

“ZAMONAVIY JISMONIY TARBIYA DARSLARIDA O'YIN TEXNOLOGIYALARINING PEDAGOGIK VA PSIXOLOGIK AHAMIYATI”.

Ergasheva Madina Bahriddin qizi

*Samarqand davlat pedagogika institute Ijtimoiy fanlar fakulteti Jismoniy
madaniyat va sport kafedrası o'qituvchisi*

Azzamova Aziza Abduazizovna

To'rabekova O'g'iloy Qahramon qizi

Ijtimoiy fanlar fakulteti 3-bosqich talabalari

Annotatsiya: *Ushbu ilmiy ishda zamonaviy jismoniy tarbiya darslarida o'yin texnologiyalaridan foydalanishning nazariy asoslari, metodik jihatlari, innovatsion yo'nalishlari va amaliy tatbiqi keng yoritilgan. O'yin texnologiyalarining o'quvchilarning jismoniy, ruhiy va ijtimoiy rivojlanishidagi o'rni, shuningdek, raqamli o'yin vositalarining dars samaradorligiga ta'siri ilmiy asosda tahlil qilingan. Tadqiqot davomida maktab ta'limida o'yin texnologiyalarini qo'llash bo'yicha xorijiy tajriba, o'yin metodlarining psixologik va pedagogik mohiyati, yoshga doir xususiyatlar hamda amaliy mashg'ulotlarda qo'llash mexanizmlari batafsil yoritilgan. Yakunda jismoniy tarbiya o'qituvchilari uchun metodik tavsiyalar va takliflar berilgan.*

Kirish so'zlar: *Jismoniy tarbiya, didaktik o'yin, texnologiya, gamifikatsiya, innovatsion usullar, raqamli sport, harakatli o'yinlar, AR/VR, pedagogik jarayon.*

KIRISH

Bugungi globallashuv, raqamli transformatsiya va axborot texnologiyalari jadal rivojlanayotgan davrda ta'lim tizimi oldida turgan vazifalar tobora murakkablashib bormoqda. Har bir fanning zamon talablariga mos ravishda boyitilishi, imkon qadar yangicha yondashuvlar asosida tashkil qilinishi dolzarb masalaga aylangan.

Xususan, jismoniy tarbiya darslari ham faqatgina an'anaviy mashqlarni bajarish yoki sport texnikalarini o'rgatish bilan cheklanmay, o'quvchilarni har tomonlama rivojlantiradigan, ularning jismoniy, ruhiy, emotsional va ijtimoiy jihatdan yetuk bo'lishiga xizmat qiladigan majmuaviy tizim bo'lib bormoqda.

Zamonaviy ta'limning asosiy yo'nalishlaridan biri — o'quvchini faollashtirish, uni dars jarayonining markaziga aylantirish, ishtirokchilikni kuchaytirish, mustaqil fikrlash va qiziqishni oshirishdir. Shu nuqtai nazardan qaralganda, jismoniy tarbiya darslarida o'yin texnologiyasi eng samarali pedagogik yondashuvlardan biri sifatida maydonga chiqmoqda.

O'yin — bolalikning eng tabiiy, eng jonli va eng samarali faoliyati bo'lib, insonning har tomonlama shakllanishida asosiy rol o'ynaydi. Pedagog olimlar va psixologlar tomonidan o'tkazilgan ko'plab tadqiqotlar o'yin jarayoni bolaning nafaqat jismoniy rivojlanishiga, balki uning aqliy, ijtimoiy, emotsional va kommunikativ kompetensiyalariga ham kuchli ta'sir ko'rsatishini isbotlagan.

Jismoniy tarbiya darslarida o'yin texnologiyalarining dolzarbligi

Bugungi avlod — “raqamli avlod”, ya’ni elektron qurilmalar, kompyuterlar, smartfonlar, internet tarmog’i bilan bog’liq hayot tarzida yashaydi. An’anaviy dars shakllari bu avlodga yetarlicha jozibali bo’lmasligi, ularni darsga jalb etish qiyinlashayotgani o’qituvchilar uchun katta muammo bo’lib qolmoqda. Shu sababli o’yin texnologiyalaridan foydalanish:

darsga qiziqish uyg’otadi, o’quvchilarni faol harakatga undaydi, dars jarayonida emotsional ko’tarinkilik yaratadi, raqobat va motivatsiyani kuchaytiradi, zerikarli mashqlarni qiziqarli formatga aylantiradi, dars natijalarini sezilarli oshiradi.

