jarayonida shakllantirilishi lozim bo'lgan har bir komponent uchun zarur bo'lgan ko'nikmalarni ajratib o'tamiz:

- 1) o'z-o'zini tarbiyalash orqali valeologik faoliyat haqidagi bilimlarini to'ldirish, chuqurlashtirish hamda rivojlantirish;
- 2) asosiy maqsadni aniqlab, matndagi asosiy muammolarni sarlavha bo'yicha ajratib ko'rsatish;
- 3) Jismoniy tarbiya va sport fanini mukammal bilishi hamda ularni umumiy kasbiy tayyorgarligi bilan bog'lay olishi;
- 4) mavzu bo'yicha materiallarni tanlash, tizimlashtirish hamda uning asosida elementar tadqiqotlarni o'tkazish³⁰.

Jismoniy tarbiya va sport fanida konstruktiv komponent quyidagi ko'nikmalarni o'z tarkibiga oladi:

- 1) Valeologik faoliyatga oid reja tuzish, uning asosida hayot tarzini olib orish;

²⁹ Юзликаев Ф.Р. Теория и практика интенсификации дидактического подготовки будущего учителя в системе высшего педагогического образования (на материале педагог. дисц.): Автореф. дисс. докт. пед. наук. -Тошкент: 2005. – С.18.

³⁰Filipe Rodrigues. Anthropometris Measures, Mussle Resistanse, and Balanse in Physisally Astive students // Physisal Astivity and Exercise: Pressription, Measurement, and Testing. № 6, 2021. -P.124

2) Mavzularni mantiqiy qismlarga ajratish, har birining asosiy fikrini aniqlash;

3) Jismoniy tarbiya va sportga oid bilimlar asosida taqdim etilgan materialni tayyorlash hamda umumlashtirish³¹.

Jismoniy tarbiya va sport fanini o'rganish mobaynida talabalarda quyidagi ko'nikmalar shakllanadi:

1) o'zlari hamda guruhdoshlarining bilimlari, harakatlariga yetarlicha baho berish;

2) boshlash, tugatish, to'xtatish, yo'nalishni (mavzuni) o'zgartirish, mashqni davom ettirish

3) jismoniy tarbiyani asosiy tushunchalari va usullari;

4) sodda mashqlar majmuasini tuza olishi;

5) hozirgi zamonda jismoniy tarbiya va sportning o'rni va roli;

6) sport anjomlari bilan ishlashda texnika havfsizligi va gigiyenasini bilish³².

Tashkiliy komponent quyidagi ko'nikmalar bilan ifodalanadi:

1) individual ishni tashkil etish;

2) o'rtoqlariga yordam berish;

3) darsdan tashqaridagi mustaqil ta'limga oid muhokamalarda ishtirok etish³³.

Valeologik ko'nikmalarning shbu tuzilmasini aniqlash jismoniy tarbiya va sport darslarida mazkur ko'nikmalarni samarali hamda sifatli shakllanishini ta'minlash uchun o'quv mashg'ulotlari tizimini loyihalashtirishga o'tishga asos bo'ladi.

Jismoniy tarbiya va sport fanida talabalarining valeologik kompetentligini rivojlantirishda o'qituvchining didaktik faoliyati quyidagilarni o'z tarkibiga oladi:

³¹ Saramisiu J, Arsella D, Desai MS. History of medicine in medical school curriculum // Anesthesia history, 2015. №1 (4). – P.42

³² Vania Brandão Loureiro, Arlindo Morais, João Leal. Anthropometric Measures, Aerobic and Muscular Fitness: Effect of An Exercise Program Applied in High School Context // Journal of Sport and Health Research 12(3), October 2020. -P. 374

³³ Степанова, Л.А. Особенности профессиональной подготовки учителя в государственных учебных заведениях России (начало XX в.) / Л.А. Степанова // Педагогика. – 2011. № 3.– С. 85.

-valeologik faollikni rivojlantirish uchun talabalar faoliyatini ragʻbatlantirish;

-talabalarning valeologik faolligining rivojlanish darajasini diagnostikasi;
- jismoniy tarbiya va sport fanini oʻqitish jarayonida talabalarning valeologik faolligini rivojlantirish uchun mashqlar tizimini ishlab chiqish³⁴.

Shakllari:

- individual hamda guruhli tarbiyaviy vazifalarni bajarish;
- oʻyinlardan foydalanish;
- loyihalarni amalga oshirish;
- valeologik faollikni rivojlantirish boʻyicha jamoaviy ishlar;
- valeologik vazifalarni bajarish;
- katalog³⁵.

Usullari:

evristik, muammo qidirish, axborotli, reproduktiv, tadqiqot usuli

Talabalarning faoliyati:

- oʻquv-bilish faoliyatining usullarini ishlab chiqish hamda ularni bilimlarni oʻzlashtirishda qoʻllash;

- valeologik faollikni rivojlantirish vazifalarini bajarish³⁶;

Shakllari:

- valeologik vazifalarni guruh, juftlik bilan bajarish;
- valeologik vazifalarni bajarish;
- valeologik loyihalar;
- frontal
- valeologik faollikni rivojlantirish boʻyicha jamoaviy ish³⁷.

Usullari:

- talabalarning valeologik topshiriqlarni bajarish boʻyicha mustaqil ishlari;

³⁴ Jarosław Fugiel, Katarzyna Koshan-Jasheć, Dawid Koźlenia and Jarosław Domaradzki. Shanges in Anthropometris Measurements and Physisal Fitness of Polish Students in 20-Year Period // International Journal of Environmental research of Publis Health 2022, № 19 (24). - P. 45.

³⁵ Komilov N. Tibbiy taʼlim jarayonida xorijiy talabalar eksklyuziv kompetentligini rivojlantirish texnologiyalari. Pedagogika fanlari doktori...dissertatsiyasi. -Fargʻona.,2024. -B.153.

³⁶ Howell JD. An elestive sourse in medisal history. Asademis Medisine, 1991. №11. –P.139.

³⁷ Poʻlatova Sh. Tibbiy taʼlim talabalarini kasbiy faoliyatga tayyorlashda kommunikativ kompetentligini rivojlantirish texnologiyasi. Pedagogika fanlari nomzodi (PhD) ... diss. – N., 2022. – B.114.

- elementlarni yangi vaziyatga o'tkazish bo'yicha mashqlarni bajarish;
- valeologik faoliyatni izlash; sintetik; miya bo'roni; nominal guruhlar usuli.

Oliy ta'lim tizimini qayta qurish hamda talabalarni o'qitish sifatini yaxshilash - talabalarni o'quv jarayonida mustaqil, valeologik, didaktik faoliyatni qo'llab-quvvatlaydigan, rag'batlantiradigan turli xil o'qitish usullarini ishlab chiqish hamda qo'llash bilan bog'liq. Shu munosabat bilan, o'quv jarayonida talabalarining valeologik faolligini rivojlantirish mezonlarini aniqlash muammosi paydo bo'ladi.

Pedagogik hodisalarning shakllanish ko'rsatkichlarini ajratish har qanday ilmiy izlanish doirasida qiyin muammo sanaladi. Umumlashtirilgan rejada valeologik kompetentlik mezonlarini, qarorni qabul qilish, maqsadlarini belgilash, o'z faoliyatini tahlil etish, o'zgaruvchan holatlarni hisobga olgan holda sozlash qobiliyati deb hisoblash mumkin.

Didaktik faoliyat ko'nikmalarining ta'rifiga asoslanib (bilimga, ijodkorlikka, talabaning individualligi hamda hokazolarga bog'liqlik), biz talabalarining oliy ta'limda o'qish jarayonida valeologik kompetentligining rivojlanish mezonlari hamda darajasini aniqladik:

- motivatsion-qiymat - mavzuga yo'naltirish, qiziqish, o'z-o'zini tashkil etish, o'zini rivojlantirish hamda valeologik g'oyalarni amalga oshirish qobiliyati, kasbiy o'zini-o'zi tasdiqlash, madaniyatlararo muloqotda talabaning namoyon bo'lishi;

- kognitiv - talabalarining amaliy mashqlarni o'zlashtirishdagi faolligi, intellektual tashabbus, kognitiv ijodkorlikning namoyon bo'lishi, valeologik tafakkurning takomillashishi, mavzu bo'yicha o'quv materialini o'zlashtirishning izlanish qobiliyati;

- operativ faoliyat - valeologik qobiliyat hamda ko'nikmalarni rivojlantirish, yangi faoliyatning ma'lum usullarini mustaqil kombinasiyasi, tahlil etish, xulosa chiqarish qobiliyati, ko'nikmalari, shuningdek, valeologik faoliyatlarni (evristik metodlar, assosiativ mexanizmlar hamda boshqalar) amalga oshirish bo'yicha

yangi bilimlarni to'plash hamda tajriba orttirish faolliklarining rivojlanish darajalari aniqlab olindi³⁸.

Ushbu mezonlarga muvofiq jismoniy tarbiya va sport fanini o'qitish jarayonini quyidagi didaktik faoliyat darajalari aniqlandi:

Birinchi daraja – (past) bu valeologik faoliyatga qiziqish, uzoq hamda katta intellektual sa'y -harakatlarni talab etadigan amaliy vazifalariga duch kelganda, salbiy his-tuyg'ular tajribasi hamda valeologik kompetentlikning yo'qligi bilan tavsiflanadi. Valeologik faollik faol, lekin motivlar dominant emas deganidir, ya'ni ular o'qituvchi tomonidan modellashtirish uchun mo'ljallangan.

Ikkinchi daraja – (o'rta) bu daraja reproduktiv faol uslub, faoliyat talabalari guruhiga xosdir. Amaliy jihatdan, u jismoniy tarbiya va sport faniga oid ma'lum mashqlarni bajarishi mumkin, faoliyatda – bu tayyor texnikalarni o'zlashtirishdir. Bunday holda, valeologik faoliyat ijobiy his-tuyg'ular bilan birga keladi, lekin ular valeologik kompetentlikdan kelib chiqmaydi. O'qituvchining nazorat qiluvchi roli saqlanib qolgan.

Uchinchi daraja – (yuqori) valeologik kompetentlikka ega talabalar faoliyati. Topshiriqlarni bajarishga qiziqish ro'y beradi. Bu daraja o'z-o'zini o'qitish, o'zini anglash jarayonida valeologik kompetentsiyaga ega va faol ishlash ko'nikmalarining rivojlanishi bilan tavsiflanadi. Bu o'qituvchining murakkab o'quv muammolarini hal etishda ahamiyatsiz ishtiroki bilan sodir bo'ladi.

Demak, talabalar valeologik kompetentligini rivojlantirishning didaktik ko'rsatkichlari - ta'lim jarayonining samaradorligini ta'minlaydigan asosiy vositadir.

Ma'lumki, tibbiy ta'limda sportni o'qitish modeli (yagonalik modeli, ikkilanganlik modeli, aralash model, konsorsium, franshayzing, validatsiya), texnologiyalar (keys, korrespondentlik ta'lim, radiotelevizion, tarmoqli ta'lim va mobil), kategoriyalar (sinxron va asinxron) asosiy o'rin tutadi, ya'ni bo'lajak tibbiyot hodimining ehtiyoji orqali jismoniy tarbiya va sport fanini o'rgatishni

³⁸ Po'latova Sh. Tibbiy ta'lim talabalarini kasbiy faoliyatga tayyorlashda kommunikativ kompetentligini rivojlantirish texnologiyasi. Pedagogika fanlari nomzodi (PhD) ... diss. – N., 2022. – B.128.

yanada mukammallashtirish mumkin³⁹. Bunda talaba quyidagi natijalarga erishishi ko‘zda tutiladi:

- adaptivlik – talaba o‘ziga qulay vaqt, joy va tezlikda jismoniy tarbiya va sport bo‘yicha ta’lim olish imkoniyatining mavjudligi.

- modullilik – bir biriga bog‘liq bo‘lmagan jismoniy tarbiya va sportga oid mavzular to‘plamidan - individual yoki guruh talabiga mos rejani tuzish imkoniyatining mavjudligi.

- paralellik – o‘quv faoliyatini parallel ravishda, ya’ni amaliyotdan ajralmagan holda olib borish imkoniyatining mavjudligi.

- keng qamrovlilik –tibbiy ta’lim talabalarining jismoniy tarbiya va sport darsi davomida o‘zaro va o‘qituvchi bilan muloqotda bo‘lish imkoniyatining mavjudligidir⁴⁰.

Tibbiy ta’lim talabalarining bo‘lajak shifokor sifatidagi valeologik kompetentligi qandaydir aniq qobiliyatlarsiz, shaxsning valeologik kompetentsiyalarisiz bo‘lmaydi, bular ham faoliyatning o‘ziga, ham qaror qabul qilishdagi muhim ko‘rsatmalar, kasbiy xarakter va jamiyatga mos tarzda yashash muhitiga bog‘liq.

Yuqorida tilga olingan qobiliyatlar esa aynan kasbiy qobiliyatlar tizimida mavjud va bo‘lajak tibbiyot hodimlarini valeologik kompetentligini shakllantirishda yetarli darajada muhim ahamiyatga ega bo‘ladi.

Valeologik kompetentsiyalarni shakllantirishning didaktik imkoniyatlari – talaba faoliyatining muvaffaqiyatli bo‘lishini ta’minlovchi xususiyatlar yoki fazilatlar sifatida yaqqol ko‘rinishi mumkin, ya’ni bir insonni boshqasidan ajratib turuvchi va muvaffaqiyatli faoliyatda ko‘rinadigan individual sifatlar va hokazo.

Talabaning valeologik kompetentligini rivojlantirishni uning jismoniy tarbiya va sport fani davomidagi faolligini rivojlantiruvchi mahorat orqali takomillashtirish kerak. Valeologik kompetentlikni tartibsiz ravishda (stixiyali) rivojlanishi ko‘rinsha Jismoniy tarbiya va sport fanini o‘rganishda tez-tez konfliktli

³⁹ Po‘latova Sh. Tibbiy ta’lim talabalarini kasbiy faoliyatga tayyorlashda kommunikativ kompetentligini rivojlantirish texnologiyasi. Pedagogika fanlari nomzodi (PhD) ... diss. – N., 2022. – B.125.

⁴⁰ Sirojov O. Bo‘lajak jismoniy tarbiya o‘qituvchilarining valeologik kompetentligini rivojlantirish texnologiyalari. Pedagogika fanlari nomzodi (PhD) ... diss. avtoreferat. – Chirchiq 2023. – 15 b..

vaziyatlarning paydo bo'lishiga, pedagog va tibbiy ta'lim talabalari munosabatlarida keskinliklar kelib chiqishiga, mashqlarni bajarish istagining pasayishiga, ruhiy shikastlanishga va axloqiy-ma'naviy tarbiyada o'rnini qoplab bo'lmaydigan yo'qotishlarga, ko'pincha esa talabalarning assosial xatti-harakatlariga olib keladi.

Yuqorida talabalarda valeologik kompetentlikni shakllantirishning pedagogik tahlillarini ko'rib chiqdik va uni bo'lajak shifokorlarda murakkab tavsifnoma sifatida ham tushunish mumkin, u valeologik kompetentsiyalarni, ruhiy-pedagogik kompetentsiyalarni, shaxsning boshqa insonlar bilan muloqotida ko'rinadigan ruhiy holatlarini ham qamrab oladi, bu esa insonning valeologik xulq-atvorida namoyon bo'ladi. Aynan xulq-atvor munosabat uchun zarur bo'lgan alohida ruhiy kompetentsiyalarni qamrab oladi. Lekin shunga qaramay, jismoniy tarbiya va sport fanini o'qitishda yetakchi o'rin umuman olganda o'qituvchi va talaba munosabatlarini aniqlash hamda asoslash uchun javob beruvchi, jumladan, uning muloqot qilishga ehtiyojini ham qo'shib, valeologik qadriyatlarga tegishli bo'ladi.

Valeologik kompetentlikning didaktik imkoniyatlari, shuningdek ma'lum vaziyatlarda valeologik harakatlarni sifatli va samarali tashkil qilish uchun zarur bo'lgan, ilmiy-pedagogik adabiyotda shaxsning ichki imkoniyatlarining alohida tizimi sifatida ham qaraladi.

Valeologik kompetentlikni mukammal egallash deganda real vujudga kelgan vaziyatga muvofiq munosabat jarayoniga kirishishga tayyorlikni tushunish kerak. Ta'kidlash joizki, ushbu kompetentlik shakllanganligining asosiy ko'rsatkichi fikr-mulohazalarni ravon, yaxlit va mantiqan izchil bayon qilish mahorati mavjud, sog'lom turmush tarzini olib boruvchi shaxs bo'lishi mumkin, shuningdek, aniq munosabat bo'yicha sheriklarning valeologik faolligining har qanday turini tushunish va mos ravishda javob qaytarish layoqatini ham ko'rish mumkin.

Valeologik kompetentlikni talabalarning bo'lajak sport xodimlari sifatida kelgusidagi kasbiy faoliyatida tutgan alohida o'rnini o'rganish, kishilar o'rtasidagi munosabatda roli funksional shart-sharoit sifatida ham ko'rinishi va bu orqali

tarbiyaviy, ta'limiy dunyoqarashga oid vazifalarni bajarishi mumkin, degan xulosa chiqarish imkonini beradi.

O'sib kelayotgan, yosh avlod uchun kerakli valeologik tajribani o'zlashtirish, nafaqat boshqa insonlar bilan bevosita o'zaro bog'lanish jarayonlarida balki kasbiy faoliyatni samarali tashkil qilish uchun ham zarur. Har bir inson o'zi uchun kerakli bo'lgan vaziyatlar xarakteri haqidagi ma'lumotlarni olish uchun zarur bo'lgan vositalar: ijtimoiy jarayonlar, omaviy axborot vositalari, turli xil mutaxassislik doirasidagi adabiyotlardan tashkil topishi mumkin.

Shu sababli, albatta har bir tibbiy ta'lim talabalariga bo'lajak shifokorlar sifatida kasbiy faoliyatiga doir integratsion valeologik kompetentlilik haqida ham gapirish zarur, ba'zi bir alohida hollar bundan mustasno, bu jarayonga maxsus, mutaxassislikga doir ta'lim kuchli ta'sir ko'rsatishi mumkin.

Valeologik kompetentlilikka murojaat qilar ekanmiz, ta'kidlash joizki, u o'z rivojlanishida qandaydir dinamik ta'lim sifatida ikki bosqichdan o'tadi, ya'ni yuqorida aytib o'tilgan, shaxs rivojlanishining ma'lum bosqichidan birga mavjud bo'luvchi, shuningdek darajadan darajaga rivojlana oladigan kasbiy va umumiy. Bu kommunikatsiya tilini tartibsiz, stixiyali o'zlashtirish, hamda ta'lim olish vositasida sodir bo'ladi. Bunda agar gap kasb haqida borsa, unda jismoniy tarbiya va sport fanini o'qitish bilan bog'liq bo'lsa va ma'lum shartlar bajarilsa, samaraliroq bo'ladi.

talabalarda valeologik kompetentsiyani jismoniy tarbiya va sport orqali shakllantirishda quyidagi didaktik xususiyatlarni inobatga olish zarur:

- qo'llab - quvvatlash;
- o'z strategiyasiga ega bo'lish;
- vaziyatini hisobga olish;
- natijasini oldindan prognoz qilish;
- amaliy mashqlar davomida qayta aloqani yo'lga qo'yish;
- tashabbusni qo'lga olish va qo'llab-quvvatlash;
- kutilgan natijaga erishish uchun imkoniyat yaratish;

- o'z harakatini izshil va ravon amalga qilish⁴¹.

Shunday qilib, talaba va o'qituvchi o'rtasidagi munosabatlarning jadallashgan sharoitlarida valeologik kompetentlilikning yuqori darajasi, bo'lajak shifokorlardan tayyorgarligi va himoyalalanish darajasi yaxshiroq bo'lgan mutaxassisni tayyorlashi mumkin. Bunda bo'lajak shifokorlarning valeologik kompetentligining eng muhim tarafi aynan insonlar bilan ishlash bo'lishi kerak. Biroq, munosabatning barcha shakllarini yuqori darajada egallashi va mos ravishda guruhdoshlari bilan ishni to'g'ri tashkil qilish uchun, tibbiy ta'lim talabalari, ayniqsa topqirlik, uddaburonlik, o'ziga bo'lgan ishonch, notiqlik qobiliyatini egallagan bo'lishi kerak.

Bugungi kunda jismoniy tarbiya va sport fanida qo'llaniladigan didaktik texnologiyalar ta'limda qo'llaniladigan an'analarni yanada rivojlantirib, ushbu sohada juda keng qo'llanilmoqda. Bunday o'qitish o'qituvchining bilim berish jarayonidagi rolini yanada keng gaytiradi va yangilaydi. Bunda Jismoniy tarbiya va sport fani o'qituvchisi o'zlashtirish jarayonini muvofiqlashtirishi, yangiliklar va innovatsiyalarga mos ravishda o'qitayotgan fanini, amaliy mashg'ulotlarni muntazam mukammallashtirishi, saviya va ijodiy faoliyatini yanada chuqurlashtirishi talab etiladi. Bunda o'quv va amaliy materiallari va mazmunini har bir talabaning shaxsiy xususiyatlari va qobiliyatlariga qarab moslashtirish imkoniyatiga ega bo'ladi. Bu albatta, ta'lim samaradorligini oshishiga olib keladi. Shu sababli, Jismoniy tarbiya va sport fanini o'qitish pedagogikaning asosiy xarakteristikasida ham o'z o'rnini topgan, ya'ni kommunikativ tarkibiy qism va uning amalga oshirilishi, o'quv materiallarini yetkazish, uning tarkibini to'g'ri tanlash va asoslash, o'quv, amaliy darslar mazmunini talabaning shaxsiy xususiyatlari va qobiliyatlariga adaptivligini ta'minlash muhim ahamiyat kasb etmoqda.

2.2.-§ Adaptiv texnologiyalar va bo'lajak shifokorlarning valeologik kompetentligini rivojlantirish aspektlari

⁴¹ Sirojov O. Bo'lajak jismoniy tarbiya o'qituvchilarining valeologik kompetentligini rivojlantirish texnologiyalari. Pedagogika fanlari nomzodi (PhD) ... diss. avtoreferat. – Chirchiq 2023. – 11 b.

Tibbiy ta'lim tizimida Jismoniy tarbiya va sport faniga mos va eng ko'p qo'llaniladigan texnologiyalardan biri - adaptiv ta'lim texnologiyasi bo'lib, u talabalarning individual xususiyatlarini hisobga olgan holda o'quv mashg'ulotlarini tashkil etishning adaptiv tizimini o'z ichiga oladi. Ushbu texnologiyada asosiy o'rin talabaga, uning faoliyatiga va uning shaxsiy fazilatlariga beriladi. Ularning bilim olish qobiliyatini rivojlantirishga alohida e'tibor qaratiladi.

Adaptiv ta'lim texnologiyasidan foydalanganda o'qituvchi butun guruh bilan (yangi narsani aytib beradi, tushuntiradi, ko'rsatadi, o'rgatadi va hokazo) va individual (talabalarning mustaqil ishlarini boshqaradi, nazoratni amalga oshiradi va hokazo) ishlaydi. Talabalarning faoliyati o'qituvchi bilan birgalikda amalga oshiriladi. Adaptiv ta'lim texnologiyasini qo'llash kontekstida o'rganish asosan faol mustaqil faoliyatga aylanadi: majburiy va qo'shimcha adabiyotlarni o'qish, referat ishi, turli darajadagi murakkablikdagi muammolarni hal qilish, laboratoriya va amaliy ishlarni bajarish, o'qituvchi bilan individual ishlash, bilimlarni nazorat qilish va h.k.

Adaptiv ta'lim texnologiyasi barcha turdagi nazoratni amalga oshirishni o'z ichiga oladi: o'qituvchi nazorati, o'z-o'zini nazorat qilish, talabalarning o'zaro nazorati, texnik vositalar yordamida nazorat qilish va boshqalar.

Ko'rib chiqilayotgan texnologiya bilan o'quv jarayonini uch bosqichda ko'rsatish mumkin:

- yangi o'quv materialini tushuntirish (o'qituvchi barcha talabalarga dars beradi);
- amaliy mashg'ulotlarda o'qituvchining talabalar bilan individual ishlashi;
- talabalarning mustaqil ishi⁴².