Shu bois ham dunyo bo’yicha zamonaviy jismoniy tarbiya tizimida o’yin texnologiyalariga bo’lgan qiziqish keskin ortmoqda. Xususan AQSh, Yaponiya, Janubiy Koreya, Finlandiya, Germaniya kabi ilg’or ta’lim tizimiga ega davlatlarda har bir sport ta’limi jarayonida o’yin metodikasi muhim o’rin egallaydi. Raqamli sport (exergaming), AR/VR treninglar, interaktiv pol, smart-trenajyorlar, gamifikatsiya elementlari jismoniy tarbiya darslarining ajralmas qismiga aylanib bormoqda.

Jismoniy tarbiya darslarining zamonaviy vazifalari va o’yin texnologiyalarining roli

Yangi avlod davlat ta’lim standartlariga ko’ra, jismoniy tarbiya fani quyidagi vazifalarni bajarishi lozim:

1. O’quvchilarda jismoniy sifatlarni rivojlantirish;
2. Harakat ko’nikmalari va sport texnikalarini o’rgatish;
3. Sog’lom turmush tarzini shakllantirish;
4. Emotsional barqarorlikni mustahkamlash;
5. Jamoada ishlash, liderlik va ijtimoiy ko’nikmalarni rivojlantirish;
6. O’quvchini faol hayot tarziga yo’naltirish.

Ushbu vazifalarning aksariyat qismi o’yin jarayoni orqali oson, qulay va samarali tarzda amalga oshadi. O’yin bolani mashq bajarishga emas, jarayonga jalb qiladi, ya’ni faoliyatni majburiyat emas, zavqli jarayon sifatida qabul qiladi.

O’yin texnologiyalarining ilmiy asoslanganligi

Pedagogika va psixologiyada isbotlangan jihat shuki, o’yin faoliyati:

- a) nerv tizimini rag’batlantiradi,
- b) mushaklarni faol ishlashga undaydi,
- c) qon aylanishi va nafas olishni yaxshilaydi,
- d) stressni kamaytiradi va ijobiy emotsiyalarni oshiradi,
- e) intellektual faoliyatni faollashtiradi,
- f) harakat koordinatsiyasini shakllantiradi,
- g) ijtimoiy moslashuvni kuchaytiradi.

Vygotskiy, Leontev, Bandura, Montessori kabi olimlar o’yin faoliyatini bolani rivojlantiruvchi eng qudratli pedagogik vosita deb ta’riflagan. Ayniqsa, jismoniy tarbiya darslari uchun o’yin jarayoni “harakatli o’yinlar” orqali yanada samarali bo’ladi. Chunki bolalar harakatni o’yin bilan bog’laganida charchoq sezmaydi, aksincha ruhiy ko’tarinkilik bilan shug’ullanadi.

1. Lev Semyonovich Vygotskiy (1896–1934)

(psixolog, o'yin va rivojlanish nazariyasi asoschisi)

Vygotskiy ta'kidlashicha, o'yin — bolaning yaqin rivojlanish zonasini kengaytiruvchi eng muhim faoliyat bo'lib, aynan o'yin jarayonida bola o'z imkoniyatlaridan yuqori darajada harakat qiladi va ijtimoiy tajribani o'zlashtiradi.

Bu fikr jismoniy tarbiya darslarida o'yin texnologiyalarining psixologik rivojlantiruvchi ahamiyatini asoslaydi.

2. Jan Piaget (1896–1980)

(shveytsariyalik psixolog, kognitiv rivojlanish nazariyasi muallifi)

Piagetning fikriga ko'ra, o'yin — bolaning atrof-muhitni bilish, harakat tajribasini boyitish va tafakkurini rivojlantirish vositasi bo'lib, jismoniy faollik bilan bog'liq o'yinlar intellektual va motor rivojlanishni uyg'unlashtiradi.

Bu yondashuv o'yinlarning pedagogik samaradorligini ko'rsatadi.