Adaptiv ta'lim texnologiyasidan foydalanganda mustaqil ishlarga ustuvorlik berilganligi sababli, bu yangi o'quv materialini yoki amaliy mashqlarni

⁴² Karazin N. Formation of valeological sompetense in sonditions of auditorium and distanse learning. – Kharkov: University, 2022. -18.p.

tushuntirish bosqichi ni optimallashtirishni talab qiladi. O'qituvchi talabalarga frontal ravishda o'rgatadigan mashqlarni ajratib ko'rsatish kerak, ya'ni uni bloklarga bo'lib, kurs davomida barcha talabalar uchun o'quv faoliyati tizimini rejalashtirish, vizuallashtirishning zarur va mos vositalarini aniqlash.

Jismoniy tarbiya va sport fanida adaptiv texnologiyalarni qo'llashning maqsadi talabalarni mustaqil ishlashi, bilim olishi, jismoniy mashqlarda yuzaga keladigan muammoli vaziyatlarni yechish, ijodiy faoliyat yaratishga o'rgatishdir. O'qituvchi zarur hissiy muhitni, individual ishlash uchun sharoitlarni yaratadi, talabalarni mustaqil ishlashga yo'naltiradi. Mustaqil ishlaydigan talabalar fonida, o'qituvchi maxsus jadvalga muvofiq, ularning ba'zilar bilan reproduktiv, qisman izlanish va ijodiy faollikni talab qiladigan uch darajadagi moslashuv vazifalari bo'yicha individual ishlaydi. "Talaba - talaba", "talaba - talabalar guruhi"ni o'z ichiga olgan talabalarning mustaqil ishi juftlashgan guruhlarda (statik, dinamik va variasion) amalga oshiriladi.

Statik juftlik ikkita talabani o'z xohishiga ko'ra birlashtiradi, ular "o'qituvchi-shogird" rollarini almashtiradilar. Bir-biri bilan doimiy aloqani ta'minlaydi. Juftlashgan muloqotda talabalarning nutqi va aqliy faoliyati faollashadi, har bir kishi savollarga javob berish va ularga javob berish, tushuntirish, isbotlash, taklif qilish, tekshirish, baholash va yuzaga kelgan xatolarni tuzatish imkoniyatiga ega bo'ladi⁴³.

Statik juftlikda ikkita kuch siz va ikkita kuchli talaba o'rganishi mumkin. Dinamik juftliklar esa ikki nafardan ortiq talabadan iborat mikroguruh ishida shakllanadi. Mikroguruhga bitta umumiy topshiriq beriladi, unda har bir talaba uchun bir nechta qismlar mavjud. Vazifaning o'z qismini va uni o'qituvchi yoki o'z-o'zini nazorat qilishni bajargandan so'ng, talaba mikroguruhdagi har bir sherik bilan vazifani muhokama qiladi. Bundan tashqari, har safar u amaliy mashq mantiqini, urg'uni, tempni va hokazolarni o'zgartirishi kerak, ya'ni o'rtoqlarining individual xususiyatlariga moslashishi kerak. Variasion juftliklarda ishlashda har

⁴³ Otajonova S. Methodological system for improving the valeological competence of future biology teachers // International scientific journal. №2, 2023. -P.303

bir guruh a'zosi o'z topshirig'ini oladi, uni bajaradi va natijalarini o'qituvchi bilan birgalikda tahlil qiladi. Shundan so'ng talaba ushbu masala bo'yicha o'zaro trening va o'zaro nazoratni amalga oshirishi mumkin. Dars tugagandan so'ng har bir talaba mashg'ulot vazifasi mazmunining barcha qismlarini o'zlashtiradi.

Shunday qilib, adaptiv ta'lim texnologiyasi talabalarning individual xususiyatlarini hisobga olgan holda o'quv mashg'ulotlarini tashkil etishning xilma-xil, adaptiv tizimini nazarda tutadi. Yangi materialni tushuntirish darsning bir qismini yoki to'liq qismini o'z ichiga olishi mumkin. Xuddi shu narsa talabalarning mustaqil ishlariga ham tegishli. Ushbu texnologiya mashg'ulot bosqichlarining davomiyligi va ketma-ketligini maqsadli ravishda o'zgartirishga imkon beradi. Variasion juftliklarda mashg'ulotlarni tashkil etish talabalarning kognitiv qiziqishini rag'batlantiradigan va ularning ta'lim va kommunikativ ko'nikmalarini rivojlantirishga hissa qo'shadigan qulay muhit va muvaffaqiyat holatini yaratadi. Adaptiv ta'lim texnologiyasi XX asrning 60-yillarning o'rtalarida o'quv amaliyotiga faol kiritila boshlandi. Adaptiv o'qitishning asosiy maqsadi ta'lim jarayonini boshqarishni takomillashtirishdir. Adaptiv ta'limning kelib chiqishi amerikalik psixolog va didaktiklar N. Krouder, B. Skinner, S. Pressi edi⁴⁴. Rus olimlaridan adaptiv o'qitish texnologiyasi P. Ya. Galperin, L. N. Landa, A. M. Matyuch kin, N. F. Talyzina va boshqalar tomonidan rivojlantirilgan⁴⁵.

Jismoniy tarbiya va sport fanida adaptiv ta'lim - bu har bir talabaga o'zining individual xususiyatlariga (o'rganish tezligi, tayyorgarlik darajasi va boshqalar) muvofiq ta'limni amalga oshirish imkoniyatini beradi.

Jismoniy tarbiya va sport fanida adaptiv ta'lim texnologiyasini qo'llashning o'ziga xos xususiyatlari:

- o'quv materialini har bir qismini o'zlashtirishga qaratilgan alohida kichik, oson hazm bo'ladigan materiallarga bo'lish;

⁴⁴ Sirojov O. Bo'lajak jismoniy tarbiya o'qituvchilarining valeologik kompetentligini rivojlantirish texnologiyalari. Pedagogika fanlari nomzodi (PhD) ... diss. avtoreferat. – Chirchiq 2023. – 16.b.

⁴⁵ Otajonova S. Methodological system for improving the valeological competence of future biology teachers // International scientific journal. №2, 2023. -P.302-305.

- qismlarni tekshirish; •

- har bir qismni o'zlashtirish uchun muayyan harakatlarni ketma-ket bajarish bo'yicha ko'rsatmalar tizimini kiritish.

Agar amaliy mashg'ulotlar to'g'ri bajarilgan bo'lsa, talaba topshiriqning yangi qismini oladi va o'rganishning keyingi bosqichini yakunlaydi, agar javob noto'g'ri bo'lsa, talaba yordam va qo'shimcha tushuntirishlar oladi. Amaliy mashg'ulotlarni bajarish natijalarini yozib olish, ular talabalarning o'zlari (ichki fikr-mulohazalar) va o'qituvchi (tashqi fikr-mulohazalar) uchun ochiq bo'ladi.

Jismoniy tarbiya va sport fanida adaptiv ta'lim texnologiyasini amalga oshirishning asosiy vositasi o'quv dasturidir. U ma'lum bir bilim birligini o'zlashtirish uchun harakatlar ketma-ketligini belgilaydi. O'quv dasturlari adaptiv darslik yoki boshqa turdagi bosma qo'llanmalar tomonidan taqdim etilgan dastur shaklida bo'lishi mumkin.

Jismoniy tarbiya va sport fanini adaptiv texnologiyalar orqali o'qitishda o'quv dasturlari uch ta dasturlash tamoyiliga asoslanadi:

- chiziqli
- tarmoqlangan
- aralash.

Jismoniy tarbiya va sport fanida adaptiv o'qitish texnologiyasi bilan jismoniy mashqlar ustida ishlayotgan talaba dasturning bir bosqichidan ikkinchisiga ketma-ket o'tadi. Bunday holda, barcha talabalar dasturning belgilangan bosqichlarini izchil bajaradilar. Farqlar faqat yangi material yoki mashqni qayta ishlash tezligida bo'lishi mumkin.

Jismoniy tarbiya va sport fanida adaptiv ta'limning aralash texnologiyalari ham ishlab chiqilgan. Sheffild va blok texnologiyalari shunday nomlanadi. Adaptiv treningning Sheffild texnologiyasi ingliz psixologlari tomonidan ishlab chiqilgan. Ushbu texnologiyaga ko'ra o'quv materiallari turli o'lchamdagi qismlarga bo'linadi

(qismlar, bosqichlar)⁴⁶. Bo‘linishning asosi - talabalarning yoshi va mavzuning o‘ziga xos xususiyatlarini hisobga olgan holda adaptiv matnning berilgan qismini o‘rganish natijasida erishish kerak bo‘lgan didaktik maqsad.

Didaktik maqsadga qarab, talabalarning amaliy mashg‘ulotlarni bajarish usuli aniqlanadi. Adaptiv o‘qitish texnologiyasining asosini o‘quv jarayonini belgilovchi harakatlar xilma-xilligini har tomonlama hisobga oladigan adaptiv dastur tashkil etadi. Bu talabalarga dars davomida amaliy mashqlar bilan birga turli xil intellektual operatsiyalarni va ma’lum muammolarni hal qilishda olingan bilimlardan tezkor foydalanishni ta’minlaydi. Bunday dasturning asosiy komponenti muammoli blok deb ataladigan bo‘lib, u talabadan intensiv intellektual ishni talab qiladi, masalan, gimnastikada o‘zini sinab ko‘rish, eksperimentni rejalashtirish va hokazo. Bu ish bajarishni o‘z ichiga oladi. Turli aqliy harakatlar (umumlashtirish, isbotlash, tushuntirishlar, tekshirishlar), ularning bilimlari hajmini boyitishdan iborat bo‘ladi.

Jismoniy tarbiya va sport fanida adaptiv o‘qitish texnologiyasi tibbiyot tizimining xususiyatidan qat’iy nazar, o‘quv dasturi darsliklar yoki mashinalar orqali taqdim etilishi mumkin.

Adaptiv matnlarni taqdim etish uchun mo‘ljallangan turli xil turdagi mashqlar ham mavjud. Ularning turi amalga oshirilayotgan didaktik funksiyaga bog‘liq:

- talabalarga yangi ma’lumotlarni yetkazish uchun mo‘ljallangan axborotlar;
- talabalar bilimini nazorat qilish va baholash uchun foydalaniladigan imtihon savollari;
- bilimlarni mustahkamlash maqsadida takrorlash uchun mo‘ljallangan mashqlar;

⁴⁶ Московченко О.Н. Оптимизация физических нагрузок на основе индивидуальной диагностики адаптивного состояния у занимающихся физической культурой и спортом: с применением компьютерных технологий. Дисс... доктор педагогических наук. Москва, 2007. -С.125

- talabalarda zarur amaliy ko'nikmalarni shakllantirish uchun foydalaniladigan o'quv amaliy mashg'ulotlar. Asosiy farq faqat o'quv ma'lumotlari va amaliy topshiriqlarini taqdim etish, talabadan javob olish va unga o'z harakatlarining to'g'rilik darajasi haqida xabar berish texnikasidir.

Tibbiy ta'limda jismoniy tarbiya va sport fanini o'qitishda talabalar duch keladigan muammolar va qiyinchiliklar shakllantirilganda ta'limning individual yo'naltirilgan modelini ishlab chiqish zaruratini taqozo etdi:

- past motivatsiya;
- bilimga emas, balki baholarga e'tibor qaratish;
- mustaqil ishlay olmaslik;
- muloqotning yo'qligi, o'qituvchining fikr-mulohazalarining yetishmasligi;
- qobiliyatlarni sub'yektiv baholash⁴⁷.

Jismoniy tarbiya va sport fanini o'qitishda adaptiv ta'lim texnologiyasi ta'lim jarayonini Adaptiv va individual yo'naltirilgan qilish imkonini beradi va quyidagi yondashuvlardan iborat bo'ladi:

Differensiallashgan yondashuv. O'qituvchi har bir guruh talabalari uchun turli qiyinchilik darajasidagi topshiriq mashqlarini tayyorlaydi. Mavzuni tezda o'zlashtirganlar murakkabroq, nostandart masalalarni oladilar. Qiyinchiliklarga duch kelgan talabalar materialni takrorlaydilar va oddiyroq misollar yordamida mashq qiladilar. Natijada, har bir kishi yangi mavzuni qulay sur'atda va zerikish xavfisiz o'zlashtiradi.

Ta'limni shaxsiylashtirish. Talabalarni nafaqat guruhlariga bo'lish, balki har birining shaxsiy xususiyatlarini hisobga olish ham muhimdir. Ba'zi odamlar omma oldida mashq qilishdan qo'rqishadi, boshqalari diagrammalar bo'yicha materialni idrok etishni osonlashtiradi, yana ayrimlari esa fenomenal xotiraga ega.

⁴⁷ Томилова, М.В. Содержание и методы повышения квалификации специалистов по адаптивной физической культуре. Дисс...кандидат ист.наук. - Санкт-Петербург, 2014. -С.159

O'qituvchining vazifasi talabaga o'zini ifoda etish imkoniyatini berishdir. Buning uchun individual topshiriqlar yoki juftlik ishlari tayyorlanadi.

Mustaqil ish. Asosiy e'tibor talabaga ushbu muammoni qanday hal qilishni ko'rsatish emas. Unga ma'lumotni mustaqil ravishda izlashga o'rgatish, unga jismoniy va kerakli algoritmlarni berish va vazifani o'zi aniqlash imkoniyatini berish muhimdir.

Nazorat va o'zaro nazorat. Talabalarga o'z ishlari bo'yicha o'z xulosalarini shiqarish imkoniyati beriladi, shuningdek, boshqa talabalarni baholashga yordam beradi. Talabalar tinglashni, tahlil qilishni, mantiqiy fikrlashni va tanqidga adekvat javob berishni o'rganadilar.

Tez javob. Adaptiv tizimda mashq paytida bilimlarni nazorat qilish va baholash tezkorlik bilan amalga oshiriladi. O'qituvchining vazifasi qiyinchiliklarni o'z vaqtida sezish va kamchiliklarni tezda bartaraf etish uchun jarayonni to'g'rilashdir. Talaba, shuningdek, uning ota-onasi muntazam ravishda o'qish natijalari haqida fikr-mulohazalarni oladi.

Tahlil va hisobot. O'qituvchi muntazam ravishda har bir talabaning ish natijalarini vaqt o'tishi bilan tahlil qiladi. Kuchli va zaif tomonlarni qayd etadi. Bu talabaning shaxsiy ta'lim yo'nalishiga o'zgartirishlar kiritish imkonini beradi⁴⁸.

Tibbiy ta'limda jismoniy tarbiya va sport fanini o'qitishda adaptiv ta'lim ma'lum bir talaba uchun nimani va qanday o'zgartirish kerakligini hisobga oladigan moslashuv modeliga muvofiq qurilgan. Buning uchun ikkita asosiy ma'lumot manbalari mavjud:

Mavzu sohasi modeli - bu o'rganilayotgan mavzu va mashq haqidagi ma'lumotlarni o'z ichiga oladi: mavzular, loyihalar, havolalar va boshqalar. Tizim sizga intizomning turli elementlarini ulash va ular o'rtasida o'tishni qurish imkonini beradi.

⁴⁸ Храмов, Владимир Владимирович. Адаптивная физическая культура и спорт: социальные проблемы реабилитации. Дисс...доктор медицинских наук. -Волгоград., 2008. -С.147.

Talaba modeli - ya'ni talabaning hozirgi bilimi, u qanday o'rganishi (u qanday xatolarga yo'l qo'ygani, topshiriqlarni qanday tezlikda bajarishi va boshqalar), uning xususiyatlari (masalan, imtiyozlar va motivatsiya darajasi).

Shu bilan birga, tibbiy ta'limda jismoniy tarbiya va sport fanida moslashish ob'yektlari quyidagicha bo'lishi mumkin:

Tarkib. Tarkibni moslashtiradigan tizim o'quvchilarning javoblariga asoslanadi. Agar xatoga yo'l qo'yilsa, u maslahatlar beradi yoki mahoratni kichik bloklarga ajratadi. Oddiy qilib aytganda, bu o'rganish tezligini o'zgartiradi.

Sinov. Talabaning jismoniy harakatiga qarab, o'qituvchi turli xil murakkablikdagi mashqlarni taklif qiladi - masalan, agar biror kishi mashqni to'g'ri bajargan bo'lsa, keyingisi qiyinroq bo'ladi.

Mashqni topshirish tartibi. Ushbu tizim eng murakkabi hisoblanadi. Talaba o'quv amaliy mashg'ulotlarni bajarishdan oldin, u haqida ma'lumot to'playdi. Ushbu ma'lumotlar tahlil qilinadi, so'ngra tizim talabaga kerakli tarkibni taklif qiladi.

Eng soddalashtirilgan misol quyidagicha ko'rinadi: talaba kasallik tufayli mavzuni tushuntirishni o'tkazib yubordi. Bir yil o'tgach, u o'tkazib yuborilgan mavzuga asoslangan boshqa mavzuni o'rganishni boshladi. O'quv materiallari ketma-ketligini o'zgartiruvchi moslashuvchi tizim bilimlardagi bo'shliqni aniqlaydi va birinchi navbatda o'tkazib yuborilgan mavzuni o'rganishni taklif qiladi⁴⁹.

Tibbiy ta'limda jismoniy tarbiya va sport fanini o'qitishda valeologik texnologiyalarining bir turi sifatida ularning maqsadi va vazifalari mavjud.

Valeologik texnologiyalarni qo'llash maqsadlari

- tananing funksional qobiliyatini oshirish;

⁴⁹ Московченко О.Н. Оптимизация физических нагрузок на основе индивидуальной диагностики адаптивного состояния у занимающихся физической культурой и спортом: с применением компьютерных технологий. Дисс... доктор педагогических наук. Москва, 2007. -С.129

- kasalliklar profilaktikasi;
- vosita rejimini optimallashtirish;
- faol dam olish tufayli charchoqni kamaytirish;
- JSST tavsiyalari asosida valeologik sinflarida optimal o'quv yuklarini individualizatsiya qilish;
- yomon axloqlarga qarshi kurashda mashqdan foydalanish;
- turli yoshdagi, jinsiy va sog'liqni saqlash ahvoli, shu jumladan, nogiron kishilarning faol jismoniy tarbiya va sog'lik sinflariga jalb qilinishi;
- sog'lom turmush tarzining ajralmas qismi sifatida sog'liqni saqlash texnologiyalarini joriy etish;
- professional ahamiyatga ega bo'lgan ish faoliyatini rivojlantirish⁵⁰.

Valeologik kompetentlikni rivojlantirishga oid texnologiyalarning tarkibiy qismlariga muvofiq, inson faoliyati natijasida va mavzu qiymatlari majmui sifatida insonning faoliyat turi sifatida qaralishi mumkin. Valeologik texnologiyalar bir turdagi faoliyat sifatida qulay organizatsiya harakatlarini, shuningdek, sog'lom turmush tarziga rioya qilish bilan bog'liq faoliyatni tavsiflaydi. Shu bilan birga, valeologik texnologiyalarining bir xil faoliyat turi sifatida valeologik samaradorligini shakllantirish modeli bilan belgilanadi.

Valeologik kompetentlikni rivojlantirishga oid texnologiyalarni jismoniy tarbiya va sport fanini o'qitishdagi faoliyat, birinchi navbatda, salomatlikning eng katta ta'siriga erishishga qaratilgan.

Valeologik kompetentlikni rivojlantirishga oid texnologiyalar obyektiv qiymatlar sifatida jismoniy va rekreatsion faoliyatning zarur samaradorligini ta'minlash uchun yaratilgan moddiy va ma'naviy qadriyatlardir. Bu borada adaptiv

⁵⁰ Московченко О.Н. Оптимизация физических нагрузок на основе индивидуальной диагностики адаптивного состояния у занимающихся физической культурой и спортом: с применением компьютерных технологий. Дисс... доктор педагогических наук. Москва, 2007. -С.137

texnologiyalarining mazmuni insonning harakatga bo'lgan ehtiyojiga va faol dam olishga bo'lgan ehtiyojini qondirish bilan bog'liq. Ushbu ehtiyojlarning to'liq amalga oshirilishi, oxir-oqibat, salomatlikni saqlash, yuqori samaradorlik va ish sharoitida ham insonning samarali hayotiy faoliyatini ta'minlaydi. Adaptiv texnologiyalar sohasida jismoniy tarbiya, tibbiyot, psixologiya va boshqa sohalaridagi ilm-fanning turli sohalaridan amaliy bilimlar tizimi muhim ahamiyatga ega.

2.3.-§ Jismoniy tarbiya va sport fanida “Dynamic stirring” adaptiv modeli asosida talabalar valeologik kompetentligini rivojlantirishning o'ziga xos jihatlari.

Mamlakatimizda bo'lajak shifokorlarni tayyorlash tizimi takomillashtirilib, bu borada keng ko'lamli o'zgarishlar amalga oshirilmoqda. Shu bilan birga, bu borada rivojlangan davlatlar tajribasi ham o'rganilmoqda. Bu tajriba rivojlangan davlatlarning shifokorlar tayyorlash tizimidan andoza olish va milliy ta'lim - tarbiya namunalarini uyg'unlashtirish asosida shakllantirilib kelinmoqda. Yurtimizda yaratilgan shifokorlar tayyorlash tizimi jahon hamjamiyati tomonidan alohida e'tirof etilmoqda. Shu o'rinda erishilgan natijalar, jismoniy madaniyat va jismoniy tarbiya sohasi shifokorlarini tayyorlash yuzasidan qo'lga kiritilgan yutuqlarga tayangan holda shifokorlar tayyorlash jarayonini yanada takomillashtirish, uni doimiy tarzda yangilab borish va raqobatbardosh shifokorlar tayyorlash tizimini muntazam tahlil qilish zarurati tug'iladi. Buning uchun bo'lajak shifokorlarni tayyorlash tizimiga innovatsion yondashuvlarni olib kirish talab etiladi.

Mazkur paragrafda bo'lajak shifokorlarda valeologik kompetentlikni rivojlantirishning pedagogik modeli tahlil qilingan. Pedagogik modelning tarkibiy tuzilishi, uning yo'nalishlari, tamoyillari va metodlarini tahlil qilish orqali uning samaradorligi, imkoniyatlari ham bayon qilingan. Shuningdek, bo'lajak shifokorlarda valeologik ko'nikmalarni rivojlantirishning mavjud metodikasi va taklif qilinayotgan metodikasi o'zaro solishtirilgan va xulosalar tizimlashtirilgan.

Bugungi kunda bo'lajak shifokorlarda valeologik kompetentlikni rivojlantirishda "Dynamic stirring modeli" orqali talaba shaxsining valeologik kompetentligini rivojlantirish - dolzarb vazifalardan biridir. Shuningdek, bo'lajak shifokorlarning ilmiy tafakkurini shakllantirish ularni ijtimoiy munosabatlarga tayyorlashdagi muhim mezonlardan biridir. "Ilmiy tafakkurga ega bo'lish ilohiy ne'mat emas, u kishidan, aql egasidan kuchli tabiat va irodani talab etadi. Nazariy va buyuk fikriy fazilatga jahd va g'ayrat bilan erishiladi. Nazariy bilimlarni yoki ustozlar yoki hikmatlar o'rgatadilar. Amaliy xususiyatga ega narsalarni o'rganish, kasbni egallash unchalik qiyin emas, ammo ulardan nazariy xulosalar chiqarish, yangi g'oyalarni shakllantirish murakkab gnoseologik jarayondir. Yon-atrofimizga nazar tashlasak, kishilar mashg'ul bo'layotgan kasb-korlarning son-sanog'i yo'qligini kuzatamiz, ammo barcha ham o'z kasbini takomillashtirish, unga biror yangilik, innovatsiya olib kirish haqida bosh qotiravermaydi. Mavjud vositalardan unumli foydalanish, shubhasiz, ishchanlikni, samaradorlikni ta'minlaydi, ammo vositalarni yangilash, ularni innovatsiya, ilmiy-texnik kashfiyotlar talablariga muvofiq takomillashtirish ishchanlik va samaradorlikni yana o'n, yuz hissaga oshirishi mumkin. Buning uchun esa, bo'lajak shifokorlarni tayyorlash tizimini isloh qilish, ularda valeologik ko'nikmalarni yuqori darajada shakllantirish kerak bo'ladi. Chunki valeologik kompetentlik mutaxassisni yangicha ishlashga, innovatorlik qobiliyatini namoyon qilishga, ijodkorlikka undaydi.

Pedagogik tadqiqotlarda qo'yilgan maqsadga erishishning muhim vositalaridan biri modellashtirishdir. Modellashtirish asosida tadqiq etilayotgan ob'yekt modeli ishlab chiqiladi.