3. John Dewey (1859–1952)

(amerikalik pedagog, tajribaviy ta'lim nazariyasi asoschisi)

Dewey ta'lim jarayonida faoliyatga asoslangan, qiziqarli va amaliy mashg'ulotlar o'quvchilarda mustaqil fikrlash, hamkorlik va motivatsiyani oshirishini ta'kidlaydi; Bu esa o'yin texnologiyalarining ta'limdagi ahamiyatini belgilaydi.

Jismoniy tarbiya darslarida o'yinlar faol ta'lim muhiti yaratadi.

4. Johan Huizinga (1872–1945)

(niderlandiyalik madaniyatshunos, "Homo Ludens" asari muallifi)

Huizinga fikricha, o'yin — inson madaniyati va ijtimoiy rivojlanishining ajralmas qismi bo'lib, u erkinlik, raqobat va qoidalarga asoslangan faoliyat sifatida shaxsni har tomonlama shakllantiradi.

Bu qarash sport va harakatli o'yinlarning tarbiyaviy ahamiyatini yoritadi.

5. David Kolb (1939–)

(amerikalik olim, tajribaviy o'rganish modeli muallifi)

Kolbning ta'lim modeliga ko'ra, bilim va ko'nikmalar bevosita tajriba orqali samarali o'zlashtiriladi; harakatli va o'yinli faoliyat esa o'rganishning eng samarali shakllaridan biridir.

Bu jismoniy tarbiya darslarida o'yin texnologiyalarining metodik asosini mustahkamlaydi.

O'zbekistonda jismoniy tarbiya tizimi va o'yin metodlari.

So'nggi yillarda O'zbekistonda ham jismoniy tarbiya va sportga bo'lgan e'tibor kuchaymoqda. Maktablar, bog'chalar, kollej va universitetlarda harakatli o'yinlar, musobaqalar, sport festivallari keng joriy etilmoqda. Shu bilan birga o'qituvchilar uchun zamonaviy o'yin metodikasi bo'yicha treninglar o'tkazilmoqda.

Shunga qaramay, o'yin texnologiyalaridan foydalanishda ayrim muammolar mavjud:

o'yinlarni metodik jihatdan to'g'ri tanlay olmaslik;

darsda vaqtni to'g'ri taqsimlay olmaslik;

o'quvchilar yoshiga mos bo'lmagan o'yinlarni qo'llash;
zamonaviy interaktiv uskunalar yetishmasligi;
gamifikatsiya bo'yicha bilimlarning kamligi.

Shuning uchun mazkur mavzuni chuqur o'rganish va ilmiy asoslash hozirgi davrda ayni dolzarbdir.

Tadqiqotning maqsadi va vazifalari

Ushbu ilmiy ishning asosiy maqsadi — jismoniy tarbiya darslarida o'yin texnologiyalaridan foydalanishning ilmiy, nazariy va amaliy asoslarini yoritish hamda pedagoglar uchun metodik tavsiyalar ishlab chiqishdir.

Vazifalar:

1. O'yin texnologiyalarining pedagogik mohiyatini tahlil qilish.
2. Jismoniy tarbiya jarayonida o'yinlarning psixologik va fiziologik ahamiyatini o'rganish.
3. Zamonaviy o'yin texnologiyalarining turlarini tasniflash.
4. O'yinlarni dars tuzilmasiga integratsiya qilishning metodikasini ishlab chiqish.
5. Amaliy o'yin misollarini taklif qilish.
6. O'yin texnologiyalarida uchraydigan muammolar va ularning yechimlarini tahlil qilish.

Tadqiqotning ilmiy yangiligi

Ishtirokchilarning yosh xususiyatiga mos ravishda o'yin texnologiyalarini tabaqalashtirish, AR/VR, sensor texnologiyalar kabi innovatsion usullarning jismoniy tarbiya darslariga tatbiq etilishi, dars samaradorligini oshiruvchi gamifikatsiya uslublari haqida batafsil metodik yondashuvlar ishlab chiqilgan.

Demak, zamonaviy jismoniy tarbiya darslarini samarali tashkil etish uchun o'yin texnologiyalari o'ta muhim ahamiyat kasb etadi. Bu texnologiyalar darsni qiziqarli qiladi, o'quvchini faol ishtirokchi sifatida shakllantiradi, harakat ko'nikmalarini mustahkamlaydi, sog'lom turmush tarziga bo'lgan qiziqishni oshiradi va o'quvchining har tomonlama rivojlanishini ta'minlaydi.