Biz tadqiqotimizda Dynamic stirring modeli ma'lum bir ob'yekt haqida yangi axborotlar olish imkonini beruvchi, tadqiqot predmetini ilmiy jihatdan aks ettiruvchi fikriy tasavvur yoki uning moddiy ko'rinishga ega ekanini tadqiq qildik. Bugungi kunda Dynamic stirring tushunchasi shunchalik keng qo'llanilmoqdaki, u hatto olam haqidagi istalgan bilimlar va tasavvurlarga ham tegishli bo'lib

qolmoqda. Masalan, zamonaviy nuqtai nazardan istalgan faoliyatning maqsadi faoliyat natijasini aks ettiruvshi model sifatida ko‘rib chiqilishi mumkin.

Dynamic stirring modeli jismoniy tarbiya va sport fanida talabanning valeologik faoliyatini tashkil etishda juda muhim o‘rin tutib, faoliyatning barcha turlarini subyekt va uni o‘rab turgan atrof-muhit orasida aylanib yuruvchi axborotlarning asosiy ko‘lami yo‘nalishi bo‘yicha taqsimlashda qulaylik tug‘diradi. Mazkur tasnif asosida modelni maqsadning nazariy va amaliy yo‘nalganligiga qarab, bilishga doir va pragmatik guruhga ajratish mumkin⁵¹.

Dynamic stirring modeli asosida jismoniy tarbiya va sport darslarini to‘g‘ri rejalashtirish talabalarda ta‘lim -tarbiya darajasini va jismoniy madaniyat ko‘nikmalarining rivojlanishiga ijobiy ta‘sir ko‘rsatadi. Ta‘lim muassasalarida jismoniy tarbiya dars mashg‘ulotlarini ilg‘or xorijiy tajribalar asosida, yangicha usulda tashkil etish talabalarni sog‘lom qilib tarbiyalashda va jismoniy rivojlantirish bilan birga ularni yetuk kasb egasi bo‘lishlarida yuqori samara beradi. Shuningdek, jismoniy tarbiya talabalarida jismoniy va irodaviy sifatlarni shakllantirish, ularni aqliy va jismoniy jihatdan yuksalishga yo‘naltirilgan pedagogik jarayon bo‘lib, ijtimoiy tarbiya tizimining muhim tarkibiy qismlaridan biri sanaladi. Yoshlarni sog‘lom bo‘lib voyaga yetishlarini ta‘minlash masalasi milliy pedagogikamiz, xalq og‘zaki ijodi hamda mutafakkirlar asarlarining bosh g‘oyalaridan biri bo‘lib kelgan. Shunday ekan, ularni o‘rganish, tahlil qilish va ta‘lim tizimiga tadbiq etish asosiy vazifalardan biridir.

Dynamic stirring modeli ko‘p qirrali sababiyatlar yechimini topish uchun xizmat qiladi. Shartlar, pedagogik omillar shular jumlasidandir.

Bugungi jadal islohotlar va o‘zgarishlar davrida innovatsion yechimlarning asosi ma‘rifat, ta‘lim -tarbiya va sog‘lom tafakkurga bog‘liq ekanligi ma‘lum bo‘lmoqda. Bu esa ta‘lim -tarbiyani zamonaviy pedagogik texnologiyalar asosida tashkil etishni zaruratga aylantirmoqda. Zero, ilg‘or pedagogik texnologiyalar ijtimoiy-tarixiy zaruriyat va ma‘naviy-pedagogik hodisa sifatida XX asrning ikkinchi yarmidan boshlab ma‘rifiy hayotga kirib keldi va yoshlarni ilm-fan

⁵¹ Marsel Pomohasi, Sopa Ioan-Sabin, Lusian Blaga. The Importanse of Anthropometry Measurements in Analyzing the Impast of Sports Astivities on Students // Land For ses Asademy Review 22 (1), Marsh 2017. – P.128.

taraqqiyoti muammolari bilan tanishtiruvchi pedagogik mexanizm sifatida o'qish-o'qitish ishlarining samaradorligini oshirishga xizmat qildi. Ma'lumki, jismoniy tarbiya mashg'ulotlari tibbiy ta'lim muassasalari uchun tashkillashtirilgan pedagogik jarayonda an'anaviy va noan'anaviy ta'lim shakllari asosida olib borilmoqda. Shunday ekan, ta'lim -tarbiya zamon talablari darajasida va bugungi ehtiyojlardan kelib chiqib, xorij tajribasi asosida tashkillanadi va bu muayyan qonuniyatlarga asoslanadi.

Dynamic stirring modeli asosida bo'lajak shifokorlarning intellektual rivojlanishini o'stirish uchun turli usul va tamoyillar qo'llanmoqda. Shu bilan birga dars samaradorligini oshirishning yangicha mexanizmlarini ishlab chiqish orqali talabalarning fanlarni o'zlashtirishdagi imkoniyatlarini oshirish tizimini takomillashtirish zarurati ortib bormoqda.

Bo'lajak shifokorlarda valeologik kompetentlikni Dynamic stirring modeli orqali rivojlantirishning zamonaviy pedagogik tarbiya metodikasi – jismoniy ta'limga doir pedagogik jarayonning xususiyatlari, vazifalari, shakli va metodlarini o'z ichiga qamrab olgan kompleks tarbiyaviy jarayondir. Aslida jismoniy ta'lim -tarbiya jarayoni talabalarda jismoniy sifat va qobiliyatlarni namoyon qilishga qaratilgan bo'ladi. Bugungi kunda jamiyatda jismoniy ta'lim-tarbiya jarayonini takomillashtirish, valeologik kompetentlikni rivojlantirish mezonlarining ishlab chiqilishi va bu boradagi ilmiy tadqiqotlarni olib borish qamrovini kengaytirish dolzarb vazifalardan biri ekanligi namoyon bo'lmoqda.

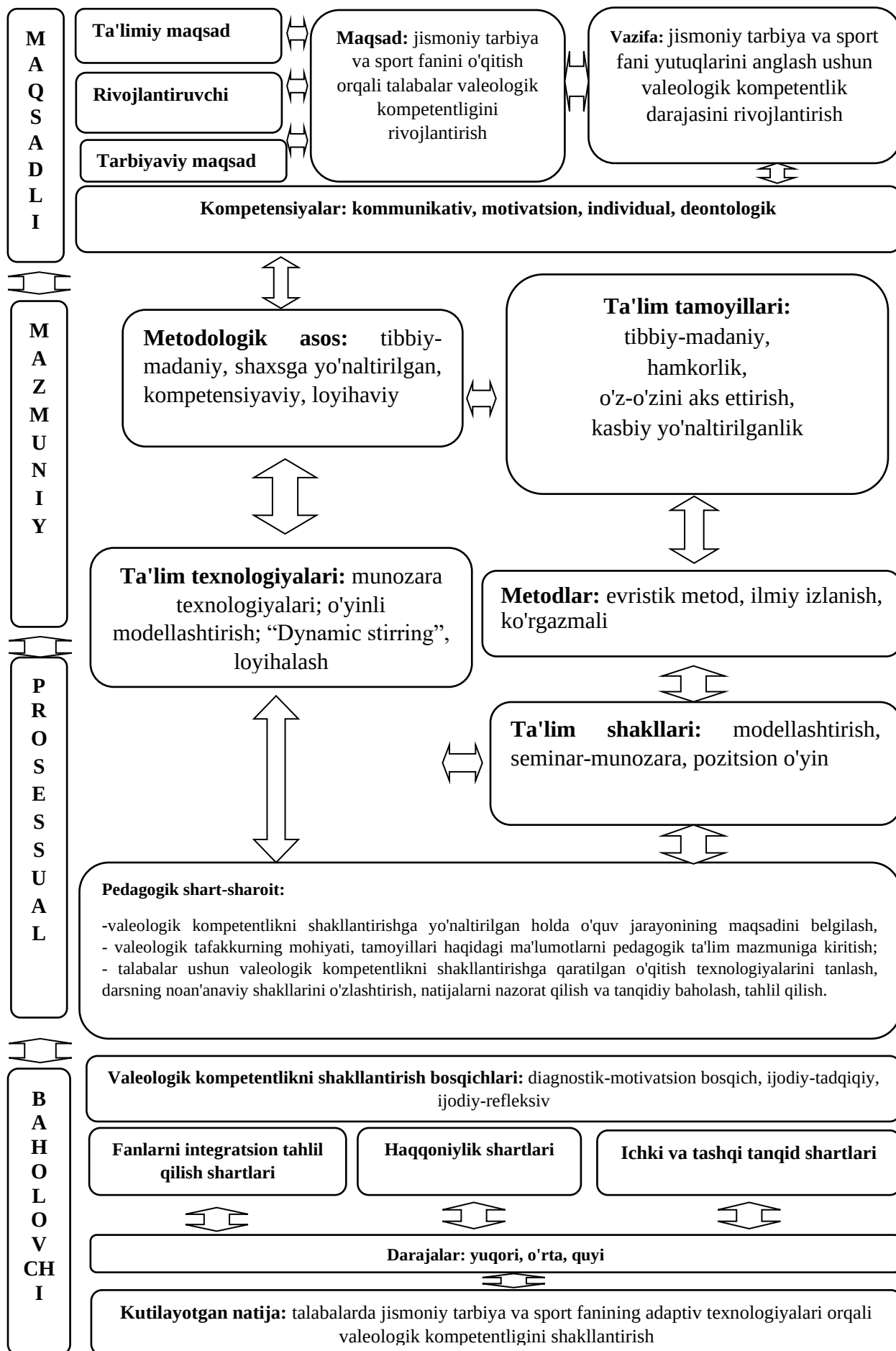
Buning uchun esa jismoniy ta'limda intellektual va ijodiy qobiliyatlarni uyg'unlikda rivojlantirishga qaratilgan Dynamic stirring modeli asosida integratsion ta'limni takshil etish va ta'lim integratsiyasiga alohida urg'u berish talab etiladi. O'zbekiston Milliy Ensiklopediyasida "integratsiya" atamasi lotin tilida "integratio" – tiklash, to'ldirish, "integer" – butun degan ma'nolarni anglatishi izohlanadi. U quyidagicha tavsiflanadi:

1. Sistema yoki organizmning ayrim qismlari va funksiyalarining o'zaro bog'liqlik holatini hamda shunday holatga olib boruvchi jarayonni ifodalaydigan tushuncha.

2. Fanlarning yaqinlashishi va o‘zaro aloqa jarayoni differensiatsiya bilan birga kechadi.

3. Ikki va undan ortiq davlatlarning iqtisodiyotini o‘zaro muvofiqlashtirish va birlashtirish” kabi ma’nolarda qo‘llaniladi⁵².

⁵² Ryan M. The Transformative Power Of Adaptive Learning In Higher Edusation. -London: Palgrave Msmillan. 2022. -P. 29



3.3.1- rasm. Dynamic stirring modeli

Tibbiy ta'lim talabalarining har tomonlama, jumladan, aqliy, ma'naviy-axloqiy va jismoniy jihatdan rivojlanishida jismoniy tarbiya asosiy o'rinlardan birini egallaydi. Chunki jismoniy tarbiya talabalarini sog'lom va baquvvat qilib o'stirishni o'z oldiga maqsad qilib qo'yadi. Jismoniy tarbiya talabalarning sog'liqlarini mustahkamlash bilan birgalikda organizmini chiniqtirish, jismoniy jihatdan to'g'ri rivojlanishini hamda uning ishlash qobiliyatini oshirishni ta'minlaydi. Talabalarda o'z sog'liqlarini asrash, uni doimo saqlash uchun g'amxo'rlik qilish tuyg'ularini rivojlantirish, o'quvchilarda yangi harakat turlari borasida ko'nikma va malakalar hosil qilish ularni jismoniy tarbiyaga oid maxsus bilimlar bilan qurollantiradi.

Bo'lajak jismoniy tarbiya talabalarida yoshiga, jinsiga muvofiq keladigan (kuch , tezkorlik, chaqqonlik, egiluvchanlik, chidamlilik, sabr-toqat, sabot-matonat, iroda va hissiyotni boshqara olish) sifatlarini takomillashtirish, ularda shaxsiy gigiyenani saqlashga nisbatan ongli munosabatni o'stiradi.

O'qitish usullari pedagogik jarayonning maqsadi, vazifalari, mazmuni hamda natijalarini nazorat qilishning asosiy komponentlari sanaladi. Dynamic stirring pedagogik modeli orqali jismoniy tarbiya va sport fanini o'qitish quyidagilarga xizmat qiladi:

- pedagog va talabaning o'zaro ma'lumot almashishi orqali amalga oshiriladi, ya'ni muloqot orqali ma'lumot almashish, taqdimotlar orqali ma'lumot almashishlar kabi;
- belgilangan guruh liderlari yordamida, to'g'ridan – to'g'ri, yoki o'z – o'zini nazorat qilish orqali talabalarning bilim faoliyatini boshqarish;
- pedagogning talabalar bilan frontal, jamoviy yoki individual tarzda muloqot qilishlari orqali;
- rag'batlantirish, motivasiya berish va deontologik tarbiya berish orqali;

- ta'lim jarayoni samaradorligini monitoring qilish orqali⁵³.

Bizning tadqiqotimizda Dynamic stirring modeli asosida bo'lajak shifokorlarda valeologik kompetentlikni rivojlantirish, uning predmetini esa ularda jismoniy ta'limga ustuvorlik berish asosida intellektual va ijodiy qobiliyatlarni uyg'unlashtirish mazmuni va metodik tizimi tashkil etdi.

Bo'lajak shifokorlarda valeologik kompetentlikni Dynamic stirring modeli asosida rivojlantirishga qaratilgan pedagogik tizimni modellashtrishda quyidagi funksiyalarning bajarilishi ko'zda tutildi:

– Metodologik ta'minot funksiyasi. Mazkur funksiyani amalga oshirish me'yoriy-huquqiy hujjatlar va bo'lajak shifokorlarda valeologik kompetentlikni rivojlantirishning nazariy asoslarini belgilab beruvchi ijtimoiy buyurtma bilan bog'liq.

– Me'yoriy-huquqiy ta'minot funksiyasi. Mazkur funktsiya bo'lajak shifokorlarda valeologik kompetentlikni rivojlantirishga doir faoliyatga jalb etish tamoyillari, mazmuni, vazifalari, pedagogik shart-sharoitlari, diagnostik vositalarini aniqlashni taqozo etadi.

– Metodik ta'minot funksiyasi. Bo'lajak shifokorlarda valeologik kompetentlikni rivojlantirishning metodik (mazmuni, shakl, metod va vositalari) shart-sharoitlarini aniqlashtirishni talab etadi.

– Amaliy-tatbiqiy (empirik) funktsiya. Mazkur funktsiya qator vazifalarni hal etishga imkon beradi: bo'lajak shifokorlarda valeologik kompetentlikni rivojlantirishga doir bilim, ko'nikma, malaka va kompetentsiyalar bilan bog'liqlikda qadriyatga yo'naltirilgan ustanovka va barqaror motivlarni shakllantirish, tadqiq yetilayotgan jarayonni tahlil etish va muayyan tuzatishlar kiritish, natijalarni baholash va tahlil etish va h.k⁵⁴.

Yuqoridagi nazariy fikrlarga asoslangan holda bo'lajak jismoniy tarbiya talabalarida Dynamic stirring modeli asosida jismoniy va ma'naviy-axloqiy tarbiya integratsiyasining modelini quyidagisha belgiladik.

⁵³ Harner W. Adaptive Teshnology in Higher Edusation: teashing physisal studies // Web and teshnology in medisine, № 2, 2024. -P.78

⁵⁴ Ryan M. The Transformative Power Of Adaptive Learning In Higher Edusation. -London: Palgrave Msmillan. 2022. -P. 86

Model bo'lajak shifokorlarda valeologik kompetentlikni rivojlantirishni nazarda tutishi bilan bir qatorda, oliy ta'lim da jismoniy tarbiya darslarini pedagogik texnologiyalar asosida samarali amalga oshirishning tashkiliy-metodik shart-sharoitlarini ham o'zida aks ettiradi.

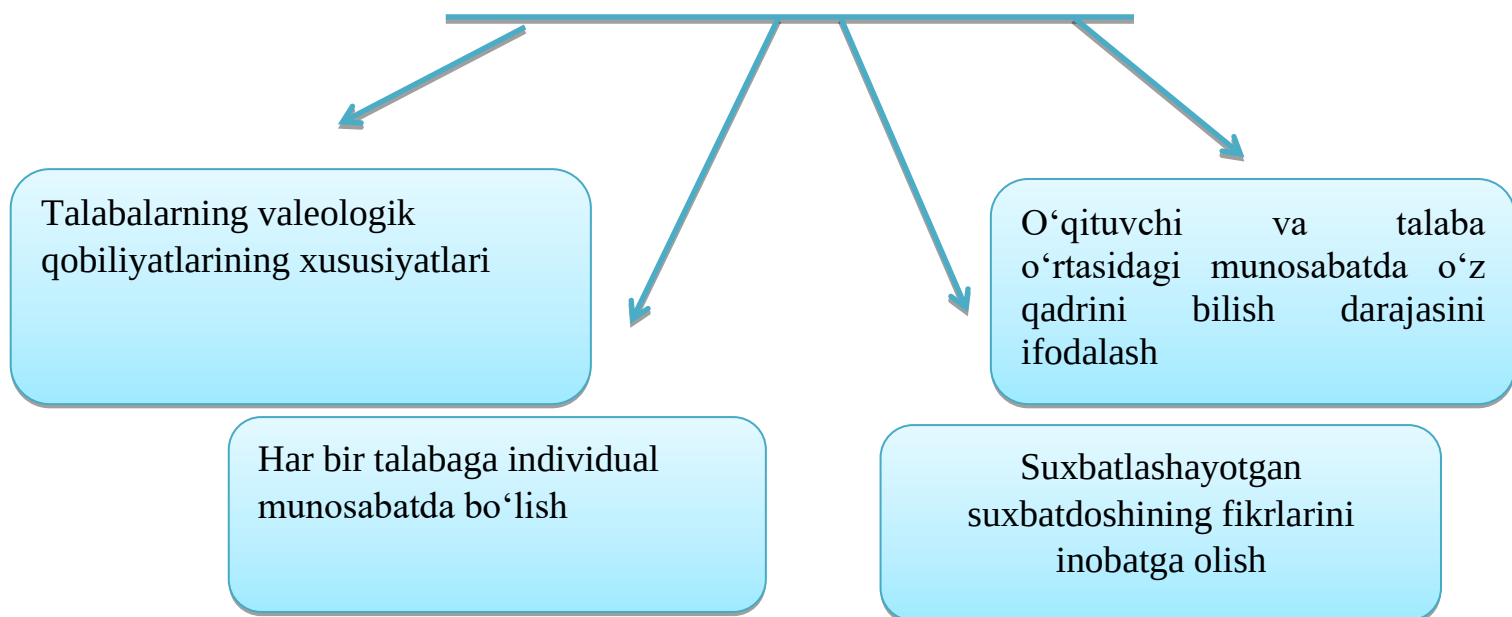
Biz tomonimizdan ishlab chiqilgan bo'lajak shifokorlarda ijodiy-intellektual kompetentlikni Dynamic stirring modeli asosida rivojlantirish tasnifiy belgilari o'quv tarbiyaviy ishlarni rivojlantirish maqsadida mashg'ulotlar jarayonida talabalarni innovatsion yondashuvlar asosida dunyoqarashi, fikrlashi va tafakkurini insonparvarlashtirish g'oyalari bilan boyitishda muhim ahamiyat kasb etadi.

"Dynamic stirring modeli"da berilgan pedagogik maqsadlar ilmiy yoki amaliy muammolar detallarini ishlab chiqish usuli hisoblanadi. Bu jarayon yakunida konkret va real natija aniqlanadi. Bu metodning asosiy vazifasi talabalarga amaliy vazifa yoki muammolarni hal etish jarayonida turli sohalarga oid bilimlarni mustaqil egallashlariga sharoit yaratib berishdan iborat. Ana shu shart-sharoitlar valeologik kompetentlikni rivojlantirish uchun imkoniyatlarni yaratadi. Bundan tashqari, bu metod o'zida turli boshqa metodlar: izlanish, muammoli, ijodiy metodlarni mujassamlashtiradi⁵⁵.

O'quv jarayonida "Dynamic stirring modeli" birinchi darajaga qo'yilsa, loyihaviy ta'lim texnologiyasining qo'llanishi haqida so'z yuritish mumkin. U bo'lajak shifokorlarda loyihaviy faoliyatni rivojlantirishga izlanuvchanlik kompetentsiyasini shakllantirishga yo'naltirilgan. Demak, bunda talabalar muammolarga ega turli holatlarni tahlil qiladilar, undagi muammolarni aniqlashtiradilar, yechim izlash uchun loyihalashtirish texnologiyasini qo'llaydilar, izlanishlar olib boradilar, olingan ma'lum otlarni tahlil qilib, tizimlashtiradilar, topilgan yechimning sifati va samaradorligini baholash uchun reflektiv ko'nikma va tanqidiy fikrlashni shakllantiradi.

⁵⁵ Konstantinos Papadopoulos, Elena Koustrivia. Assistive Teshnology for Higher Edusation Students: A Qualitative Research // Adaptive Teshnology in Higher Edusation. № 1, 2023. -P.456

Jismoniy tarbiya va sport fanini Dynamic stirring modeli orqali o‘qitishning mezonlari



2.2.1- rasm. Dynamic stirring modelining mezonlari

Shuningdek, tadqiqot davomida bizga ma’lum bo‘lgan ko‘rsatkichlarning biri - bu bo‘lajak sport xodimlarida ijtimoiy muhit sharoitlari va “Dynamic stirring modeli” tayyorgarlik, g‘oyalarni yaratish, ularning tahlili va baholash kabi bosqichlari asosida amalga oshiriladi. Qandaydir muammoni hal etish uchun (masalan, faollik, dars samaradorligi), odatda, (7-10 talabadan iborat bo‘lgan) 2 guruh shakllantiriladi: “g‘oya yaratuvchilar” – o‘z fikrlarini taklif etadilar, “ekspertlar” esa ularning tahlili bilan shug‘ullanadilar. Guruhlar faoliyatini boshlovchi tashkillashtirib, topshiriqni aniqlaydi, guruhlarini shakllantiradi, g‘oyalarni mustahkamlash vazifalarini ham bajaradi. Asosiy shart esa turli gipotezalarni yaratish va ularni tahlil qilishdan iborat. Bu bo‘lajak shifokorlarda sog‘lom fikrlash, muammoni erkin tahlil qilish, o‘z fikrini bayon etishga xizmat qiladi. Ba’zi talabalarning fikrlari, birinchi qarashda, reallikdan uzoqdek tuyulsa-da, asosiysi, bu ularda o‘z imkoniyatlariga ishonish, nostandart fikrlash

qobiliyatlarini rivojlantirish va fikrlarini rad yetilishidan qo‘rqmaslik kabi hislarni uyg‘otadi.

“Dynamic stirring modeli” asosida ta’lim -tarbiya jarayoniga joriy etiladigan yangiliklarni bu jarayonning asosiy komponentlari (ta’lim maqsadi, ta’lim mazmuni, o‘qitish metodi, o‘qitish vositasi, ta’lim natijasi) asosida guruhlash mumkin:

1) ta’lim maqsadi bilan bog‘liq pedagogik innovatsiyalar: modernizatsiyalashgan ta’limiy, tarbiyaviy, rivojlantiruvchi (kasbga yo‘naltirish, to‘ldirish, insonparvarlashtirish, tabaqalashtirish, integrallash, indiviudallashtirish va boshqa maqsadlarga ko‘ra);

2) ta’lim mazmuni bilan bog‘liq pedagogik innovatsiyalar: miqyosiga ko‘ra – uzluksiz ta’limda, alohida ta’lim turida, ayrim fanda, bobda, mavzuda, mavzu materialining ayrim qismida; darajasiga ko‘ra – takomillashtirish, tubdan o‘zgartirish, o‘zidan oldingisiga nisbatan – yangi dastur, dasturni takomillashtiruvshi, o‘quv materialini to‘ldiruvshi; paydo bo‘lishiga ko‘ra – me’yoriy hujjatlar o‘zgarishi asosida rejali, oldindan o‘ylangan, ichki va tashqi;

3) o‘qitish metodi bilan bog‘liq pedagogik innovatsiyalar: miqyosiga ko‘ra – uzluksiz ta’limda, alohida ta’lim turida, ayrim fanda, bobda, mavzuda, o‘quv mashg‘uloti shakli va turida; darajasiga ko‘ra – takomillashtirish, ko‘rinishini o‘zgartirish, ma’lum uslubiyot elementlarini yangicha talqinda ishlab chiqish; o‘zidan oldingisiga nisbatan – yangi, takomillashtiruvshi, o‘rnini almashtiruvshi, to‘ldiruvshi, retro; paydo bo‘lishiga ko‘ra – rejali, oldindan o‘ylangan, tasodifiy, yangi talablar asosida, ichki va tashqi;

4) o‘qitish vositasi bilan bog‘liq pedagogik innovatsiyalar: shakliga ko‘ra – ommaviy, yakka, kompleks, ta’lim tizimida, alohida ta’lim turida, ayrim fanda, o‘quv materialining ayrim qismida, o‘quv mashg‘uloti shakli, turi, ayrim bosqichi da; o‘zidan oldingisiga nisbatan – yangi texnika, texnologiya, eskisini almashtiruvshi, o‘rnini almashtiruvchi, retro; darajasiga ko‘ra – modernizatsiyalashgan, ma’lum vosita elementlari yangicha talqinda ishlab

chiqilgan, tubdan o'zgartirilgan; paydo bo'lishiga ko'ra – rejali, oldingan o'ylangan, tasodifiy, ichki, tashqi, texnika rivoji ta'sirida;

5) ta'lim natijasi bilan bog'liq pedagogik innovatsiyalar: Shifokor faoliyatida – innovator Shifokor; talaba faoliyatida – mustaqil fikrlovchi, aniq maqsadga intiluvchi, ta'lim jarayonining faol sub'yekti⁵⁶.

Fikrimizcha, bo'lajak shifokorlarda valeologik kompetentlikni rivojlantirishda Dynamic stirring modelidan foydalanish, ularning kelajakda egallaydigan Shifokorlik kasbiga asta-sekin kirib borishlari va kasbiy kompetentsiyaga ega bo'lishlariga imkoniyat yaratadi. Bunday imkoniyatlar kontekstli va loyihaviy ta'lim texnologiyalari asosida paydo bo'ladi. Bu jarayonda talabalarning ta'lim olishdagi ehtiyojlari, motivlari, maqsadlari, xatti-harakatlari, vositalari va natijalari tubdan o'zgarib ketadi. Talabalarda innovasion fikrlash ko'nikmasini takomillashtirishda asosiy e'tibor ularning ilmiy-pedagogik ongini shakllantirish va yangicha fikrlash qobiliyatiga qaratiladi.

Bunday texnologiyalarning integratsiyalashgan, fanlararo tuzilishda, uzluksiz ta'limning tizimlilikini o'zida namoyon qilgan holda olib borilishi samarali natijalarni ko'rsatadi.

Yuqoridagi fikrlarga asoslanib aytish joizki, bo'lajak shifokorlarda valeologik kompetentlikni rivojlantirishning mazmuni va mohiyati amalda yangi tasavvur, g'oya, qarashlar hamda ularda ilg'or texnologiyalar haqidagi bilimlarning mahsuli bo'lib, uning natijasi innovatsion fikrlash ko'nikmasi sifatida yuzaga kelgan ixtironi – loyihaga, loyihani – texnologiyaga aylantirishga yo'naltirilgan jarayondir.

Yuqoridagi fikrlarga asoslanib aytish o'rinliki, bo'lajak shifokorlarda valeologik kompetentlikni rivojlantirishda muhim ahamiyatga ega bo'lgan mazkur vositalar rivojlantiruvchi omillari sifatida xizmat qiladi va ular bo'lajak shifokorlarda valeologik kompetentlikni rivojlantirish jarayonida o'ziga xos ahamiyat kasb etib, ular eng maqbul omillarni, ya'ni talabaga eng kuchli va

⁵⁶ Liu Xiang. Adaptive Learning Technologies for Higher Education // Educational activities, № 4, August, 2024. - P.47.

samarali ta'sir ko'rsatuvchi vositalarni tanlash va ulardan o'z xususiyatlariga ko'ra to'g'ri foydalanishni zarur deb topadi.

Xulosa qilganda, bo'lajak shifokorlarda valeologik kompetentlikni rivojlantirishga qaratilgan pedagogik model kompetentsiyaviy yondashuvga va turli kompetentliklarning integratsiyasi, uyg'unlikda shakllanishiga asoslanadi. Bu orqali bo'lajak shifokorlarda kasbiy faoliyatni to'g'ri va samarali yo'lga qo'yish imkoniyati yuzaga keladi.

III-BOB. BO'LAJAK SHIFOKORLARNING VALEOLOGIK KOMPETENTLIGINI ADAPTIV TEXNOLOGIYALAR ORQALI RIVOJLANTIRISH BO'YICHA TAJRIBA – SINOV ISHLARI NATIJALARI VA UNING SAMARADORLIGI

3.1.-§ Tibbiy ta'lim talabalari valeologik kompetentligini rivojlantirish bo'yicha o'tkazilgan tajriba-sinov ishlari natijalari.

Bugun jamiyatimizda ijtimoiy-iqtisodiy hayot sharoitlarining o'zgarishi va mamlakatimiz sog'liqni saqlash tizimi tubdan isloh qilinishi munosabati bilan zamonaviy tibbiy ta'lim oldida turgan dolzarb muammolarni hal qilishga qaratilgan turli xil chora-tadbirlar ishlab chiqilib amaliyotga tadbiiq etilmoqda.

Jamiyatdagi qadriyatlarining o'zgarishi, bozor iqtisodiyoti qonunlarining ustunligi tibbiy ta'limning davlat-o'qituvchi-shogird tizimida alohida munosabatlar paydo bo'ladigan sohaga aylanishiga olib keladi. Ushbu munosabatlarning o'ziga xosligi ko'p jihatdan sport xodimlarini kasbiy tayyorlash jarayoniga va talabalarining kelajakdagi kasbiy ixtisoslik yo'nalishini tanlashiga ta'sir ko'rsatadigan turli omillarga bog'liq.

Dunyoda bo'lgani kabi O'zbekistonda ham tibbiyot sporti ham muntazam ravishda kadrlar yetishmasligini boshdan kechirmoqda. Sog'liqni saqlash vazirligining ma'lumotlariga ko'ra, bugungi kunga qadar sog'liqni saqlash sohasida 20 mingga yaqin yuqori malakali mutaxassislar yetishmayapti, shuning uchun davlat sog'liqni saqlash organlarining ustuvor vazifasi mutaxassislarni "yetishmovchilik" darajasida tayyorlash uchun kasbiy tayyorgarlik jarayonini qayta yo'naltirishdir.

Tibbiyot ta'lim muassasalari talabalarining valeologik kompetentsiyalarini shakllantirish jarayoni tibbiy ta'lim tizimining kredit tizimi asosida yo'lga qo'yilishi munosabati bilan alohida ahamiyatga ega bo'lib, uning asosiy tamoyili oliy ma'lumot olishda talabalarining o'z ta'lim strategiyalarini shakllantirishdagi faol rolidir. Bu jarayonda universitet o'quv faoliyatining samarali algoritmlarini ishlab chiqish va amalga oshirish orqali talabalar tomonidan kelajakdagi mutaxassislikni tanlashning omillari va motivlariga ta'sir qilish imkoniyatini yuzaga keltiradi.

Tibbiy ta'lim talabalari jismoniy tarbiya va sport fanini bilish faolligining samaradorligini oshirish deganda pedagog tomonidan berilgan bilimlarni egallashi, malaka va ko'nikmalarni shakllantirilishi, ulardan amaliyotda foydalanishga qiziqish uyg'otishi, faolligini, ijodkorligini, mustaqilligini oshirish maqsadida ta'limning mazmuni, shakli, usullari va vositalarini takomillashtirishga qaratilgan faoliyati tushuniladi.

Talabalarining valeologik kompetentligini jismoniy tarbiya va sport fani orqali rivojlantirish, asosan, ular bilan hamkorlikda samarali ishlashni tashkil etish va boshqarish texnologiyalariga ko'plab misollar keltirish bilan izohlanadi.

Talabalarni jismoniy tarbiya va sport fani orqali valeologik kompetentsiyalarni rivojlantirish masalasining nazariy asoslari, shuningdek, talabalarda valeologik kompetentsiyalarni rivojlantirishning modeli, ushbu modelning samaradorligini ta'minlovchi pedagogik shart-sharoitlarning aniqlanishi bizga tajriba-sinov ishlarining maqsadi, mazmuni va vazifalarini belgilab olishga yordam beradi, ya'ni tajriba-sinov ishlarining maqsadi – tibbiy ta'lim talabalari valeologik kompetentligini rivojlantirishning samaradorligini ta'minlovchi pedagogik shartlarni amalda sinab ko'rishni va baholashni nazarda tutadi.

Tajriba-sinov ishlari davomida quyidagi vazifalar bajarildi:

- tibbiy ta'lim talabalari valeologik kompetentsiyalarini rivojlantirishning boshlang'ich darajasini aniqlash va tahlil qilish;

- talabalarni o‘quv jarayoniga tayyorlashda valeologik kompetentsiyalarni rivojlantirishning modelini tadbiq qilish;
- talabalarda valeologik kompetentsiyalar fazilatlarini rivojlantirishning daraja va ko‘rsatkichlari dinamikasini o‘rganish va tahlil qilish;
- talabalarda valeologik kompetentsiyalar fazilatlarini rivojlantirishning samaradorligini ta‘minlovchi pedagogik shart-sharoitlarni yaratish.

Yuqoridagi vazifalarni amalga oshirish uchun tajriba-sinov ishlarining tashkiliy bosqichlari - qayd qiluvchi, shakllantiruvchi va umumlashtiruvchi bosqichlari aniqlab olindi.

Tajriba-sinov ishlarining mantiqiy bosqichlari, tajriba-sinov ishlari har bir bosqichi ning mazmuni 3.1.1-jadvalda aks etgan.

3.1.1-jadval.

Tajriba-sinov ishlari har bir bosqichi ning mazmuni.

Tajriba-sinov bosqichlari	Tadqiqot metodlari	Tajriba-sinov ishlarining mazmuni
Qayd qiluvchi	Valeologik kompetentlikni rivojlantirish yo‘llarini o‘rganish va tahlil qilish; Suhbat; Kuzatish; Modellashtirish	Tadqiq etiluvchi ob‘yektning holati tahlili talabalarni kasbiy kompetentligini rivojlantirish; Valeologik kompetentligi darajalari va ko‘rsatkichlarini asoslash; talabalarni kasbiy rivojlantirishning samaradorligini ta‘minlovchi pedagogik shartlarni aniqlash; Tajriba-sinov ishlari dasturini tuzish; Tajriba-sinov o‘tkazish uchun ilmiy-metodik instpumentariy tanlash va aprobatsiyadan o‘tkazish; 1 – bosqich talabalarida valeologik kompetentsiyalari rivojlanlanganligining boshlang‘ich darajasini aniqlash; Valeologik kompetentsiyalarning rivojlanlanganlik darajasini baholash

		uchun respondentlar guruhi (eksperimental va nazorat) tanlovi.
Shakllantiruvchi	-Pedagogik kuzatish; -So‘rov; -Test; -Suhbat; -Ijtimoiy foydali faoliyat natijalarini tahlil qilish	Tibbiy ta’lim talabalarining valeologik kompetentligini rivojlantirish mualliflik modelini tadbiq etish; Dastlabki natijalardan xulosa qilish; Tibbiy ta’lim talabalarini valeologik kompetentligini rivojlantirishning mualliflik modelini tahlil va korrupsiya qilish; Tibbiy ta’lim talabalarini kasbiy kompetentligini rivojlantirishning samardorligini ta’minlovchi pedagogik shart sharoitlarni yaratish; Tibbiy ta’lim talabalarini kasbiy kompetentligini rivojlantirish maqsadida mualliflik dasturi asosida mashg‘ulotlar o‘tkazish; Tajriba-sinov ishlarini shakllantiruvchi bosqichidagi oraliq natijalari tahlili; Tibbiy ta’lim talabalarini rivojlantirish samardorligini ta’minlovchi pedagogik shartlarni aniqlashtirib olish
Umumlashtiruvchi	-Anketa to‘ldirish; -test o‘tkazish; – suhbat; – kuzatish; -tajriba-sinov ishlaridan olingan natijalarni tahlil qilish; -Tajriba-sinov ishlari natijalariga matematik tahlili	Tibbiy ta’lim talabalarini valeologik kompetentligini rivojlantirish darajasini yakuniy nazorat o‘lchovlarini o‘tkazish; talabalarni kasbiy kompetentligini rivojlantirish darajasining oxirgi ko‘rsatkichlarini qayd qilish; Tajribaviy guruhning tajribadan oldin va keyin olingan natijalarini taqqoslash; Tajriba-sinov ishlari natijalarini rasmiylashtirish va tavsiflash, tajriba-sinov ishlari ma’lumotlarini tizimlashtirish;

		Tajriba-sinov ishlari natijalarini miqdor va sifat tahlilini amalga oshirish.
--	--	---

Tibbiy ta'lim talabalari valeologik kompetentligini adaptiv texnologiyalar vositasida oshirish deganda pedagog tomonidan berilgan bilimlarni egallashi, malaka va ko'nikmalarni shakllantirilishi, ulardan amaliyotda foydalanishga qiziqish uyg'otishi, faolligini, ijodkorligini, mustaqilligini oshirish maqsadida ta'limning mazmuni, shakli, usullari va vositalarini takomillashtirishga qaratilgan faoliyati tushuniladi.

Talabalarni jismoniy tarbiya va sport fani orqali valeologik kompetentligini adaptiv texnologiyalar vositasida ta'minlash - ular bilan hamkorlikda ishlash asosida samarali ishlashni tashkil etish va boshqarish texnologiyalariga ko'plab misollar keltirish bilan izohlanadi. Ushbu hamkorlikda o'qitish asosida samarali tashkil qilinadigan metod, texnologiya va strategiyalarning har biri ta'limda ma'lum bir maqsad - vazifalarni ko'zlaydi, ya'ni faollikni, qiziqish va motivatsiyani oshirish, muloqot malakalarini shakllantirish, qaytuvchan aloqa o'rnatish, bilish jarayonlarining muayyan funksiyalarini rivojlantirish kabilar.

Yuqoridagilarni inobatga olgan holda jismoniy tarbiya va sport fanini tibbiy ta'lim talabalariga o'rgatishda quyidagi metodlar ularning valeologik kompetentligini shakllantirishda eng muhimlari deb ko'rsatish mumkin:

“Kritik (keskin) vaziyat tahlili” metodi. Ma'lum bir vaziyatning qisqacha tavsifi beriladi va talabalar u bilan tanishib chiqadi. Ular keskin vaziyatni tahlil etishda quyidagilarni hal etishi lozim:

1. Bu qanday sodir bo'ldi?
2. Bu nima uchun sodir bo'ldi?
3. Bunda kim aybdor?
4. Bunda kim jabrlanuvchi?
5. Nima sodir bo'lishi mumkin edi?
6. Nima qilish lozim?

Bu metodni qo'llash jarayonida tibbiy ta'lim talabalari jismoniy tarbiya va sport fani bo'yicha berilgan barcha topshiriqlarni tahlil qilishga o'rganadilar.

“Nazariya va amaliyot” didaktik o‘yini. Ushbu metod orqali talabalar o‘z qiziqishlarini, aniq, to‘la bayon etishga erishish va shu asosida amaliy mashg‘ulotlarni rejalashtirishga o‘rganadilar.

Kutiladigan natija - talabalarning o‘quv va amaliy faoliyatidagi ichki motivlari mantiqiylikini, aniq savollar bera olish va xuddi shunday tarzda javoblar qaytarish malakasini rivojlantirishdan iborat.

Ushbu metod orqali talabalar ikki guruhga bo‘linadi. 1-guruh – nazariyachilar - fanning nazariy asosini ishlab chiquvchi olimlar. 2-guruh – amaliyotchilar – fanning amaliy qismini ishlab chiquvchi olimlar.

O‘qituvchi ishtirokchilarni yo‘llanma bilan tanishtiradi. Bir tomonda jismoniy tarbiya va sport fanining nazariy asosini ishlab chiquvchilar, ikkinchi tomonda amaliyotchilar, ya’ni nazariy bilimlarni amaliyotga tatbiq etuvchilar turadilar.

Guruhlar navbat bilan o‘zlari tanlagan jismoniy tarbiya va sport fani mavzulari bo‘yicha savol–javob o‘tkazadilar. Nazariyachilar amaliyotchilarga fanning amalda ko‘llanilishi haqida, amaliyotchilar esa nazariyachilarga fanning nazariy asosi bo‘yicha savollar beradilar. Bu jarayonda o‘yinni olib boruvchi (o‘qituvchi) hakamlar hay’ati sifatida ishtirok etadi. Talabalar tomonidan berilgan eng yaxshi savol va eng yaxshi javob munosib taqdirlanadi. Eng yaxshi javobni aniq, to‘g‘ri, shaxsiy fikr va asoslanganlik asosida baholanadi.

“Tushunchalar tahlili” texnologiyasining maqsadi - talabalarning o‘tilgan mavzuni egallaganlik va mavzu bo‘yicha tayanch tushunchalarni o‘zlashtirganlik darajalarini aniqlash, o‘z bilimlarini mustaqil ravishda erkin bayon eta olish, o‘z bilim darajalarini baholay olish, yakka va guruhlarda ishlay olish, kursdoshlarining fikriga hurmat bilan qarash, shuningdek, o‘z bilimlarini bir tizimga solishga o‘rgatishdan iborat.

“Tushunchalar tahlili” usulidan bir darsning o‘zida dars boshlanishida o‘tgan mavzuni takrorlash, mustahkamlash yoki yangi mavzu bo‘yicha talabalarning dastlabki bilimlari, qanday bilimlarni egallaganliklari va shu darsning oxirida

bugungi mavzudan nimalarni bilib olganliklarini aniqlash uchun ham foydalanish mumkin.

Qo‘llash tartibi:

- Talabalar kichik guruhlariga bo‘linadi;
- Ular uslubning talab va qoidalari bilan tanishtiriladi;
- Amaliy mashqlarni bajarish uchun topshiriqlar guruhlariga ko‘rsatiladi;
- Talabalar amaliy mashqda berilgan tushunchalar bilan tanishadilar;
- Talabalar amaliy mashqda berilgan tushunchalar yoniga egallagan bilimlari asosida jismoniy mashqlar olib boradilar;
- O‘qituvchi guruhlar bilan birgalikda har bir mashqni to‘g‘ri bajarish bo‘yicha izohni belgilaydi.

“Aql xaritasi” (ingl. “Mind map”) – taniqli yozuvchi, notiq va o‘qitish psixologiyasi hamda fikrlash muammolari bo‘yicha maslahatchi Toni Byuzen tomonidan ishlab chiqilgan. U “Intellekt-karta”, “Mental karta”, “Idrok xaritasi” yoki “Fikrlar xaritasi” deb ham yuritiladi.

Bu analitik fikrlash instrumenti bo‘lib, maksimal tarzda muammoning yechimini topish zarurligida qo‘llaniladi. Maqsad turlicha bo‘lishi mumkin: fikrlar generatsiyasi, mashqga tayyorlanish, tadbir tashkil etish va o‘tkazish, kun tartibini yoki loyiha ishini rejalashtirish va boshqalar.

“Aql xaritasi”dan jismoniy tarbiya va sport fanida har qanday ma’lumotni qayta ishlash, analiz qilish va eslab qolish, nostandart vazifalarni yechish uchun foydalanish tavsiya etiladi. Ko‘rinishidan ham neyronning shoxlanishiga o‘xshab ketadigan diagrammani tashkil etadi⁵⁷.

Tajriba-sinov ishidan yuzaga chiqdiki, jismoniy tarbiya va sport darsida talabalar bilan ishlashda interfaol o‘qitish uslubiyoti va sinov uslublari yaxshi samara beradi. O‘quv jarayonini takomillashtirish bo‘yicha ishlab chiqilgan tavsiya va xulosalar, tajriba-sinov ishlari asosida taklif etilgan ta’lim vositasi, shakli va uslubi samarali ekanligini tasdiqladi.

⁵⁷ Harner W. Adaptive Teshnology in Higher Edusation: teashing physisal studies // Web and teshnology in medisine, № 2, 2024. -P.129

Kelajakda tibbiy ta'lim talabalari valeologik kompetentligini adaptiv texnologiyalar vositasida rivojlantirishning asosiy shartlari sifatida kasbiy rivojlanishdagi o'zaro hamkorlik, o'zaro kelishuv va kasbiy faoliyat uchun ahamiyatli bo'lgan shaxsiy fazilatlarining shakllanishi o'rta chiqadi. Bu esa uzoq davom etadigan va murakkab jarayon bo'lib, kasbiy faoliyatning rivojlanishning maxsus uslubi yordamida ta'lim mazmunini qayta ko'rib chiqish, aniqlash va to'ldirishni talab etadi. Tibbiy ta'lim talabalarining butun tayyorgarlik darajasi tibbiy ta'lim va tarbiyaning individual xususiyatlarini e'tiborga olgan holda shaxsiy yondashuv asosiga qurilishi kerakligi tadqiq etilgan.

Talabalarni zamonaviy shifokor sifatida tayyorlash samaradorligi - innovasion texnologiyalarni tibbiy ta'limga tadbqiq etish bilan baxolanadi. Tadqiqotlar shuni ko'rsatdiki, valeologik kompetentlikni rivojlantirish uchun qo'llaniladigan amaliy texnologiyalar eng samarali texnologiyalar hisoblanadi. Yuqorida aytib o'tilgan mezonlar tibbiy ta'lim uchun eng samarali bo'lib, tibbiy ta'lim talabalarining valeologik kompetentligini rivojlanishiga xizmat qiladi.

Yuqoridagilarning hammasi yangi ta'lim standartlariga tezlik bilan moslasha oladigan, yuqori sifatli tibbiy ta'lim mahsulotlarini yarata oladigan, yuqori malakali bo'lajak sport xodimlarini tayyorlashni muhim omillarini belgilaydi. O'z navbatida, tibbiy ta'limning birinchi galdagi vazifalaridan biri bo'lgan - yuqori malakali, kasbiy, valeologik kompetentligi rivojlangan kadrlarni tayyorlashga qaratilishi zarur.

Olingan tadqiqot natijalari asosida tibbiy ta'lim talabalari uchun adaptiv texnologiyalar vositasida valeologik kompetentlikni rivojlantirish bo'yicha tavsiyalar, jumladan, kompetentsiyalar rivojlanishi bo'yicha bo'lajak shifokorlar uchun birinchi darajali ahamiyatga ega bo'lgan tibbiy ta'limdagi dasturlarni to'g'ri qabul qilish, ishlab chiqildi.

Talabalarni to'g'ri baholash va valeologik kompetentsiyasini rivojlantirish uchun, birinchidan, ularni kuzatishni bilish, maqsadga muvofiq ma'lumotlarni topish va ularni kerakli o'rinlardagina qo'llashni bilish kerak⁵⁸. Bu tibbiy ta'lim

⁵⁸ Ryan M. The Transformative Power Of Adaptive Learning In Higher Education. -London: Palgrave Macmillan.

muassasalarida ta'lim oluvchilarning muloqotga kirishadigan individual xususiyatlari bo'lib, ular haqida muhokama qilish imkonini beradi. Bu tibbiy ta'lim oluvchilarga psixologik baho berish uchun odat va doimiy qo'llanadigan ko'rsatma ishlab chiqish zarurligini bildiradi. Bu ko'rsatma, jumladan, yangi ta'lim oluvchilar bilan uchrashar ekan, imkon qadar ular haqida ko'proq, birinchi navbatda, ularni shaxs sifatida to'g'ri qabul qilish va baholashga yordam beradigan ma'lumotlarni bilishga intilishni nazarda tutadi. Ta'lim oluvchilar xarakteri haqida guvohlik beruvchi, masalan, uning tirik hayotiy holatlarga va boshqa ta'lim oluvchilarga faoliyatiga munosabati, shu bilan birga ular ishida eng ko'zga ko'ringani, tibbiy ta'lim talabalarining odatiy kayfiyatda bo'lganda, ruhiyatining tirik holatida yuzaga kelganda bo'ladigan chog'dagi holati ham muhimdir.

Yuzaga kelgan holatni psixologik jihatdan to'g'ri baholashni bilish, vaziyatga qarab harakat qilish, buning natijasida ishlab chiqiladigan kuzatish odati, yuzaga kelgan holatga diqqat bilan e'tibor qaratish, ayniqsa, muloqotga muvofiq tibbiy ta'lim talabalari bilan jismoniy tarbiya va sport darsi davomida qanchalik ko'p turli holatlarda muloqot o'rnatilar ekan, ularni muloqotga kirishish jarayonini amaliyotda kuzatish imkoni paydo bo'ladi, ya'ni turli vaziyatlarda ular o'zlarini qanday tutishlariga qarab o'qituvchi ularni shuncha ko'p e'tibor bilan, ularning harakatlari natijasini baholaydi, tez va to'g'ri qabul qiladi va aql bilan harakat qiladi.