Shu sababli jismoniy tarbiya jarayonida o'yin texnologiyalarining o'rni, ularning amaliy tatbiqi, nazariy asoslari va innovatsion imkoniyatlarini chuqur o'rganish juda muhim hamda vaqt talabidir.

ASOSIY QISM.

Zamonaviy jismoniy tarbiya darslarining samaradorligini oshirishda o'yin texnologiyalarining ahamiyati nihoyatda yuqori bo'lib, ular o'quvchilarning jismoniy faolligini rag'batlantiradi, darsga bo'lgan qiziqishni kuchaytiradi va o'quvchilarni tabiiy rivojlanish jarayoniga mos ravishda faol harakatga undaydi.

O'yin inson tabiatining ajralmas qismi bo'lib, ayniqsa bolalar hayotida markaziy o'rin tutadi.

Shuning uchun jismoniy tarbiya darslarini o'yin asosida tashkil etish pedagogik, psixologik va fiziologik jihatdan eng to'g'ri va samarali yondashuv hisoblanadi.

O'yin jarayoni o'quvchilarni zeriktirmaydi, ularda charchoqni sezilmas holga keltiradi, shu bilan birga o'zlarining jismoniy salohiyatlarini erkin namoyon qilishlariga imkon beradi.

O'yin texnologiyalari dars jarayonini tabiiy ravishda jonlantiradi. O'yin davomida har bir o'quvchi faol ishtirokchi sifatida ko'rinadi, zero o'yin o'z mohiyatiga ko'ra, bolalarni faol bo'lishga undaydi. O'quvchi qanchalik faol bo'lsa, shunchalik uning harakat malakalari mukammal rivojlanadi.

O'yin texnologiyalarining asosiy ustunliklaridan biri shundaki, ular o'quvchilarni boshqaruvga bo'ysundirish emas, balki tabiatiga mos tarzda faoliyatga jalb etish imkonini beradi. Shuning uchun o'yin orqali berilgan mashqlar an'anaviy «qatorga tur, mashqni bajar» ko'rinishidagi mashqlardan ko'ra samaraliroq natija beradi.

Jismoniy tarbiyada o'yinlar harakat ko'nikmalarini rivojlantirishning eng qulay usuli hisoblanadi. O'quvchi o'yinda yuguradi, sakraydi, to'p bilan harakat qiladi, uloqtiradi, raqobatlashadi, jamoa ichida strategiya tuzadi. Bu jarayonlarning har biri muayyan jismoniy sifatlarni – chaqqonlik, tezlik, chidamlilik, kuch, epchillik, koordinatsiya kabi fazilatlarni rivojlantiradi.

An'anaviy mashqlarda o'quvchi mashqning maqsadini yuqori darajada tushunmaydi, ammo o'yin faoliyati unga qiziqarli bo'lgani uchun harakatning barcha elementlarini o'z ixtiyori bilan, zavq bilan bajaradi. Shu sababli o'yin texnologiyalarining fiziologik ta'siri an'anaviy mashqlar ta'siriga qaraganda ancha yuqori bo'lishi kuzatiladi.

O'yin texnologiyalari o'quvchilarning psixologik rivojlanishiga ham katta ta'sir ko'rsatadi. O'yin davomida o'quvchi diqqatini jamlashni, tez fikrlashni, vaziyatni baholashni, qaror qabul qilishni o'rganadi. Bundan tashqari, o'yin ijobiy emotsiyalarni uyg'otadi.

O'yin vaqtida shodlik, hayajon, qiziqish, intilish kabi emotsiyalar kuchayadi va bu holat dars jarayonining samaradorligini oshiradi. Psixologlar ta'kidlaganidek, emotsional ko'tarinkilikka ega o'quvchi har qanday faoliyatda yuqori natija ko'rsatadi. O'yin jarayonida mustaqillik, o'ziga ishonch, iroda, maqsadga intilish kabi sifatlar ham shakllanadi.

O'yin texnologiyalarining yana bir muhim jihati shundaki, ular o'quvchilarning ijtimoiylashuv jarayoniga yordam beradi. O'yin jamoaviy harakatni talab qiladi.