Bundan tashqari, dars davomida tibbiy ta'lim talabalarining o'z ustida ishlashini nazarda tutuvchi muloqotning usul va vositalarini to'g'ri tanlashni ham bilish zarur. Muloqotning turli usul va vositalarini mustaqil ishlatish, shuningdek, ular samarasining qiyosiy bahosi, xususan, erishilgan natija va belgilangan maqsadlarni solishtirishni bilish kerak. Bu tibbiy ta'lim talabalarining o'z-o'zini doimo kuzatishi, atrofdagilar bilan muloqotga kirishganda nimani qanday bajarayotganini anglashi lozimligini bildiradi. Nima uchun muloqotning ba'zi vosita va usullari boshqasidan ustun ekanligi haqidagi savollarga javob berishga tayyor bo'ladi.

Agar jismoniy tarbiya va sport fani o'qituvchisi talabalarni bo'lajak shifokor sifatida psixologik jihatdan oshiq, ular bilan bir-birlarini tushunishga intilsalar, avvalo, shunday qilish kerakki, bo'lajak shifokorlar atrofdagilarga oshiq va samimiy munosabatda bo'lsin, ularga o'zining shaxsiy intilishlarini va ularni tushunishga harakat qilayotganini namoyon etsin. Natijada valeologik kompetentlilik integral sifatida yuzaga chiqadi, bunda u kasbiy faoliyatning umumiy madaniyati va o'ziga xos xususiyatlarini sintezlovchi vazifani bajaradi.

Jismoniy tarbiya va sport fanida adaptiv texnologiyalar vositasida valeologik kompetentlilikni rivojlantirishning muhim shartlaridan biri ma'lum qoida va talablarni bajarish hisoblanadi. Muhim qoidalar quyidalardan iborat:

- 1) dars davomida noaniq bo'lgan tushunchalarni tushunarli, misollar bilan yetkazib berish;
- 2) aniqlik qoidasi, ya'ni noaniq, ikki xil ma'no beruvchi, sirg'aluvchi so'z va ifodalardan foydalanmaslik, hamda extiyoj bo'lmasa o'zining bilmaydigan yoki tor ixtisoslikka tegishli atamalarini ishlatmaslik kerak;
- 3) verbal signallarni nazorat qilish qoidasi. O'z nutqi va xabarlar mazmunini nazorat qilish kamlik qiladi. Ularni shaklini, xususan, uning "tashqi kuzatuvchi shakli" –mimika, jest, intonatsiya, gavdani tutishlarni ham nazorat qilish zarur;
- 4) «shaxsiy noto'g'rilik» qoidasi. Kommunikasiya paytida shaxsiy nuqtai nazar xato bo'lishi mumkinligini esdan chiqarmaslik kerak. Bu ko'pincha jiddiy xatolardan saqlaydi;
- 5) Jismoniy tarbiya va sport fanidagi jarayonlar qoidasi. Har qanday xabarning samarasi uni o'z vaqtida va u amalga oshiradigan adekvat holatda aytilsa, keskin oshadi;
- 6) oshiqlik qoidasi, o'z nuqtai - nazarini yuzaga kelgan yangi holat ta'sirida qayta ko'rib chiqishga tayyorlikni, shuningdek, talabaning nuqtai nazarini e'tiborga olish va uni qabul qilish qobiliyatini anglatadi;
- 7) faol va konstpuktiv eshitish qoidasi – kommunikasiyaning asosiy shartlaridan biri;

8) qayta aloqa qoidasi. Aynan shu qoida, oxir oqibat, kommunikasiya jarayonining asosiy maqsadi – bir-birini tushunishni ta’minlaydi⁵⁹.

Tadqiqotlarimiz davomida tibbiy ta’lim talabalari valeologik kompetentligini adaptiv texnologiyalar vositasida rivojlantirishning quyidagi xususiyatlarni tadqiq etdik:

- Jismoniy tarbiya va sport fani darsida talabalarni o’qitish jarayonini samarali kechishini ta’minlovchi amaliy kompetentsiyalar bilan birga egallanuvchi nazariy kompetentsiyalarning yig’indisi;

- tibbiy ta’lim talabalarining turli xarakter xususiyatiga ega insonlar bilan, oila a’zolari va barcha fuqarolar bilan kommunikativ hamda o’zaro sermahsul hamkorlik olib borishi.

Valeologik kompetentlik talabalarda quyidagi xususiyatlarning mavjud bo’lishini taqozo qiladi:

1. Sog’lom turmush -tarzini olib borish xaqidagi ma’lumotlarni tushunarli tilda yetkazish;
2. Kommunikasiyaga kirishish jarayonida talabaning ruhiy holatiga e’tibor qaratish;
3. Muloqot jarayonida talabaning holati xaqidagi fikrlarini unga ishonarli tarzda yetkazish⁶⁰.

Sanab o’tilgan xususiyatlarni batafsil tekshirib, jismoniy tarbiya va sport fanini o’qitish davomida valeologik kompetentsiya uchun zarur bo’lgan yo’nalishlarni ajratib ko’rsatish mumkin. Bu kompetentsiyalar:

- nutqiy;
- savodli tarzda munosabatga kirishish ;
- munosabat jarayonida qo’llab - quvvatlash;
- munosabat jarayonida o’z strategiyasiga ega bo’lish;
- munosabat jarayonida vaziyatini hisobga olish;

⁵⁹ Filipe Rodrigues. Anthropometris Measures, Mussle Resistanse, and Balanse in Physisally Astive students // Physisal Astivity and Exercise: Pressription, Measurement, and Testing. № 6, 2021. -P.126.

⁶⁰ Московченко О.Н. Оптимизация физических нагрузок на основе индивидуальной диагностики адаптивного состояния у занимающихся физической культурой и спортом: с применением компьютерных технологий. Дисс... доктор педагогических наук. Москва, 2007. -С.102

- munosabatga kirishish jarayonida natijasini oldindan prognoz qilish;
- suhbat davomida qayta aloqani yo‘lga qo‘yish;
- kommunikasiyaga kirishishda tashabbusni qo‘lga olish va qo‘llab-quvvatlash;
- kutilgan natijaga erishish uchun imkoniyat yaratish;
- talaba tomonidan bildirilayotgan fikrlarni tasdiqlash;
- talaba bilan o‘qituvchi o‘rtasidagi muloqot jarayonida o‘qituvchining diksiyasi, mimika va pontomimikadan foydalanish elementlariga e‘tibor qaratish;
- o‘z fikrini izchil va ravon bayon qilish⁶¹.

Shunday qilib, o‘qituvchi va talaba o‘rtasidagi munosabatlarning jadallashgan sharoitlarida valeologik kompetentlikning yuqori darajasi, talabalardan bo‘lajak shifokor sifatida o‘zini o‘rab turgan insonlar bilan ishini to‘g‘ri tashkil qilish uchun topqirlik, hozirjavoblik, uddaburonlik, o‘ziga bo‘lgan ishonch, notiqlik qobiliyatini egallagan bo‘lishi kerak.

Valeologik kompetentsiya jismoniy tarbiya va sport fanini o‘rganish davomida bevosita muloqot jarayonida yoki amaliyot jarayonida, o‘qituvchi va talaba munosabatlarida hamda virtual tarzda ham amalga oshishi mumkin. Eng muhimi, yuqorida sanalgan muloqot va munosabatlardan kasbiy faoliyatda ham, shaxsiy muloqotda ham foydalanish mumkin bo‘ladi.

Xulosa qilib shuni aytish mumkinki, tibbiy ta’lim talabalari valeologik kompetentligini adaptiv texnologiyalar vositasida jismoniy tarbiya va sport fani orqali takomillashtirishning pedagogik shart-sharoitlari birinchi navbatda, ular faoliyatining natijasini belgilaydigan va ularni bo‘lajak mutaxassis sifatida tarbiyalashda muhim ahamiyat kasb etadigan muhim jarayon hisoblanadi.

3.2.-§ Tibbiy ta’limda valeologik kompetentlikni tadbiq etish natijalarining samaradorligi.

⁶¹ Храмов, Владимир Владимирович. Адаптивная физическая культура и спорт: социальные проблемы реабилитации. Дисс...доктор медицинских наук. -Волгоград., 2008. -С.98

Tajriba-sinov ishlari bazasi sifatida Farg‘ona jamoat salomatligi tibbiyot instituti, Andijon davlat tibbiyot instituti, Buxoro davlat tibbiyot institutining 850 nafar talabalar olindi.

Tajriba-sinov ishlari mazmuniga ko‘ra, tajriba va nazorat guruhlarini o‘rtasidagi farq birinchi guruhlarda jismoniy tarbiya va sport fanini samarali tashkil etishda talabalarda valeologik kompetentsiyalarni rivojlantirish samaradorligini ta‘minlovchi pedagogik shart-sharoitlarni yaratish, ikkinchi guruhda esa standart dastur va an‘anaviy ta‘lim metodlariga asoslanganligi bilan ifodalandi.

Tajriba-sinov ishlarini amalga oshirish jarayonida o‘quv bo‘limi bilan hamkorlikda quyidagi faoliyat turlarini olib borildi:

- tibbiy ta‘lim jarayonida talabalarda valeologik kompetentsiyalarni rivojlantirish bo‘yicha malaka talabalariga modul dasturlariga qo‘shimchalar kiritildi;
- oraliq natijalar qayd qilindi va tajriba-sinov ishlarining shakllanish bosqichi bo‘yicha tadbiriq etilayotgan dasturga tuzatishlar kiritildi;
- tibbiy ta‘lim talabalarining valeologik kompetentligini rivojlantiruvchi pedagogik vaziyatlar ishlab chiqildi.

Tajriba-sinov ishlari jarayonida Sog‘liqni saqlash vazirligi huzuridagi tibbiy ta‘limda o‘quv resurslarini yaratish va rivojlantirish markazi bilan quyidagi ishlar amalga oshirildi:

- Davolash ishi yo‘nalishining jismoniy tarbiya va sport fani modul dasturini tayyorlashda “Jismoniy tarbiyaning bo‘lajak shifokorlar valeologik kompetentligini rivojlantirishdagi o‘rni” mavzulari kiritildi.

Tajriba-sinov ishlari davomida faoliyatimizning yana bir muhim yo‘nalishi Sog‘liqni saqlash vazirligi tasarrufidagi barcha tibbiyot oliy o‘quv yurtlari bilan hamkorligi sifatida belgilandi.

Tibbiy ta‘lim talabalarini valeologik kompetentligini rivojlantirish masalasiga doir talabalar bilan ishlash, ular valeologik kompetentligini rivojlantirish modelining ishlab chiqilishi va joriy qilinishi asosida har bir talabaning hamda

butun guruh talabalarining valeologik kompetentligining rivojlanish natijalarini kuzatib borish, sport oliygohlarining o'quv jarayonida talabalarda valeologik kompetentsiyalar fazilatlarni rivojlantirishning samaradorligini ta'minlovchi pedagogik shart-sharoitlarni yaratishni takomillashtirish lozim, deb belgilandi.

Tadqiqot doirasida jismoniy tarbiya va sport fanini o'qitish samaradorligini oshirish maqsadida biz tomondan tibbiy ta'lim talabalari valeologik kompetentligini rivojlantirish darajasi diagnostikasining ilmiy metodik ta'minoti amalga oshirildi.

Shuningdek, talabalarda valeologik kompetentsiyalarni rivojlantirishda tyutorlar rolini oshirish tajriba-sinov ishlarida tadqiq etildi.

Tibbiyot oliy o'quv yurtlarini tamomlab, sog'liqni saqlash tizimida faoliyat yuritayotgan xorijlik shifokorlarning hayoti, ish faoliyati pedagogik jihatdan o'rganildi. Ushbu o'rganishda ularning kasbiy kompetentligi alohida o'rganildi, o'zlarining kasbiy kompetentligini rivojlantirishga doir shifokor qasamyodida belgilangan vazifalar tahlil qilindi.

Tibbiy ta'lim talabalarining valeologik kompetentligini rivojlantirishda jismoniy tarbiya va sport faniga oid ma'lumotlar asosida sport va sog'liqni saqlash sohasining yutuqlari va istiqbollarini obyektiv tahlil qilish, sportning shakllanishi va rivojlanishining umumiy qonuniyatlarini aniqlash, sport etikasi tamoyillarini singdirish, yuqori axloqiy fazilatlar, ilmiy va madaniy dunyoqarashni singdirishga doir texnologiyalar, metodikalar, strategiyalar qo'llanildi.

Talabalar valeologik kompetentligini rivojlantirish texnologiyasining integral diagnostik komponentlari, jumladan, talabalarda valeologik kompetentsiyalarni rivojlanish mezonlari, ko'rsatkichlari, darajalari, muvofiq diagnostik metodlar va shkalalar integral diagnostikani amalga oshiruvchi mexanizmning tarkibiy qismlari etib belgilandi.

Integral diagnostik tadqiqotni olib borishda quyidagi shartlarning bajarilishi hisobga olindi:

- mezonlar, ko'rsatkichlar va tarbiyaviy faoliyat samaradorligini o'rganuvchi metodikalarni tanlashda tizimli yondashuv;

- pedagogik hamkorlikka amal qilish, avtoritar pedagogik bosimga yo‘l qo‘ymaslik;

- anonimlikni saqlash va natijalarni yagona matematik tahlildan o‘tkazish.

Integral diagnostikani yuzaga chiqishida quyidagi tamoyillarga tayanildi:

– yaxlit o‘rganish prinsipi tadqiqotda tizimli yondashuvdan maksimal foydalanishni, talaba shaxsidagi yetakchi fazilatlar bilan o‘rgatilayotgan valeologik kompetentsiyalarni rivojlantirishga doir kompetentsiyalarni shakllantirish, talabalarning o‘ziga ishonchi, yosh xususiyatlari va umumiy rivojlanish darajasi, shuningdek, shaxsning fazilatlarini tarbiyalashga ta’sir etuvchi tashqi omillar xilma-xilligining namoyon bo‘lishi, o‘rganilayotgan fazilatlar mazmunining ochilishi va tibbiy ta’lim talabalarining kasbiy faoliyati bilan chambarchas bog‘liqligining aniq belgilanishini nazarda tutadi;

– tadqiqot metodlaridan kompleks foydalanish prinsipi pedagog tomonidan talabalarni o‘rganish davomida kompleks metod va integral diagnostik metodlardan foydalanishni ko‘rsatadi;

– obyektivlik prinsipi pedagogning talabalar ma’naviy-axloqiy dunyoqarashi to‘g‘risida obyektiv bilimlar ola bilishini ifodalaydi;

– talabalarni o‘qitish va tarbiyalash uyg‘unligi prinsipida ta’lim oluvchilarni o‘qitish va tarbiyalash parallel ravishda olib boriladi. Bunda pedagogning asosiy vazifasi diagnostik metodlarni mohirlik bilan o‘qitish va tarbiyalash metodlariga aylantira olishi hisoblanadi;

– bir vaqtning o‘zida ham jamoa, ham shaxsni o‘rganish prinsipida shaxsni o‘rganish uchun jamoani tadqiq etish, jamoani o‘rganish uchun shaxsni va uning tibbiy jamoa bilan munosabatini tadqiq etishni ko‘zda tutadi;

– kasbiy-ma’naviy vaziyatlarni o‘zgarish va rivojlanishda o‘rganish prinsipi. Bunda o‘rganilayotgan vaziyatlar modellashtiriladi, o‘zgarishlar yuz beradi va bunda pedagog shu asosda ishini tashkil etishi lozim bo‘ladi.

Tajriba-sinov ishlarining asosiy maqsadi talabalarda valeologik kompetentsiyalarni rivojlantirish jarayonini tashkil qilish va uning monitoringini amalga oshirish hisoblandi.

Dasturning ushbu qismini amalga oshirishda asosiy vazifalar quyidagilardan iborat etib belgilandi:

- talabalarda valeologik kompetentsiyalarni rivojlantirish bo'yicha shakllantiruvchi tajriba-sinov ishlari natijalarini tahlil qilish;
- talabalarda valeologik kompetentsiyalarni rivojlantirishiga olib keluvchi pedagogik shart-sharoitlarni yaratish;
- talabalarda valeologik kompetentsiyalarni rivojlantirish jarayonida yuzaga kelayotgan muammolarni samarali hal etish uchun pedagogik sharoitlar yaratish shular jumlasidandir.

Tibbiy ta'lim talabalari valeologik kompetentligini rivojlantirish natijalarini o'lchash usullari pedagogik nazariya va amaliyotda eng muhim masalalardan biri sanaladi. Buning ahamiyati shundaki, birinchidan, pedagogik monitoring uchun texnologik vositalarni ishlab chiqishni, ikkinchidan, tajriba uchun tavsiyalarning ilmiy asoslanganligini, uchinchidan, professional faoliyat va uning sub'yektlarining rivojlanish istiqbolini prognozlashirishi zarur bo'ladi.

talabalarda valeologik kompetentsiyalarni rivojlantirish samaradorligini baholash uchun biz tomonimizdan ularni rivojlanganlik darajasini aniqlovchi mezon va ko'rsatkichlar ishlab chiqildi. Shuningdek, kasbiy kompetentlik turli darajalarda bo'lishini inobatga olib, ularni past, o'rta va yuqori deb belgiladik.

Barcha darajalar bir-biri bilan bog'liq bo'lib, ularning o'rtasida qat'iy chegaralar yo'q deb hisoblaymiz. Biz oldingi daraja keyingi yuqori darajaga o'tish uchun tayyorlovchi bosqich bo'lishi mumkinligini hisobga oldik. Bunda har qaysi daraja o'zidan oldingi darajani qamrab oladi va uni sifat jihatdan o'zgartiradi.

Tavsiya etilgan mezonlarning tibbiy ta'lim talabalari valeologik kompetentligini rivojlantirishga qaratilishi va belgilangan yo'nalish doirasida samarali bo'lishi muhimdir. Zero, ular talabalarga o'z-o'zini tarbiyalash, kasbiy kompetentligini rivojlantirish o'zgarish jarayoni haqida yaxlit tasavvur xosil qilish imkonini beradi.

Tadqiqotlarimizning sharti, vazifalari va maqsadidan kelib chiqib, ishlatayotgan metodikamizni boyitib, o'zgartirib, aniqlik kiritib, moslab bordik.

Shu sababli ayrim metodlar bir-birini to'ldirgan holda, boshqalari bilan birgalikda foydalanildi, bu esa tadqiqotning ahamiyatini yanada oshirdi.

Tadqiqotlarning sharti, vazifalari va maqsadidan kelib chiqib, foydalanilgan metodikamizni boyitib, o'zgartirib, aniqlik kiritib, moslab bordik. Shu sababli ayrim metodlar bir-birini to'ldirgan holda, boshqalari bilan birgalikda foydalanildi, bu esa tadqiqotning yanada mukammal bo'lishiga imkon yaratdi.

Yuqorida keltirilgan bo'limlar bo'yicha tahlillar tibbiy ta'lim talabalari valeologik kompetentsiyasini individual yondashuv asosida rivojlantirish mumkinligini ko'rsatib berdi.

Tajriba-sinov ishlarining shakllanish bosqichida talabalarning valeologik kompetentligi va valeologik kompetentsiyalarini, shuningdek, o'quv jarayonini shakllantirishda, malakaviy hamda pedagogik amaliyotlarni o'tash jarayonlarida ularni metodik takomillashtirish maqsadida bir qancha kurslar, metodik ishlanmalar ishlab chiqdik va amaliyotga tadbiq etdik.

Shunday qilib, amalga oshirilgan nazariy tadqiqotlar va tajriba-sinov ishlar tibbiy ta'lim talabalarining valeologik kompetentligini rivojlantirish bo'yicha o'quv ishlarini takomillashtirish uchun bir qator pedagogik sharoitlarni yaratish kerakligini isbotladi.

Bunda birinchi bosqich talabalari orasida anketa so'rovlari o'tkazilib, intervyu, kuzatuvlar va integral diagnostika usullari qo'llanildi.

Olingan tajriba tahlili asosida mutaxassisligi bo'yicha tahsil olayotgan birinchi kurs talabalarining aksariyatida jismoniy tarbiya va sport fani orqali ular valeologik kompetentligi rivojlanganligi 43%ida – past, 46%ida – o'rtacha va atigi 11%ida yuqori ekanligi aniqlandi.

Tajriba-sinovlarning qayd qilish bosqichida tibbiyot oliy o'quv yurti talabalarining jismoniy tarbiya va sport fani orqali valeologik kompetentsiyalarining rivojlanganlik darajasi motivatsion, kognitiv va shaxsiy mezonlar asosida aniqlandi.

So'rov natijalarining tahlili shuni ko'rsatdiki, so'ralgan talabalarning ko'pchiligi (52%) jismoniy tarbiya va sport fanini o'qitishning yangi metodlari

samarali ekanligini ta'kidlashdi. Biroq jismoniy tarbiya va sport bo'yicha tibbiy bilim, ko'nikmaga ega, ammo tibbiy ta'lim talabalarining valeologik kompetentsiyalar motivatsiyasi darajasi juda pastligi aniqlandi. Bu holat tajriba guruhlarida ham, nazorat guruhlarida valeologik kompetentsiyalar munosabat darajalari ko'rsatkichlarning deyarli bir xilligini ko'rsatadi.

Jismoniy tarbiya va sport fanini o'rganishda valeologik kompetentsiyalarni rivojlantirish sport amaliyotida katta ahamiyatga ega. Tadqiqotlarimiz natijalari so'rovda qatnashgan talabalarning 32%ida fan sillabusini yanada mukammallashtirish lozimligini ko'rsatdi.

Tibbiy ta'lim talabalarining valeologik kompetentligini hamda pedagogik faoliyatini tadqiq etish uchun amaliy mashg'ulot ishlanmalarini tibbiy ta'lim jarayoniga bosqichma – bosqich tadqiq etib chiqdik. Amalga oshirilgan kognitiv mezonlarni o'rganish natijalarining tahlili shuni ko'rsatdiki, so'ralgan talabalarning aksariyatida tibbiyot jismoniy tarbiya va sport fani bo'yicha bilim darajasi past (49%), 39,%ida – o'rtacha va 12%ida yuqori ekanligi aniqlandi.

Bu aksariyat talabalarning jismoniy tarbiya va sport fani orqali valeologik kompetentsiyalar turlarini tibbiy faoliyatga ijobiy ta'sir qilishi, shuning uchun har bir talaba yuksak kasbiy fazilatga ega shaxs bo'lishi kerak, deb hisoblashlarini ko'rsatadi.

O'tkazilgan tajriba, tibbiy ta'lim talabalari uchun jismoniy tarbiya va sport fani orqali valeologik kompetentsiyalar fazilatlarni rivojlantirishning yangi, zamonaviy vositalarini joriy qilish zarurligini ko'rsatadi. Shu maqsadda, biz tajriba-sinov ishlarining shakllantiruvchi bosqichini tashkil qildik. Tadqiqot maqsad va vazifalaridan kelib chiqib ishlab chiqilgan pedagogik shart-sharoitlarni ta'minlash va tibbiy ta'lim talabalarining kasbiy kompetentligini rivojlantirish modeli va uni amalga oshirishning uslubiy vositalarini joriy qilib, sinovdan o'tkazdik.

Tajriba-sinov ishlarining shakllantiruvchi bosqichi tibbiy ta'lim talabalarining valeologik kompetentligini rivojlantirish modeli ushbu jarayon samaradorligini ta'minlovchi pedagogik shart-sharoitlarni, sport instituti ta'lim

jarayonida valeologik kompetentsiyalarni rivojlantirish dasturini amalga oshirishni o'z ichiga oldi.

Tajriba-sinov ishlari quyidagi bosqichlarni o'z ichiga oldi:

- birinchi bosqich jismoniy tarbiya va sport fanini o'qitish jarayonida ijtimoiy, motivatsion muhitni yaratishni o'z ichiga oldi;

- ikkinchi bosqich fanni o'rgatish davomida pedagogik shartlarni amalga oshirish orqali talabalarda kasbiy-ma'naviy fazilatlarni rivojlantirishni o'z ichiga oldi;

- uchinchi bosqich tajriba va sinov guruhlarida talabalarning valeologik kompetentligining rivojlanish darajasini aniqlashga qaratildi.

Tibbiy ta'lim talabalarining valeologik kompetentligini jismoniy tarbiya va sport fani orqali rivojlantirish samaradorligini ta'minlovchi pedagogik shart-sharoitlarni inobatga olib, biz oldimizga quyidagi vazifalarni qo'ydik:

- Jismoniy tarbiya va sport fanini o'qitish davomida talabalar o'rtasida valeologik kompetentsiyalarni rivojlantirish uchun boyitilishi kerak bo'lgan g'oyalar, yondashuvlar, tushunchalar mazmunini aniqlash;

- Jismoniy tarbiya va sport fanini o'qitish davomida tibbiy ta'lim talabalarining valeologik kompetentligini rivojlantirish uchun ishlab shiqilgan modelni joriy etish va sport institutining o'quv ishlarini tashkil qilish jarayonida «Jismoniy tarbiya va sport fanini o'qitishda innovatsion yondashuvlar» mualliflik maxsus kursini joriy qilish;

- Jismoniy tarbiya va sport fanini o'qitish sifatini boshqarishning ko'p darajali tizimini qo'llash;

- Jismoniy tarbiya va sport fanini o'qitish mazmunini maqsadli boyitish;

- tajriba-sinov ishlari natijalaridan kelib chiqib, korreksion chopalar ko'rish.

Tadqiqotimiz natijasida aniqlangan pedagogik shart-sharoitlarni amalga oshirish jarayonida didaktik, valeologik, nazariya va amaliyot tajribasidan foydalanish talaba shaxsining intellektual, motivatsion sohalariga muvaffaqiyatli ta'sir ko'rsatishga imkon berdi.

Biz ushbu pedagogik shart-sharoitlarni amalga oshirish orqali tibbiy ta'lim jarayonida talaba shaxsini rivojlantirishning uch muhim vazifasini, ya'ni talabalarining o'zini o'zi anglashlari, ularni kasbiy ijtimoiy-madaniy muhitga moslashtirish, tibbiy ta'lim talabalarining kasbiy kompetentligini rivojlantirish vazifalarini amalga oshirdik.

Tajriba-sinov ishlarining shakllantiruvchi bosqichi o'quv faoliyatining guruh shaklidan foydalangan holda o'quv mashg'ulotlarini tashkil etishni o'z ichiga olgan bo'lib, Ushbu jarayonda tibbiy ta'lim talabalarining kasbiy kompetentligini rivojlantirishni samarali bo'lishi uchun pedagogik sharoitlar amalga oshirildi.

Tibbiy ta'lim talabalarini valeologik kompetentligini jismoniy tarbiya va sport fani orqali rivojlantirish jarayoni samaradorligini ta'minlash davomida tajriba-tadqiqot ishlari ta'kidlanuvchi, shakllantiruvchi, yakunlovchi bosqichlarda amalga oshirildi. Tadqiqot doirasida talabalarda valeologik kompetentsiyalarni rivojlanganligining mezonlari, ko'rsatkichlari va diagnostik belgilari ishlab shiqildi.

Ta'kidlanuvchi tajriba-sinov ishlarining asosiy vazifasi birinchi bosqichda ta'lim oladigan talabalar tajriba va nazorat guruhlarida ularda jismoniy tarbiya va sport orqali valeologik kompetentsiyalarni rivojlanganligining ilk darajasini aniqlab olishdan iborat bo'ldi.

Shakllantiruvchi tajriba ishlarining asosiy maqsadi - talabalarda valeologik kompetentsiyalarni rivojlantirish modelini eksperimental tekshirish hisoblandi. talabalarda valeologik kompetentsiyalar rivojlanganligining majmuaviy mezonlari sifatida tadqiqot ishining uchinchi bobida tanlab, asoslangan valeologik kompetentsiyalar pozitsiyada aks etgan motivatsion, kognitiv, operatsional, refleksiv komponentlar ko'rsatkichlarini birga aks ettirish bilan aniqlashtirildi.

Yakunlovchi tajriba-sinov bosqichi da axborot texnologiyalari asosida tibbiy ta'lim talabalarining valeologik kompetentsiyalarining shakllanganlik mezonlari nazorat savollari, so'rovnomalar, pedagogik kuzatuv, suhbat, intervyu usullari orqali

aniqlandi. Tajriba-sinov ishlari natijasida talabalar tomonidan valeologik kompetentsiyalar darajalari sezilarli darajada o'zgardi.

Tajriba-sinov natijalari tahliliga ko'ra, tadqiqot jarayoniga jalb etilgan nazorat guruhi talabalariga nisbatan bilim, ko'nikma va malakalar shakllanganligi aniqlandi. Bu holatni obyektiv baholash uchun statistik tahlil amalga oshiriladi, aniqlashtirgan xulosagina tajriba-sinov ishlarining ilmiy, pedagogik, texnologik va metodik jihatdan to'g'ri samarali olib borilganini tasdiqlaydi. Ta'kidlovchi tajriba-sinov davrida ham statistik tahlilni amalga oshirish uchun Student va Pirson metodlari tanlandi. Mazkur metod ikki guruhda qayd etilgan ko'rsatkichlarni aniqlash va obyektiv baholash imkoniga ega. Matematik statistik metodning mohiyatiga ko'ra dastlabki bosqichdagi kabi tajriba va nazorat guruhlarida qayd etilgan

1-2 tanlanmalar sifatida belgilanib yuqori, o'rta va past darajalar bo'yicha variatsion qatorlarni hosil qilish lozim bo'ldi.

Biz endi ushbu sonli ma'lumotlarni chuqur tahlil qilish maqsadida matematik statistika usullaridan foydalanamiz. Buning uchun yuqori, o'rta, sust guruhlardagi o'rtacha o'zlashtirish ko'rsatkishlarini mos ravishda 3, 2, 1 belgilab, nazorat guruhi uchun X_i , tajriba guruhi uchun Y_i bilan belgilaymiz. Bundan tashqari, X_i larning takrorlanishlarini esa n_i va m_i lar bilan belgilaymiz. Tajriba-sinov ishlaridan oldingi talabalar soni $n=323$, keyingi talabalar soni $m=425$ ga bo'lib, biz bu sonlarni X_i va Y_i variantlarga mos statistik tanlanmalar hajmlari deb qaraymiz. Demak, quyidagi ikki variatsion qatorlarni tuzib olamiz ($n = n_1 + n_2 + n_3$ va $m = m_1 + m_2 + m_3$):

Nazorat guruhidagi o'zlashtirish ko'rsatkishlari:

$$(1) \begin{cases} X_i & 3 & 2 & 1 \\ n_i & 191 & 74 & 58 \end{cases} \quad n = \sum_{i=1}^3 n_i = 323$$

Tajriba guruhidagi o'zlashtirish ko'rsatkishlari:

$$(2) \begin{cases} Y_i & 3 & 2 & 1 \\ m_i & 102 & 114 & 102 \end{cases} \quad m = \sum_{i=1}^3 m_i = 318$$

Statistik tahlil o'tkazishni qulaylashtirish maqsadida yuqoridagi variatsion qatorlardan n_i va m_j takroriylik (shastota)larni mos statistik ehtimollik formulalari

$p_i = \frac{n_i}{n}$ va $q_j = \frac{m_j}{m}$ asosida statistik ehtimolliklarni kiritib, quyidagi statistik

qatorlarni tashkil etamiz:

$$\begin{cases} X_i & 3 & 2 & 1 \\ p_i & 0,59 & 0,23 & 0,18. \end{cases}$$

va

$$\begin{cases} Y_j & 3 & 2 & 1 \\ q_j & 0,32 & 0,36 & 0,32. \end{cases}$$

Statistik tahlilni har ikki sinf bo'yicha o'rtacha o'zlashtirishlarini hisoblab, qiyoslashdan boshlaymiz. O'rtacha o'zlashtirish ko'rsatkichlari quyidagi natijalarni berdi:

$$\bar{X} = \sum_{i=1}^3 p_i x_i = 0,59 \cdot 3 + 0,23 \cdot 2 + 0,18 \cdot 1 = 1,77 + 0,46 + 0,18 = 2,41$$

$$\text{Foizda } \bar{X} \% = \frac{2,41}{3} \cdot 100\% = 80,3\%$$

$$\bar{Y} = \sum_{j=1}^3 q_j y_j = 0,32 \cdot 3 + 0,36 \cdot 2 + 0,32 \cdot 1 = 0,96 + 0,72 + 0,32 = 2$$

$$\text{Foizda } \bar{Y} \% = \frac{2}{3} \cdot 100\% = 66,6\%$$

Demak, tajriba guruhidagi o'rtacha o'zlashtirish

$$80,3 - 66,6 \% = 13,7 \% \text{ ga yuqori ekan. Bu esa o'z navbatida } \frac{80,3\%}{66,6\%} = 1,21$$

barobar ortiqqligini anglatadi.

O'zlashtirishni aniqlash jarayonida yo'l qo'yilishi mumkin bo'lgan xatoliklarni aniqlash maqsadida dastlab o'rtacha kvadratik va standart xatoliklarni aniqlaymiz.

O'rtacha kvadratik xatoliklar:

$$S_x^2 = \sum_{i=1}^3 p_i x_i^2 - (\bar{x})^2 = 0,59 \cdot 3^2 + 0,23 \cdot 2^2 + 0,18 \cdot 1^2 - 2,41^2 = 0,59 \cdot 9 + 0,23 \cdot 4 + 0,18 \cdot 1 - 5,8081 =$$

$$= 5,31 + 0,92 + 0,18 - 5,8081 = 6,41 - 5,8081 = 0,6019$$

$$S_y^2 = \sum_{j=1}^3 q_j y_j^2 - (\bar{y})^2 = 0,32 \cdot 3^2 + 0,36 \cdot 2^2 + 0,32 \cdot 1^2 - 2^2 = 0,32 \cdot 9 + 0,36 \cdot 4 + 0,32 \cdot 1 - 4 =$$

$$= 2,88 + 1,44 + 0,32 - 4 = 4,64 - 4 = 0,64$$

Standart xatoliklar esa:

$$S_x = \sqrt{0,6019} = 0,78. \quad S_y = \sqrt{0,64} = 0,8.$$

Bu xatoliklarning o'rta qiymatlarga nisbatan og'ish foizlarini variatsiya koeffitsientlari orqali hisoblaymiz:

Buni yanada aniqroq ko'rsatish maqsadida har ikki statistik tanlanma bo'yicha o'rta qiymat aniqliklarini biz variatsiya koeffitsientlari orqali, ya'ni S_x va S_y formula orqali hisoblaymiz:

$$C_x = \frac{S_x}{\sqrt{n \cdot \bar{x}}} \cdot 100\% = \frac{0,78 \cdot 100\%}{\sqrt{323 \cdot 2,41}} = \frac{78\%}{17,97 \cdot 2,41} = \frac{78\%}{43,3077} = 1,80\%$$

$$C_y = \frac{S_y}{\sqrt{m \cdot \bar{y}}} \cdot 100\% = \frac{0,80 \cdot 100\%}{\sqrt{318 \cdot 2,00}} = \frac{80\%}{17,83 \cdot 2,00} = \frac{80\%}{35,66} = 2,24\%$$

Har ikki xatolik ko'rsatkichlari mumkin hisoblangan 5% lik shegaradan yetarli darajada kam ekan. Bu esa tajriba-sinov ishlari qoniqarli o'tganligini bildiradi.

Endi ikkita bosh to'plamning noma'lum o'rta qiymatlariga o'xshashligini hisobga olib Studentning tanlanmali mezonni asosida nolinch gipotezani tekshiramiz:

$$H_0 : \mu = \mu_y$$

Shunga asosan quyidagi hisoblanishni bajaramiz:

$$T_{x,y} = \frac{\bar{x} - \bar{y}}{\sqrt{\frac{S_x^2}{n} + \frac{S_y^2}{m}}} = \frac{2,41 - 2}{\sqrt{\frac{0,6019}{323} + \frac{0,64}{318}}} = \frac{0,41}{\sqrt{0,0018 + 0,0020}} = \frac{0,41}{\sqrt{0,0038}} = \frac{0,41}{0,0616} = 6,65$$

Student mezonining 95% lik Kritik nuqtasi $t_{kp}(0.95) = 1,96$ bo'lib, statistikani qiyamati undan yetarlicha kattadir:

$$T_{x,y} = 6,65 > 1,96$$

Demak, bosh o'rtacha qiymatlar tengligi haqidagi N_0 nolinishi gipoteza rad etiladi. Buni 95 % ishonchlilik bilan aytish mumkinki, tajriba-sinov guruhlaridagi o'rtacha o'zlashtirish ko'rsatkichlari har doim nazorat guruhlaridagi o'rtacha o'zlashtirish ko'rsatkishlaridan yuqori bo'ldi va ular hech qachon ustma-ust tushmaydi.

Styudent mezonni asosida erkinlik darajasini quyidagi formula orqali hisoblaymiz:

$$k = \frac{\left(\frac{S_x^2}{n} + \frac{S_y^2}{m}\right)^2}{\frac{\left(\frac{S_x^2}{n}\right)^2}{n-1} + \frac{\left(\frac{S_y^2}{m}\right)^2}{m-1}} = \frac{\left(\frac{0,6019}{323} + \frac{0,64}{318}\right)^2}{\frac{\left(\frac{0,6019}{323}\right)^2}{322} + \frac{\left(\frac{0,64}{318}\right)^2}{317}} = \frac{(0,0018+0,0020)^2}{\frac{(0,0018)^2}{322} + \frac{(0,0020)^2}{317}} = 638,7$$

Ushbu ehtimollik uchun statistik alomatning qiymatdorlik darajasini $\alpha = 0,05$ deb olsak, u holda $p = 1 - \alpha = 0,95$ ga hamda erkinlik darajasi $k = 638,7$ ga teng. Styudent funksiyasi taqsimot jadvalidan ikki tomonlama mezonning Kritik nuqtasi:

$$t_{1-\frac{(1-p)}{2}}(k) = t_{1-\frac{(1-0,95)}{2}}(638,7) = t_{0,975}(638,7) = 1,96$$

Nihoyat, biz X_i va Y_i statistik tanlanmalarning taqsimot qonunlari teng ligi haqida $K: F_x = F_y$ gipotezani tekshirish uchun Pirson mezonidan foydalanamiz.

$$\chi^2 = \frac{1}{N \cdot M} \cdot \sum_{i=1}^k \frac{(n_i M - m_i N)^2}{n_i + m_i}.$$

Tajriba-sinov ishlari biz amalga oshirgan pedagogik shart-sharoitlar doirasida tibbiy ta'lim talabalarining valeologik kompetentligini rivojlantirish bo'yicha tarbiyaviy jarayonini tashkil etishga bo'lgan yondashuvimizning samaradorligini tasdiqladi. Ushbu shart-sharoitlarning joriy etilishi talabalarda valeologik kompetentsiyalar, deontologik asoslar, insonga, kasbiy munosabatlarga bo'lgan qarashlarini, empatik qobiliyatlarning rivojlanish darajasi to'g'risidagi bilimlarni oshirishga, zarur valeologik kompetentsiyalarni shakllantirishga va o'zini o'zi kasbiy rivojlanganlik darajasini anglashga yordam beradi. Shu sababli,

tajriba-sinov ishlari natijalari tadqiqotda belgilangan nazariy qoidalarning haqqoniyligini tasdiqladi.

Tajriba-sinov ishlari bazasi sifatida Farg‘ona jamoat salomatligi tibbiyot instituti, Andijon davlat tibbiyot instituti, Buxoro davlat tibbiyot institutining 850 nafar talabalari respondentlar sifatida olindi (3.2.1-jadval).

Yuqorida ta’kidlanganidek, bo‘lajak shifokorlar valeologik kompetentligini jismoniy tarbiyaning adaptiv texnologiyalari orqali rivojlantirish metodikasi bo‘yicha tajriba- sinov ishlari o‘tkazildi.

3.2.1-jadval.

Bo‘lajak shifokorlar valeologik kompetentligini jismoniy tarbiyaning adaptiv texnologiyalari orqali rivojlantirish metodikasi bo‘yicha tajriba-sinov ishlarida ishtirok etgan respondentlarning tajriba va nazorat guruhlariga taqsimlanishi

Tr	Tajriba-sinov ishlari o‘tkazilgan maktablar joylashgan viloyatlar nomi	Ishtirok etgan o‘quvchilar soni		Hammasi
		Tajriba sinflari	Nazorat sinflari	
1.	Farg‘ona jamoat salomatligi tibbiyot instituti	148	147	295
2.	Andijon davlat tibbiyot instituti	142	145	287
3.	Buxoro davlat tibbiyot instituti	135	133	268
Jami		425	425	850

Ta’kidlovchi tajriba-sinov bosqichida tajriba guruhida ham, nazorat guruhida ham bo‘lajak shifokorlar valeologik kompetentligini jismoniy tarbiyaning adaptiv texnologiyalari orqali rivojlantirish metodikasi bo‘yicha samaradorlik darajasining rivojlanganligi aniqlandi.

Tajribaning yakuniy qismida statistik ko‘rsatkichlar tahlilini amalga oshirish davomida oldindan belgilangan mezonlardan tashqari bo‘lajak shifokorlar valeologik kompetentligini jismoniy tarbiyaning adaptiv texnologiyalari orqali rivojlantirish metodikasi bo‘yicha o‘qitish samaradorligi darajasini aniqlashga

qaratilgan test va savolnomalar natijalari hisobga olindi. Bo‘lajak shifokorlar valeologik kompetentligini jismoniy tarbiyaning adaptiv texnologiyalari orqali rivojlantirish metodikasi bo‘yicha samaradorlik darajasini aniq ko‘rsatish uchun tadqiqotning tajriba-sinov bosqichida dasturning avvalida va so‘ngida guruhlar bo‘yicha natijalari qiyosiy tahlil qilindi.

Bo‘lajak shifokorlar valeologik kompetentligini jismoniy tarbiyaning adaptiv texnologiyalari orqali rivojlantirish metodikasi bo‘yicha tajribadan avvalgi (T.a.) va tajriba so‘ngidagi (T.s.) ma’lumotlarni umumiy jadvalini keltiramiz(3.2.2-jadval).

3.2.2-jadval

Bo‘lajak shifokorlar valeologik kompetentligini jismoniy tarbiyaning adaptiv texnologiyalari orqali rivojlantirish metodikasi bo‘yicha o‘tkazilgan tajriba-sinov ishlarining tajribadan avvalgi (T.a.) va tajriba so‘ngidagi (T.s.) umumiy natijalari

Mezonlar		Tajriba guruhi (425 nafar respondent)						Nazorat guruhi (425 nafar respondent)					
		yuqori		o‘rta		past		yuqori		o‘rta		past	
		T.a	T.s.	T.a	T.s.	T.a	T.s.	T.a	T.s.	T.a	T.s.	T.a	T.s.
1	Motivatsion	103	205	156	153	166	67	89	112	154	167	182	146
2	Kognitiv	101	202	155	152	169	71	88	111	151	169	186	145
3	O‘reratsional	99	203	159	152	167	70	89	108	154	165	182	152
4	Refleksiv	105	206	158	155	162	64	90	109	153	163	182	153
Umumiy o‘rtacha		102	204	157	153	166	68	89	110	153	166	183	149

Izoh: T.a. – tajriba avvalida, T.s.– tajriba so‘ngida.

Tajriba-sinov natijalari tahliliga ko‘ra, tadqiqot jarayoniga jalb etilgan tajriba guruhidagi o‘quvchilarning nazorat guruhi talabalariga nisbatan bilim, ko‘nikma va malakalari samarali ekanligi aniqlandi. Bu holatni obyektiv baholash uchun statistik tahlil amalga oshiriladi, aniqlangan xulosa tajriba-sinov ishlarining ilmiy, pedagogik, texnologik va metodik jihatdan to‘g‘ri samarali olib borilganini tasdiqlaydi. Yuqoridagi jadvallardan ko‘rinib turibdiki, tadqiqot jarayoniga jalb

etilgan tajriba guruhidagi talabalarilarda nazorat guruhidagi talabalarilarga nisbatan bilim, ko'nikma va malakalar samarali shakllanishida sezilarli o'zgarishlar kuzatilgan. Bo'lajak shifokorlar valeologik kompetentligini jismoniy tarbiyaning adaptiv texnologiyalari orqali rivojlantirish metodikasi bo'yicha tajribadan avvalgi (T.a.) va tajriba so'ngidagi (T.s.) ma'lumotlarning umumiy jadvalini OTMlar kesimida keltiramiz(3.2.3-jadval).

3.2.3-jadval

Bo'lajak shifokorlar valeologik kompetentligini jismoniy tarbiyaning adaptiv texnologiyalari orqali rivojlantirish metodikasi bo'yicha tajribadan avvalgi (T.a.) va tajriba so'ngidagi (T.s.) ma'lumotlarning (OTMlar kesimida)umumiy jadvali

Tajriba - sinov obyektlari	Respondent lar soni	Tajriba guruhlari						Respondent lar soni	Nazorat guruhlari					
		Yuqori		O'rta		Past			Yuqori		O'rta		Past	
		T.a	T.s .	T.a	T.s .	T.a	T.s .		T.a	T.s	T.a	T.s .	T.a	T.s.
Farg'ona jamoat salomatligi tibbiyot instituti	87	37	72	54	54	57	22	75	30	34	53	62	64	51
Andijon davlat tibbiyot instituti	44	33	68	52	51	57	23	46	33	39	52	54	60	52
Buxoro davlat tibbiyot instituti	80	32	64	51	48	52	23	80	26	37	48	50	59	46
Umumiy	425	102	204	157	153	166	68	425	89	110	153	166	183	149

Jadvaldagi natijalar tahlil qilinib, tajriba va nazorat guruhlarining tajribadan avvalgi statistik ko'rsatkichlari taqqoslandi (3.2.4-jadvalga qarang).

3.2.4-jadval

Bo'lajak shifokorlar valeologik kompetentligini jismoniy tarbiyaning adaptiv texnologiyalari orqali rivojlantirish metodikasi bo'yicha tajribadan avvalgi ma'lumotlarning solishtirma jadvali

Tajriba guruhi	Tajriba -sinov obyektlari	Yuqori	O'rta	Past	Jami
	Farg'ona jamoat salomatligi tibbiyot instituti	37	54	57	148
	Andijon davlat tibbiyot instituti	33	52	57	142
	Buxoro davlat tibbiyot instituti	32	51	52	135

	Umumiy o‘rtacha	102	157	166	425
Nazorat guruhi	Tajriba - sinov obyektlari	Yuqori	O‘rta	Past	Jami
	Farg‘ona jamoat salomatligi tibbiyot instituti	30	53	64	147
	Andijon davlat tibbiyot instituti	33	52	60	145
	Buxoro davlat tibbiyot instituti	26	48	59	133
	Umumiy o‘rtacha	89	153	183	425

Yuqoridagi jadvallarga asosan, tajriba-sinov avvalidagi natijalarga ko‘ra, tadqiqot jarayoniga jalb etilgan tajriba guruhidagi talabalarning nazorat guruhidagi talabalariga nisbatan bilim, ko‘nikma va malakalar orasidagi farqlar aniqlandi. 3.2.3- jadvaldagi natijalar tahlil qilinib, tajriba-sinov avvalidagi tajriba va nazorat guruhlari natijalari taqqoslandi (3.2.5-jadvalga qarang).

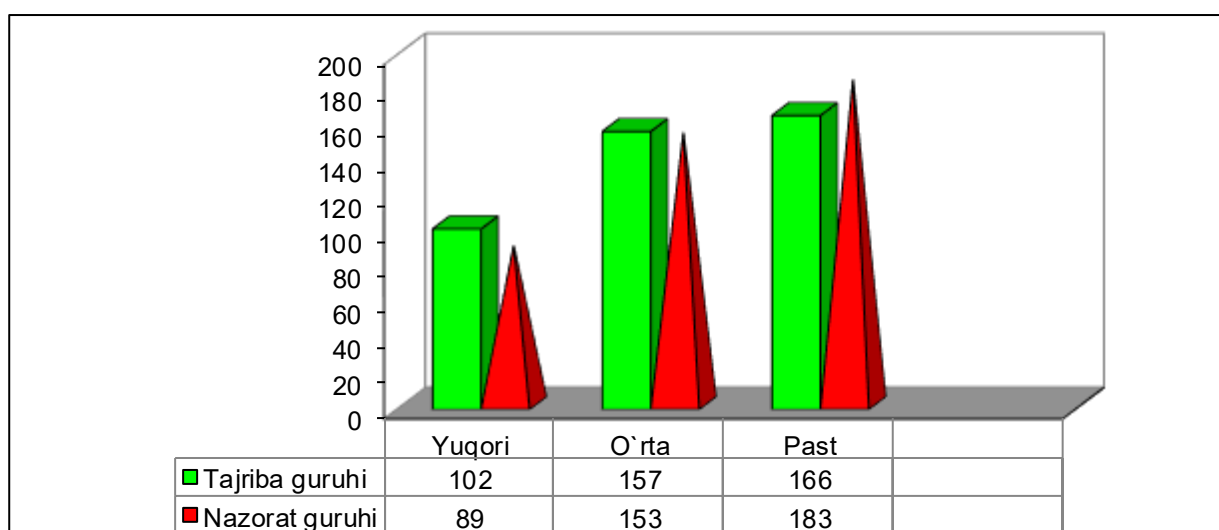
3.2.5-jadval

Bo‘lajak shifokorlar valeologik kompetentligini jismoniy tarbiyaning adaptiv texnologiyalari orqali rivojlantirish metodikasi bo‘yicha tajriba-sinov avvalidagi natijalar tahlili (son va foizlarda)

Guruhlar	Talabalar soni	O‘zlashtirish natijalari (% da)		
		yuqori	o‘rta	past
Tajriba guruhi	425	102 24	157 37	166 39
Nazorat guruhi	425	89 21	153 36	183 43

Tajriba-sinov avvalidagi natijalarga ko‘ra, tadqiqot jarayoniga jalb etilgan tajriba guruhidagi talabalarning nazorat guruhidagi talabalarga nisbatan bilim, ko‘nikma va malakalar orasidagi farqlar sezilarli emasligi aniqlandi. Bu holatni ob‘ektiv baholash uchun statistik tahlil amalga oshiriladi, aniqlashtirgan xulosagina tajriba-sinov ishlarining ilmiy, pedagogik, texnologik va metodik jihatdan to‘g‘ri samarali olib borilganini tasdiqlaydi. Ta’kidlovchi tajriba-sinov davrida ham statistik tahlilni amalga oshirish uchun Styudent va Pirson metodlari tanlandi. Mazkur metod ikki guruhda qayd etilgan ko‘rsatkichlarni aniqlash va ob‘ektiv baholash imkoniga ega. Matematik statistik metodning mohiyatiga ko‘ra dastlabki bosqichda tajriba va nazorat guruhlari qayd etilgan statistik ko‘rsatkichlarni

tanlanmalar sifatida belgilanib, baho ko'rsatkichlari bo'yicha variatsion qatorlarni hosil qilish lozim bo'ldi. Bu diagrammada quyidagi ko'rinishni oldi.



3.2.1-rasm. Bo'lajak shifokorlar valeologik kompetentligini jismoniy tarbiyaning adaptiv texnologiyalari orqali rivojlantirish metodikasi bo'yicha tajriba-sinov avvalidagi natijalar diagrammasi

Diagrammadan ko'rinib turibdiki, tajriba guruhidagi yuqori va o'rta ko'rsatkichlar nazorat guruhi ko'rsatkichlaridan sezilarli farq qilmaydi. Endi 3.2.5-jadval ma'lumotlarini matematik statistik tahlil qilamiz.

Tajriba guruhidagi o'zlashtirish ko'rsatkichlari va talabalar sonini mos ravishda X_i , n_i lar va shu kabi nazorat guruhidagini esa Y_j , m_j lar orqali belgilab olib, quyidagi statistik guruhlangan variatsion qatorlarga ega bo'lamiz, shuningdek, yuqori ko'rsatkishni 3 ball bilan, o'rta ko'rsatkichni esa 2 ball bilan va past ko'rsatkichni 1 ball bilan belgilaymiz.

Tajriba-sinov ishlaridan tajriba guruhidagi bolalar soni $n = 425$ nafar, nazorat guruhidagi bolalar soni ham $m = 425$ nafar bo'lib, biz bu sonlarni X_i va Y_i variantlarga mos statistik tanlanmalar hajmlari deb qaraymiz. Demak, 3.2.5-jadvaldan quyidagi ikki variatsion qatorlarni tuzib olamiz ($n = n_1 + n_2 + n_3$ va $m = m_1 + m_2 + m_3$):

Tajriba guruhidagi o'zlashtirish ko'rsatkishlari:

$$\begin{cases} X_i & 3 & 2 & 1 \\ n_i & 102 & 157 & 166 \end{cases} \quad n = \sum_{i=1}^3 n_i = 425$$

Nazorat guruhidagi o'zlashtirish ko'rsatkishlari:

$$\begin{cases} Y_i & 3; & 2; & 1; \\ m_i & 89; & 153; & 183; \end{cases} \quad m = \sum_{i=1}^3 m_i = 425$$

Statistik tahlil o'tkazishni qulaylashtirish maqsadida yuqoridagi variatsion qatorlardan n_i va m_j takroriylik (chastota)larni mos statistik ehtimollik formulalari

$$p_i = \frac{n_i}{n} \text{ va } q_j = \frac{m_j}{m} \quad (1) \text{ asosida hisoblaymiz.}$$

$$\begin{cases} X_i & 3; & 2; & 1; \\ p_i & 0,24; & 0,37; & 0,39; \end{cases} \quad \sum_{i=1}^3 p_i = 1$$

$$\begin{cases} Y_i & 3; & 2; & 1; \\ q_i & 0,21; & 0,36; & 0,43; \end{cases} \quad \sum_{i=1}^3 q_i = 1$$

Statistik tahlilni har ikki guruh bo'yicha o'rtacha o'zlashtirishlarini hisoblab, qiyoslashdan boshlaymiz. O'rtacha o'zlashtirish ko'rsatkichlari quyidagi natijalarni berdi:

$$\bar{X} = \sum_{i=1}^{n=3} p_i X_i = 0,24 \cdot 3 + 0,37 \cdot 2 + 0,39 \cdot 1 = 1,85$$

$$\text{Foizda } \bar{X}\% = \frac{1,85 \cdot 100\%}{3} = 61,7\%$$

$$\bar{Y} = \sum_{i=1}^{n=3} q_j Y_j = 0,21 \cdot 3 + 0,36 \cdot 2 + 0,43 \cdot 1 = 1,78$$

$$\text{Foizda } \bar{Y}\% = \frac{1,78 \cdot 100\%}{3} \approx 59,3\%$$

Bulardan, tajribadan avvalidagi oʻrtacha oʻzlashtirish (61,7 – 59,3) % = 2,4% ga farq qilar ekan. Demak, tajriba-sinov avvalida oʻrtacha oʻzlashtirishlar orasidagi farq sezilarli emas.

Statistik tadqiqotlarga asosan, 3.2.3-jadvaldagi natijalar tahlil qilinib, tajriba va nazorat guruhlarining tajriba soʻngidagi statistik koʻrsatkishlari OTMlar kesimida taqqoslandi (3.2.6-jadvalga qarang).

3.2.6-jadval

Boʻlajak shifokorlar valeologik kompetentligini jismoniy tarbiyaning adaptiv texnologiyalari orqali rivojlantirish metodikasi boʻyicha tajriba soʻngidagi statistik maʼlumotlarning solishtirma jadvali(OTMlar kesimida)

Tajriba guruhi	Tajriba -sinov obyektlari	Yuqori	Oʻrta	Past	Jami
	Fargʻona jamoat salomatligi tibbiyot instituti	72	54	22	148
	Andijon davlat tibbiyot instituti	68	51	23	142
	Buxoro davlat tibbiyot instituti	64	48	23	135
	Umumiy oʻrtacha	204	153	68	425
Nazorat guruhi	Tajriba - sinov obyektlari	Yuqori	Oʻrta	Past	Jami
	Fargʻona jamoat salomatligi tibbiyot instituti	34	62	51	147
	Andijon davlat tibbiyot instituti	39	54	52	145
	Buxoro davlat tibbiyot instituti	37	50	46	133
	Umumiy oʻrtacha	110	166	149	425

Tajriba-sinov natijalari tahliliga koʻra, tadqiqot jarayoniga jalb etilgan tajriba guruhidagi talabalarining nazorat guruhi talabalariga nisbatan bilim, koʻnikma va malakalari samarali ekanligi aniqlandi. Bu holatni obyektiv baholash uchun

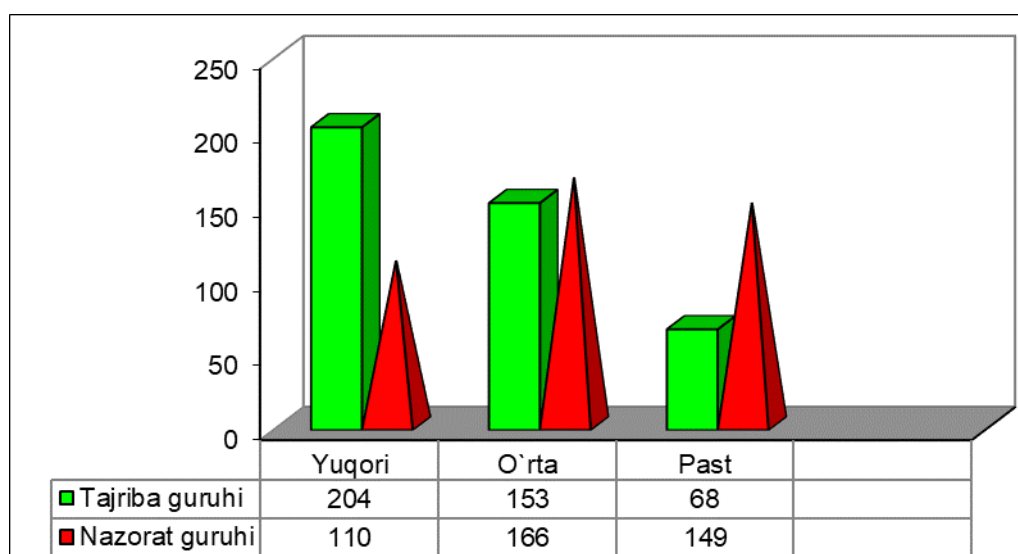
umumlashgan holatda statistik tahlil amalga oshiriladi, aniqlangan xulosa tajriba-sinov ishlarining ilmiy, pedagogik, texnologik va metodik jihatdan to‘g‘ri samarali olib borilganini tasdiqlaydi (3.2.7-jadval).

3.2.7-jadval

Bo‘lajak shifokorlar valeologik kompetentligini jismoniy tarbiyaning adaptiv texnologiyalari orqali rivojlantirish metodikasi bo‘yicha tajriba-sinov so‘ngidagi natijalarining tahlili (son va foizlarda)

Guruhlar	Talabalar soni	O‘zlashtirish natijalari (% da)		
		yuqori	o‘rta	past
Tajriba guruhi	425	204 48	153 36	68 16
Nazorat guruhi	425	110 26	166 39	149 35

Bu diagrammada quyidagi ko‘rinishni oldi.



3.2.2-rasm. Bo‘lajak shifokorlar valeologik kompetentligini jismoniy tarbiyaning adaptiv texnologiyalari orqali rivojlantirish metodikasi bo‘yicha tajriba-sinov so‘ngidagi natijalar diagrammasi

Diagrammadan ko‘rinib turibdiki, tajriba guruhi ko‘rsatkichlari nazorat guruhi ko‘rsatkichlaridan yuqori ekan.

Endi 3.2.7-jadval ma'lumotlarini matematik statistik tahlil qilamiz. Tajriba-sinov ishlaridan nazorat guruhidagi bolalar soni $n = 425$ nafar, tajriba guruhidagi bolalar soni ham $n = 425$ nafar bo'lib, biz bu sonlarni X_i va Y_i variantlarga mos statistik tanlanmalar hajmlari deb qaraymiz. Demak, 3.2.7-jadvaldan quyidagi ikki variatsion qatorlarni tuzib olamiz ($n = n_1 + n_2 + n_3$ va $m = m_1 + m_2 + m_3$):

Tajriba guruhidagi o'zlashtirish ko'rsatkislari:

$$\begin{cases} X_i & 3 & 2 & 1 \\ n_i & 204 & 153 & 68 \end{cases} \quad n = \sum_{i=1}^3 n_i = 425$$

Nazorat guruhidagi o'zlashtirish ko'rsatkislari:

$$\begin{cases} Y_i & 3 & 2 & 1 \\ m_i & 110 & 166 & 149 \end{cases} \quad m = \sum_{i=1}^3 m_i = 425$$

Statistik tahlil o'tkazishni qulaylashtirish maqsadida yuqoridagi variatsion qatorlardan n_i va m_j takroriylik (chastota)larni mos statistik ehtimollik formulalari

$$p_i = \frac{n_i}{n} \text{ va } q_j = \frac{m_j}{m} \quad (1) \text{ asosida hisoblaymiz.}$$

$$\begin{cases} X_i & 3 & 2 & 1 \\ p_i & 0,48 & 0,36 & 0,16 \end{cases} \quad \sum_{i=1}^3 p_i = 1$$

$$\begin{cases} Y_j & 3 & 2 & 1 \\ q_j & 0,26 & 0,39 & 0,35 \end{cases} \quad \sum_{j=1}^3 q_j = 1$$

Statistik tahlilni har ikki guruh bo'yicha o'rtacha o'zlashtirishlarini hisoblab, qiyoslashdan boshlaymiz. O'rtacha o'zlashtirish ko'rsatkichlari quyidagi natijalarni berdi:

$$\bar{X} = \sum_{i=1}^{n=3} p_i X_i = 0,48 \cdot 3 + 0,36 \cdot 2 + 0,16 \cdot 1 = 1,44 + 0,72 + 0,16 = 2,32$$

$$\text{Foizda } \bar{X}\% = \frac{2,32}{3} \cdot 100\% = 77,3\%$$

$$\bar{Y} = \sum_{j=1}^{n=3} q_j Y_j = 0,26 \cdot 3 + 0,39 \cdot 2 + 0,35 \cdot 1 = 0,78 + 0,78 + 0,35 = 1,91$$

$$\text{Foizda } \bar{Y}\% = \frac{1,91}{3} \cdot 100\% \approx 63,7\%$$

Bu yerdan tajribadan keyindagi o'rtacha o'zlashtirish (77,3 – 63,7) % = 13,6 % ga yuqori ekanligi kelib chiqadi.

Demak, tajriba guruhidagi o'rtacha o'zlashtirish ko'rsatkichi aniqligi nazorat guruhidagi o'rtacha o'zlashtirish ko'rsatkichidan katta ekan.

Endi tajriba-sinov ishlari xatoliklarini baholashga o'tamiz. Dastlab, tanlanmalarning dispersiyalarini hisoblaymiz:

$$S_x^2 = \sum_{i=1}^3 p_i \cdot X_i^2 - (\bar{X})^2 = 0,48 \cdot 9 + 0,36 \cdot 4 + 0,16 \cdot 1 - (2,32)^2 = 0,5376.$$

O'rtacha kvadratik shetlanish: $S_x = \sqrt{0,5376} \approx 0,73$

$$S_y^2 = \sum_{j=1}^3 q_j \cdot Y_j^2 - (\bar{Y})^2 = 0,26 \cdot 9 + 0,39 \cdot 4 + 0,35 \cdot 1 - (1,91)^2 = 0,6019.$$

O'rtacha kvadratik chetlanish: $S_y = \sqrt{0,6019} \approx 0,78.$

Bu xatoliklarning o'rta qiymatlarga nisbatan og'ish foizlarini variatsiya koeffitsientlari orqali hisoblaymiz.

Buni yanada aniqroq ko'rsatish maqsadida har ikki statistik tanlanma bo'yicha o'rta qiymat aniqliklarini biz variatsiya koeffitsientlari orqali, ya'ni S_x va S_y formula orqali hisoblaymiz:

$$C_x = \frac{S_x}{\sqrt{n \cdot x}} \cdot 100\% = \frac{0,73 \cdot 100\%}{\sqrt{425 \cdot 2,32}} = \frac{73\%}{20,62 \cdot 2,32} = \frac{73\%}{47,8384} \approx 1,53\%$$

$$C_y = \frac{S_y}{\sqrt{m \cdot y}} \cdot 100\% = \frac{0,78 \cdot 100\%}{\sqrt{425 \cdot 1,91}} = \frac{78\%}{20,62 \cdot 1,91} = \frac{78\%}{39,3842} \approx 1,98\%$$

Har ikki xatolik ko'rsatkichlari mumkin hisoblangan 5% lik shegaradan yetarli darajada kam ekan. Bu esa tajriba-sinov ishlari qoniqarli o'tganligini bildiradi.

Endi biz har ikki statistik tanlanmalarni nazariy o'rta qiymatlari tengligi haqidagi $H_0: a_x = a_y$ gipotezani Styudent mezonni yordamida tekshiramiz. Shu maqsadda, mos statistikani hisoblaymiz:

$$T_{n,m} = \frac{|\bar{X} - \bar{Y}|}{\sqrt{\frac{S_x^2}{m} + \frac{S_y^2}{n}}} = \frac{|2,32 - 1,91|}{\sqrt{\frac{0,5376}{425} + \frac{0,6019}{425}}} \approx \frac{0,41}{0,052} \approx 7,88$$

Ehtimollik uchun statistik mezonning qiymatdorlik darajasini

$\alpha = 0,05$ deb olsak, va $r = n+m-2$ ozodlik darajalari soni bo'yicha jadvaldan $t_{kp}(\alpha = 0,05; 848) = 1,96$ kritik qiymat topiladi. $T_{3mm} = 7,88 > 1,96 = t_{kp}(0,05; 848)$ bo'lgani uchun biz H_0 gipotezani rad etib, $\bar{X} > \bar{Y}$ munosabatlarni e'tiborga olgan holda $a_x > a_y$, ya'ni tajriba guruhlaridagi o'rtacha o'zlashtirish ko'rsatkichlari, nazorat guruhlaridagi o'rtacha o'zlashtirish ko'rsatkichidan katta bo'lar ekan, degan xulosa qila olamiz.

Nihoyat, biz X_i va Y_i statistik tanlanmalarning taqsimot qonunlari tengligi haqida $H: F_x = F_y$ gipotezani tekshirish uchun Pirson mezonidan foydalanamiz.

$$X_{n,m}^2 = \frac{1}{N \cdot M} \cdot \sum_{i=1}^k \frac{(n_i M - m_i N)^2}{n_i + m_i}.$$

Bu maqsadda quyidagi jadvalni tuzib olamiz(3.2.8-jadval):

3.2.8–jadval

Bo'lajak shifokorlar valeologik kompetentligini jismoniy tarbiyaning adaptiv texnologiyalari orqali rivojlantirish metodikasi bo'yicha tajriba-sinov so'ngidagi natijalarni Pirson mezonida hisoblash jadvali

Ballar	3	2	1
Guruhlar			
Tajriba guruhi	204	153	68

Nazorat guruhi	110	166	149
----------------	-----	-----	-----

Pirson statistikasini hisoblaymiz(N=M=425):

$$X^2_{n,m} = \left(\frac{(204-110)^2}{204+110} + \frac{(153-166)^2}{153+166} + \frac{(68-149)^2}{68+149} \right) \approx 58,90$$

Pirson mezonining ozodlik darajasi $k=(s-1)(r-1)=(2-1)(3-1)=2$, bu $k=2$ ga mos 95% lik kritik nuqta $Z_{kp}(0,95)=5,99$.

$$\text{Ammo, } X^2_{n,m} = 58,90 > 5,99 = Z_{k,p}(0,95)$$

Demak, H gipoteza ham rad etilar ekan. Bu esa, tajriba guruhlaridagi va nazorat guruhlaridagi o'qitish metodikalarining farqlanishi tasodifiy emas, balki qonuniy bo'lib, doimo o'zlashtirish ko'rsatkichlarining oshishiga olib kelar ekan.

Endi baholashning samaradorlik ko'rsatkichini aniqlash uchun ishonchli chetlanishlari topamiz: tajriba guruhida

$$\Delta_x = t_\gamma \cdot \frac{S_x}{\sqrt{n}} = 1,96 \cdot \frac{0,73}{\sqrt{425}} = 1,96 \cdot \frac{0,73}{20,62} = \frac{1,4308}{20,62} \approx 0,07$$

ga teng, nazorat guruhida esa:

$$\Delta_y = t_\gamma \cdot \frac{S_y}{\sqrt{n}} = 1,96 \cdot \frac{0,78}{\sqrt{425}} = 1,96 \cdot \frac{0,78}{20,62} = \frac{1,5288}{20,62} \approx 0,07$$

ga teng. Topilgan natijalardan tajriba guruhi uchun ishonchli intervalni topsak:

$$\bar{X} - t_{kp} \cdot \frac{S_x}{\sqrt{n}} \leq a_x \leq \bar{X} + t_{kp} \cdot \frac{S_x}{\sqrt{n}}$$

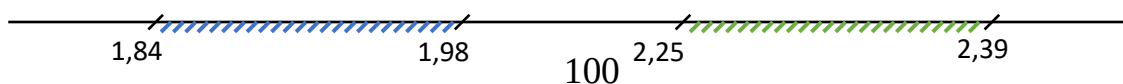
$$2,32 - 0,07 \leq a_x \leq 2,32 + 0,07 \quad 2,25 \leq a_x \leq 2,39$$

nazorat guruhi uchun ishonchli interval:

$$\bar{Y} - t_{kp} \cdot \frac{S_y}{\sqrt{n}} \leq a_y \leq \bar{Y} + t_{kp} \cdot \frac{S_y}{\sqrt{n}}$$

$$1,91 - 0,07 \leq a_y \leq 1,91 + 0,07 \quad 1,84 \leq a_y \leq 1,98$$

Buni geometrik tasvirlasak:



Bundan $\alpha=0,05$ qiymatdorlik darajasi bilan aytish mumkinki, tajriba guruhidagi oʻrtacha baho nazorat guruhidagi oʻrtacha bahodan yuqori va oraliq intervallari ustma-ust tushmayapti. Demak, matematik-statistik tahlilga asosan, yaxshi natijaga erishilgani maʼlum boʻldi.

Yuqoridagi natijalarga asoslangan holda matematik statistik tahlil qilinib, tajriba yakunidagi holat uchun oʻrta qiymat, tanlanma dispersiya, variatsiya koʻrsatkichlari, Styudentning tanlanma mezoni, Styudent mezoni asosida erkinlik darajasi, Pirsonning muvofiqlik mezoni va ishonchli chetlanishlari topildi (3.2.9–jadval).

3.2.9–jadval

Boʻlajak shifokorlar valeologik kompetentligini jismoniy tarbiyaning adaptiv texnologiyalari orqali rivojlantirish metodikasi boʻyicha tajriba-sinov natijalarining statistik koʻrsatkichlari

$\bar{X}$	$\bar{Y}$	S_x^2	S_y^2	C_x	C_y	$T_{x,y}$	K	$X_{n,m}^2$	Δ_x	Δ_y
2,32	1,91	0,5376	0,6019	1,53	1,98	7,88	848	58,90	0,07	0,07

Yuqoridagi natijalarga asoslanib tajriba–sinov ishlarining sifat koʻrsatkichlarini hisoblaymiz.

Bizga maʼlumki, $\bar{X}=2,32$; $\bar{Y}=1,91$; $\Delta_x = 0,07$, $\Delta_y = 0,07$ ga teng.

Bundan sifat koʻrsatkichlari:

Oʻqitish samaradorligi koʻrsatkichi quyidagicha aniqlanadi:

$$K_{yoc} = \frac{(\bar{X} - \Delta_x)}{(\bar{Y} + \Delta_y)} = \frac{2,32 - 0,07}{1,91 + 0,07} = \frac{2,25}{1,98} \approx 1,14 > 1;$$

Bilish darajasini koʻrsatkichi esa quyidagicha aniqlanadi:

$$K_{ooc} = (\bar{X} - \Delta_x) - (\bar{Y} - \Delta_y) = (2,32 - 0,07) - (1,91 - 0,07) = 2,25 - 1,84 = 0,41 > 0;$$

Olingan natijalardan oʻqitish samaradorligini baholash mezonini birdan kattaligi bilan va bilish darajasini esa baholash mezonini noldan kattaligi bilan koʻrish mumkin. Yuqoridagi statistik tahlillardan maʼlum boʻldiki, boʻlajak shifokorlar valeologik kompetentligini jismoniy tarbiyaning adaptiv

texnologiyalari orqali rivojlantirish metodikasi bo'yicha tajriba guruhlaridagi o'zlashtirish nazorat guruhlaridagi o'zlashtirishdan(13,6 % ga) yuqori ekan.

Demak, olib borilgan tajriba-sinov ishlari bo'lajak shifokorlar valeologik kompetentligini jismoniy tarbiyaning adaptiv texnologiyalari orqali rivojlantirish metodikasi ta'lim samaradorligi oshishini tasdiqladi.

Shunday qilib, nazorat va eksperimental guruhlar natijalarining statistik jihatdan muhim farqi shuni ko'rsatadiki, aniqlangan pedagogik shartlarning bajarilishi nazorat bilan taqqoslaganda eksperimental guruhda talabalarining kasbiy kompetentligini rivojlanish darajasining sezilarli darajada oshishiga olib keldi.

Tajriba-sinov ishlari biz amalga oshirgan pedagogik shart-sharoitlar doirasida tibbiy ta'lim talabalarining valeologik kompetentligini rivojlantirish bo'yicha tarbiyaviy jarayonini tashkil etishga bo'lgan yondashuvimizning samaradorligini tasdiqladi. Ushbu shart-sharoitlarning joriy etilishi talabalarda valeologik kompetensiyalar, deontologik asoslar, insonga, kasbiy munosabatlarga bo'lgan qarashlarini, empatik qobiliyatlarning rivojlanish darajasi to'g'risidagi bilimlarni oshirishga, zarur valeologik kompetensiyalarni shakllantirishga va o'zini o'zi kasbiy rivojlanganlik darajasini anglashga yordam beradi. Shu sababli, tajriba-sinov ishlari natijalari tadqiqotda belgilangan nazariy qoidalarining haqqoniyligini tasdiqladi.

XULOSA

1. Talabalarni jismoniy tarbiya va sport fani orqali namunali ziyoli, yuksak malakali mutaxassis, keng tajribaga ega, madaniyatli, valeologik faol, o'z kasbiga ma'suliyat bilan yondashuvchi, o'z sohasiga doir zamonaviy bilimlarga ega shifokor pedagog sifatida tayyorlash - tibbiy ta'lim sifatini oshirishga xizmat qiladi.

2. Tibbiy ta'limda jismoniy tarbiya va sport fanining umumiy tendensiyalarini adaptiv texnologiyalar orqali rivojlantirish, o'quv jarayonini maqsadli tashkil etish, o'quv jarayonining umumiy strategiyasini tashkil qilish hamda yo'nalishi talabalarining nazariy va amaliy tayyorgarligi hamda kasbiy faoliyatini hisobga olgan holda fanlararo integratsiyasiga e'tibor qaratish muhim hisoblanadi.

3. Jismoniy tarbiya va sport fanini adaptiv texnologiyalar orqali o'qitishda talabalarni o'quv jarayoniga ta'sir etadigan omillar: individual moyillik, ijtimoiy moyillik, jamiyatdagi shaxslarning sog'liqni saqlashdagi imkoniyatlari, sog'liqni saqlashdagi ta'limning vazifalari, jismoniy tarbiya va sportning o'qitish usullari, fanni rivojlantirishdagi kasbiy faoliyat modeli vositasida tarbiyalash ular valeologik kompetentligini rivojlantirishga xizmat qiladi.

4. Jismoniy tarbiya va sport fani o'quv jarayonini tashkil etishning barcha komponentlari yagona tizimga birlashtirilib, talabalarining kelgusidagi faoliyatida tadqiqot ishlarining yagona tavsifi sifatida qisqa diagrammalar, jadvallar ko'rinishida taqdim etilganligi hamda raqamli texnologiyalar orqali valeologik kompetentsiyalarni rivojlantirish ko'rsatib o'tilgan.

5. Tibbiy ta'lim muassalari talabalari valeologik kompetentligini jismoniy tarbiya va sport fani orqali rivojlantirish – murakkab, uzoq davom etadigan, izchil rivojlanib boruvchi jarayon bo'lib, bunda ta'lim jarayonining barcha ishtirokchilaridan hamkorlikda ishlash talab qiladi. Ushbu jarayonning samaradorligi o'tkaziladigan seminar - treninglarning asosganligi, tizimliligi, kreativligi, o'tkazilayotgan tadbirlarning samaradorligiga, talabalar uchun o'zini

o'zi rivojlantirishning eng maqbul shart-sharoitlarini yaratish kabi omillarga bog'liqligi ko'rsatilgan.

6. O'tkazilgan tajriba-sinov ishlari tadqiqot davomida ishlab chiqilgan va tibbiy ta'lim muassasalarida joriy etilgan yangi metodikalarning samaradorligini tasdiqladi.

7. Tadqiqotda tibbiy ta'lim talabalarining bo'lajak shifokor sifatida valeologik kompetentligini adaptiv texnologiyalar orqali rivojlantirishning motivatsion, kognitiv, shaxsiy faoliyat mezonlari ishlab chiqildi va ularning kompleks qo'llanilishi qo'lga kiritilgan natijalarning xolisligi va yuqoriligini ta'minladi.

8. Tibbiy ta'lim talabalarining valeologik kompetentligini jismoniy tarbiya va sport fani orqali rivojlantirishga qaratilgan nazariy tadqiqot va tajriba-sinov ishlari natijalaridan kelib chiqib, tibbiy ta'lim talabalarining kasbiy kompetentligini rivojlantirish darajasini oshirib borish muhim ahamiyat kasb etishi o'z tasdig'ini topdi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO'YXATI

1. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2019-yil 6-maydagi sport va farmasevtika ta'limi va ilm – fani tizimini yanada rivojlantirish chora – tadbirlari to'g'risidagi PQ 4310-son Qarori.

2. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2019-yil 8-oktyabrdagi PF-5847-son «O'zbekiston Respublikasi oliy ta'lim tizimini 2030-yilgacha rivojlantirish Konsepsiyasini tasdiqlash to'g'risida»gi Farmoni.

3. O'zbekiston Respublikasi Prezidenti 2019-yil 8-oktyabrdagi «O'zbekiston Respublikasi oliy ta'limi tizimini 2030-yilgacha rivojlantirish konsepsiyasini tasdiqlash to'g'risida»gi PF-5847-sonli Farmoni.

II Asosiy Adabiyotlar.

4. Abu Ali ibn Sino. Tib qonunlari.1-5 jild. – Toshkent: Sharq, 2020. – 530.b.

5. Анохина Г.М. Принцип системности и вопросы адаптивной

методологии в заданиях для контроля знаний студентов по медицине / Г.М. Анохина, Э.Н. Бессонова / Воронежск. гос. университет. Воронеж, 2020., № 3. -S.734-84.

6. Анохина Г.М. Идеи и принципы адаптивной педагогики / Г.М. Анохина. Воронеж: ВОИУУ, 2019. - 22 с.

7. Анохина Г.М. Адаптивная комплексная дидактическая игра как метод обучения в системе повышения квалификации учителей. Методические рекомендации / Г.М. Анохина. Воронеж: ВОИУУ, 2020. - 26 с.

8. Бордовская Н.В. Педагогика. Учебник для вузов / Н.В. Бордовская, А.А. Реан. СПб: Питер, 2022. - 297 с

9. Гребенев И.В. Дидактика предмета и методика обучения / И.В. Гребенев // Педагогика. 2023. - № 1. - С. 14-21.

10. Гузеев В.В. Образовательная технология: от приёма до философии / В.В. Гузеев. М.: Сентябрь, 2016. - 112 с.

11. Доровской А.И. Дидактические основы развития одарённости медицинских студентов / А.И. Доровской. Воронеж, 1997. - С. 12-48.

12. Кларин М.В. Инновации в адаптивной педагогике / М.В. Кларин. Рига: Витус, 2015. - С. 39-74.

13. Лаврикова Т.В. Практическая педагогика: технология адаптивной ориентации / Т.В. Лаврикова, В.И. Лещинский. Архангелск: Пресс А, 2021.-175 с.

14. Грандо, А.А. Врачебная этика и медицинская деонтология. 2-е издание. – Киев: Высшая школа, 1988. – 191.с.

15. Симонян Р. История медицины: с древнейших времен до современности. – Чебоксары: Среда, 2020. -209.с.

16. Сластенин, В.А. Формирование профессиональной культуры учителя: учеб. пособие / В.А. Сластенин. – М.: Прометей, 1993. -177.с.

17. Степанова, Л.А. Особенности профессиональной подготовки учителя в государственных учебных заведениях России (начало XX в.) / Л.А. Степанова // Педагогика. – 2011. № 3.– S. 85.

18. Tolipov O‘.Q., Usmonboyeva M.X. Pedagogik texnologiya: nazariya va amaliyot. –Toshkent: Fan, 2005. – 206.b.
19. Usmonxo‘jayev A. Sport xodimlari ma’naviyati. –Toshkent: Yangi asr avlodi, 2014. – 276.b.
20. Xalikov A.A. Pedagogik mahorat. Darslik. – Toshkent: Iqtisod moliya, 2012. – 424.b.

III. Ilmiy maqolalar.

21. Baxriyeva N. Ta’lim muassasalari mutaxassislari kasbiy kompetentligining tuzilishi // Sovremennoye obrazovaniye, 2019. № 9 (82). – B.7
22. Дахин А.Н. Педагогическое моделирование и компетентность участников образования // Образовательные технологии. – Москва, 2021. № 6. – С. 64-73.
23. Дианкина М.С. Профессионализм преподавателя высшей медисинской школы. - М., 2000., дис. ... канд. пед. наук. - С-Петепбург, 2007. – С.158
24. Ядповская М.В. Модели в педагогике // Вестник Томского университета, 2013, №3. -С. 139-143.
25. Dalton B, Jon C. Sareer and Salling: Finding a Place for the Spirit in Work and the Community // The Implisations of Student Spirituality for Student Affairs Prastice. 2022. № 3. –P.17-26.
26. Fatovic-Ferensic S. The history of medisine teaching program in Croatia. Asademic Medicine, 2003. №78 (10). – P.1028–1030.
27. Howell JD. An elestive sourse in medical history. Asademic Medisine, 1991. №11. –P.139.
28. Jones DS, Greene JA, Duffin J, Warner J. Making the sase for history in medisal education // Journal History of Medicine Aprlied Ssiences. 2014. №70 (4). –P.623–652.
29. Jones, David S., Jeremy A. Greene, Jasalyn Duffin, and John Harley Warner. Making the Sase for History in Medisal Edusation // Journal of the History of Medisine and Aprlied Ssiences, 2022. № 4. – P.623–652.

30. Maskowiak PA, Parker D, Croft LD. The Sase for Medisal History in Physisians' Edusation: A Survey of What Physicians and Physicians-in-Training Think // Journal of Medisine, 2017. № 4. – P. 494–497.

31. Taylor N. Health edusation in sontext: An international perspestive on health edusation in tertiary edusation and local communities. – Hamilton: Sense publishers, 2022. – p.261.

32. Marcel Pomohasi, Sopa Ioan-Sabin, Lusian Blaga. The Importance of Anthropometry Measurements in Analyzing the Impact of Sports Astivities on Students // Land Forces Asademy Review 22 (1), March 2017. – P.126-132.

33. Liliana-Elisabeta Radua, Fatih Hazarb, Alexandru-Rareş Punic. Anthropometric and Physisal Fitness Characteristiss of University Students // Procedia - Sosial and Behavioral Sciences, № 149, 2014. -R. 798 – 802.

34. Filipe Rodrigues. Anthropometric Measures, Mussle Resistance, and Balance in Physisally Astive students // Physisal Astivity and Exercise: Prescription, Measurement, and Testing. № 6, 2021. -P.123-149.

35. Vania Brandão Loureiro, Arlindo Morais, João Leal. Anthropometric Measures, Aerobic and Mussular Fitness: Effest of An Exercise Program Aprlied in High School Sontext // Journal of Sport and Health Research 12(3), October 2020. -P. 374-383.

36. Jarosław Fugiel, Katarzyna Kochan-Jacheć, Dawid Koźlenia and Jarosław Domaradzki. Changes in Anthropometric Measurements and Physisal Fitness of Rolish Students in 20-Year Period // International Journal of Environmental research of Public Health 2022, № 19 (24). - P. 45-69.

37. Otajonova S. Methodological system for improving the valeological sompetence of future biology teachers // International scientific journal. №2, 2023. -P.303

Qo‘shimcha Adabiyotlar

59. Bynum W. The History of Medicine: A Very Short Introduction. – London: OUP Oxford, 2018. -p.184

60. Jaskson M. The Oxford handbook of the history of medicine. – New York: Oxford university press, 2019. – p.635.
61. Joy R. Morris L, Sshroeder M, Warner M. The history of the development of the history of medisine and its teaching in the United States. - Illinois: Wood Library-Museum of Anesthesiology, 2014. – p.170.
62. Kazanjian V, Peter L. Education as Transformation: Religious Pluralism, Spirituality, & a New Vision for Higher Education in Amerisa. - New York: 2016. Peter Lang. – 319.p.
63. Kuchner H, Leighton L. Humanities in the Twenty-First Sentury. - London: Palgrave Macmillan, 2018. -p.136.
64. Magner M., Kim J. An adaptive physical edusation. – Washington: Taylor & Francis group, 2018. – p.417.

ILOVALAR

Fan/modul kodi		O'quv yili 2023-2024
Fan/modul turi Tanlov		Ta'lim tili O'zbek/rus
1.	Fanning nomi	Auditoriya mashg'ulotlari (soat)
	Jismoniy tarbiya va sport	30
2.	I. Fanning mazmuni. Fanni o'qitishdan maqsad - Kadrlar tayyorlash milliy dasturini amalga oshrish, xar tomonlama jismonan yetuk mutaxassislar tayyorlash, bakalavrga ushbu fan yo'nalishida olib borilayotgan izlanishlar to'g'risida ma'lumot berish Fanning vazifasi -sport o'yinlar, futbol, voleybol, basketbol, qo'l to'pi o'yinlarida xujum va ximoya taktikasi va texnikasi bilan tanishtirish. - o'yinlarda qo'llanadigan turli usullar, fintlar bilan amaliy tanishtirish. - hakamlik qilish malakalarini shakllantirish. - musobaqalar o'tkazish usullarini va nizomlarini tuzishga o'rgatish. Fanning vazifasi - talabalarda sport o'yinlar fanini o'tkazish bo'lajak mutaxassislarga o'yinlarni tashkil qilish, taxlil qilish, o'yin texnikasi hamda taktikasini o'rgatishdan iborat. II. Asosiy nazariy qism. <i>Nazariy mashg'ulotlar uchun quyidagi mashg'ulotlar tavsiya etiladi:</i> 1-mavzu. Yengil atletika. Qisqa masofalarga yugurish.4x10 m ga moksimon yugurish,60 m ga yugurish,100 m ga yugurish,400 m ga estafetali yugurish. Notekis bo'lgan joylarda uzoq masofalarga kross yugurish,to'g'ri nafas olish,kuchni teng taqsimlash va chidamlilikni oshirish. Granata uloqtirish - o'smirlar 700 g li,qizlar 500 g li granatani chalkashtirma qadamlar bilan uloqtirish. Yadro itqitish - o'smirlar 6 kg li,qizlar 4 kg li yadroni itqitish. Nayza uloqtirish. Sport o'yinlari. 2-mavzu. Basketbol. Maydonda joy tanlash,harakatlanish,yon tomonlarga burilishlar,to'xtashlar,sakrashlar. To'pni yerga urib olib yurish,har xil balandlikda urib olib yurish,o'ng chap qo'lga o'tkazib olib yurish. To'pni bir qo'llab yelkadan uzatib savatga tashlash,ko'krakdan ikki qo'llab tashlash,yuqoridanbosh ustidan ikki qo'llab tashlash. O'yinda yakka tartibda hujum qilish,jamoaviy hujum qilish.Yakka tartibda raqibdan himoyalanih,jamoaviy himoyalanih, 4x1, 3x2, 2x3 sxema taktikalarida o'ynash. 3-mavzu. Voleybol. Maydonda joy tanlash,harakatlanish,yon tomonlarga burilishlar,to'xtashlar,sakrashlar. To'pni yuqoridan va pastdan ikki qo'llab qabul qilish va uzatish usullari,pastlab	

kelayotgan to'pni qabul qilish, to'rdan qaytgan to'pni qabul qilish.

To'pni pastdan o'yinga kiritish, yuqoridan o'yinga kiritish va yondan o'yinga kiritish.

Hujum zarbi uchun to'pni uzatish, hujum zarbini berish, hujum zarbiga to'siq qo'yish va to'siq ortini himoya qilish.

Gimnastika.

4-mavzu. Gimnastika. Saf va muvozanat saqlash mashqlari.

Safda turish, safda harakatlanish, ikki qatorga saflanish, to'rt qatorga saflanish. Qaldirg'och turish, ko'prik holatida turish va sham holatida turish.

Akrobatik mashqlar. Oldinga va orqaga umbaloq oshishlar.

Kasbiy-amaliy jismoniy tayyorgarlik.

5-mavzu. Stol-tennisi.

Stol-tennisi qoidalarini o'zlashtirish, joy tanlash, raketka ushlash qoidalarini.

Sharni o'yinga kiritish, qabul qilish va uzatish usullari usullari.

III. Amaliy mashg'ulotlar bo'yicha ko'rsatma va tavsiyalar

Amaliy mashg'ulotlar uchun quyidagi mashg'ulotlar tavsiya etiladi:

Yengil atletika.

1. Qisqa masofalarga yugurish texnikasi.
2. Kross tayyorgarligi.
3. Uloqtirish.

Sport o'yinlari.

4. Basketbol. Maydon bo'ylab harakat qilish usullari.
5. Basketbol. To'p bilan harakatlanish usullari.
6. Basketbol. Savatga to'p tashlash usullari.
7. Basketbol o'yinida hujum va himoya usullari.
8. Voleybol. Maydondagi harakatlar.
9. Voleybol. To'pni qabul qilish va uzatish usullari.
10. Voleybol. To'pni o'yinga kiritish usullari.
11. Voleybol. Hujum va himoya qilish usullari.

Gimnastika.

12. Gimnastika. Saf va muvozanat saqlash mashqlari.
13. Gimnastika. Akrobatik mashqlar.

Kasbiy-amaliy jismoniy tayyorgarlik.

14. Stol-tennisi qoidalarini o'zlashtirish, joy tanlash, raketka ushlash qoidalarini.
- 15-mavzu. Sharni o'yinga kiritish, qabul qilish va uzatish usullari usullari.

IV. Mustaqil ta'lim va mustaqil ishlar

Mustaqil ta'lim uchun tavsiya etiladigan topshiriqlar:

1. O'zbekiston jahon sportida.
2. O'zbekiston olimpiadachilari.
3. Inson salomatligida sportning o'rni.
4. Davolash jismoniy tarbiyasi.
5. Sog'lom turmush tarzi.
6. Yengil atletika. Yugurish turlari.
7. Yengil atletika. Sakrash turlari.
8. Yengil atletika. Uloqtirish turlari.
9. Yengil atletika. Kross tayyorgarligi.
10. Basketbol o'yini tarixi, qoidalarini va maydoni o'lchamlari.
11. Voleybol o'yini tarixi, qoidalarini va maydoni o'lchamlari.
12. Futbol o'yini tarixi, qoidalarini va maydoni o'lchamlari.
13. Gimnastika.

	14. Stol-tennisi qoidalar. 15. Suzish sport turlari.
3.	V. Fan o'qitilishining natijalari (shakllanadigan kompetensiyalar) Fanni o'zlashtirish natijasida talaba: - jismoniy tarbiya tushunchalari va tasavvurlar umumiyligi, olamni anglashda alohida kasb etish; - jismoniy tarbiyani asosiy tushunchalari va usullari; - sodda mashqlar majmuasini tuza olishi; - hozirgi zamonda jismoniy tarbiya va sportning o'rni va roli; - sport anjomlari bilan ishlashda texnika havfsizligi va gigiyenasi; - institut ichki tartib - intizom qoidalariga rioya qilish; - uyali telefonni dars davomida o'chirish; - berilgan uy vazifasi va mustaqil ish topshiriqlarini o'z vaqtida va sifatli bajarish; - ko'chirmachilik (plagiat) qat'iyan man etiladi; - darslarga qatnashish majburiy hisoblanadi, dars qoldirilgan holatda qoldirilgan darslar qayta o'zlashtirilishi shart; - darslarga oldindan tayyorlanib kelish va faol ishtirok etish; - talaba o'qituvchidan so'ng, dars xonasiga - mashg'ulotga kiritilmaydi; - talaba reyting ballidan norozi bo'lsa e'lon qilingan vaqtdan boshlab 1 kun mobaynida apellyasiya komissiyasiga murojat qilishi mumkin axborotlar almashinuvi va uni izlashda internet tarmog'ida ishlash;
4.	VI. Ta'lim texnologiyalari va metodlari: • Ko'rgazmali; • amaliy ishlarni bajarish va xulosalash; • mashq; • o'yin va musobaqa; • guruhlarda ishlash; • yakka tartibda ishlash; • jamoa bo'lib ishlash va himoya qilish loyihalar.
5.	VII. Kreditlarni olish uchun talablar: Fanga oid nazariy va uslubiy tushunchalarni to'la o'zlashtirish, o'rganilayotgan harakat ko'nikma va malakalarini o'zlashtirish, mashg'ulotlarda faol ishtirok etish va nazorat uchun berilgan vazifa va topshiriqlarni bajarish, yakuniy nazorat bo'yicha normativ topshirish.
6.	Asosiy adabiyotlar 1.Rafiyev H.T.Yengil atletika turlarini o'qitish uslubiyati.“Umid design” Toshkent – 2021 2.Beknazarov, A.R., Haqnazarov G'.O'rta va uzoq masofaga yugurish texnikasini o'rgatish uslubiyati [Matn] :uslubiy tavsiyanoma / A.R. Beknazarov, G'. 3.A.N.Normuradov Yengil atletika turlarini o'rgatish.Toshkent – 2021 4.Abdullayev O. Yengil atletika va uni o'qitish metodikasi. Toshkent- 2020 5. Xo'jaev P., Raximqulov K.D., Nigmanov B.B. Sport va harakatli o'yinlar va uni o'qitish metodikasi. (Harakatli o'yinlari) O'quv qo'llanma TDPU T.: 2008 y. 6. Azizova R.I. “Sport va harakatli o'yinlarni o'qitish metodikasi” O'quv qo'llanma T.: 2010 7. Nurimov R.I. “Futbol” darslik T, O'zDJTI 2005 y. 8. Ayropetyans L.R. “Voleybol” Uchebnik. T, UzGosIFK 2006 g. 9. Rasulov O.T. “Basketbol” Darslik. Toshkent 1998 y. 10. M.N. Umarov A.K. Eshtayev D.R. Ishtaye G.M. Xasanova GIMNASTIKA (yakkakurash, koordinatsion va siklik sport turlari). Darslik. Cho'lpon nomidagi nashriyot-matbaa ijodiy uyi Toshkent – 2018 yil 11. M.N.Umarov. GIMNASTIKA. O'quv qo'llanma Toshkent 2015 yil.

	Qo‘shimcha adabiyotlar 12. O‘z. Respublikasi Prezidentining Farmoni, 30.10.2020 yildagi PF-6099-son 13. 2017-2021 yillarda O‘zbekiston Respublikasini rivojlantirishning beshta ustuvor yo‘nalishi bo‘yicha Harakatlar strategiyasi. O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining 2017 yil 7 fevraldagi PF-4947 sonli Farmoni. 14. O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining 2021 yil 5-noyabrdagi PQ-5280-son qarori "Sport-ta‘lim muassasalari faoliyatini 2025 yilgacha rivojlantirish dasturi to‘g‘risidagi” qarori. 15. O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining 2016yil 11-iyulda PQ-2654 “O‘zbekiston Respublikasida Sportning gimnastika turlarini yanada rivojlantirish chora-tadbirlari to‘g‘risida” qarori. 16. O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining 2017 yil 3 iyundagi “Jismoniy tarbiya va ommaviy sportni yanada rivojlantirish chora-tadbirlari to‘g‘risida”gi 3031-sonli qarori. 17. Botirov X.A. Jismoniy tarbiya va sport tarixi. T. “O‘qituvchi” 1993 y. 18. Xo‘jaev F. O‘zbekistonda jismoniy tarbiya. 1997 y. Axborot manbalari 1. http:// www.tdpu.uz 2. http://www.edu.uz 3. http://www.fjsti.uz 4. http://www.ziyonet.uz 5. http://www.pedagog.uz 6. http://www.lex.uz
7.	Fan dasturi Oliy ta‘lim yo‘nalishlari va mutaxassisliklari bo‘yicha Farg‘ona jamoat salomatligi tibbiyot institutining Ilmiy kengashining 2023 yil 31 avgustdagi 1-sonli bayonnomasi bilan ma‘qullangan.