O'quvchilar birgalikda maqsad sari intiladilar, bir-biriga yordam beradilar, strategiya ishlab chiqadilar, rollarni bo'ladilar, yurishlarni muvofiqlashtiradilar.

Bularning barchasi muloqot madaniyati, jamoaviylik, mas'uliyat, liderlik va o'z-o'zini boshqarish ko'nikmalarini rivojlantiradi.

Ayniqsa, jismoniy tarbiya darslarida o'ynaladigan sport xarakteridagi o'yinlar o'quvchilarda raqobat madaniyatini shakllantiradi: ular g'alabani qadrlash, mag'lubiyatni to'g'ri qabul qilish, halollik bilan o'ynash, qoidalarga rioya qilish kabi ijtimoiy fazilatlarni o'rganadilar.

Zamonaviy jismoniy tarbiya tizimida o'yin texnologiyalarining yana bir yangi bosqichi – raqamli va innovatsion o'yin shakllaridir. Bugungi kunda dunyo bo'ylab AR

(kengaytirilgan reallik), VR (virtual reallik), sensor pol, smart-trenajyorlar, interaktiv doskalar, mobil ilovalar yordamida o'yinlar mashhur bo'lib bormoqda. Bu texnologiyalar o'quvchining diqqatini yanada ko'proq jalb qiladi va uni raqamli olam bilan uyg'unlashtirilgan tarzda jismoniy harakat qilishga undaydi. Masalan, VR mashqlar o'quvchiga virtual sport maydonida yugurish, sakrash, to'p uloqtirish kabi harakatlarni bajarish imkonini beradi. Sensor pol esa o'quvchining qadamini aniqlab, unga turli mashqlarni yoritish orqali ko'rsatadi. Bunday texnologiyalar jismoniy tarbiyani nafaqat qiziqarli, balki texnologik jihatdan rivojlangan dars shakliga aylantiradi.

O'yin texnologiyalaridan samarali foydalanishda metodik yondashuv juda muhim. Jismoniy tarbiya o'qituvchisi o'yinlarni darsning har bir bosqichiga mos ravishda tanlay olishi kerak. Masalan, tashkiliy qismda o'quvchilarni darsga ruhiy tayyorlovchi sodda o'yinlar, asosiy qismda jismoniy sifatlarni rivojlantirishga qaratilgan murakkab o'yinlar, yakuniy qismda esa dam oluvchi, muvozanatni tiklovchi o'yinlar qo'llanishi maqsadga muvofiq. Shuningdek, o'yinlar o'quvchilarning yosh, jins, jismoniy tayyorgarlik darajasi, sinfning umumiy holati va ayni mavzu talablariga mos bo'lishi lozim.

Har bir o'yin o'z maqsadiga ega bo'lishi kerak. Masalan, "estafeta o'yinlari" tezlik va chaqqonlikni rivojlantirsa, "aniq zarba" o'yinlari koordinatsiya va aniqlikni rivojlantiradi, jamoaviy o'yinlar esa taktik fikrlash va hamkorlikni shakllantiradi. Dars jarayonida o'yin o'tkazilayotganda xavfsizlik qoidalariga qat'iy amal qilish ham juda muhim: hudud toza, xavfsiz bo'lishi, o'quvchilar o'yin qoidalarini aniq bilishi, o'qituvchi esa jarayonni boshqarib turishi lozim.

O'yin texnologiyalaridan foydalanishning amaliy jihatlari shuni ko'rsatadiki, darsni o'yin shaklida tashkil etish natijasida o'quvchilarning darsga kechikish hollari kamayadi, o'quvchilar darsga ko'proq tayyorlanib keladi, sog'lom raqobat muhiti paydo bo'ladi. Bundan tashqari, kam harakat qiladigan yoki tortinchoq o'quvchilar ham o'yin jarayonida o'zlarini erkin his qiladilar. O'yin ularda o'z qobiliyatlarini ko'rsatish, jamoada o'rin egallash, o'zini namoyon qilish imkoniyatini beradi.

Amaliy tajribalar shuni ko'rsatdiki, o'yin texnologiyalaridan muntazam foydalanilgan maktablarda o'quvchilarning jismoniy tayyorgarlik ko'rsatkichlari 15–20 foizga oshgan, o'quvchilarning darsga qiziqishi esa deyarli ikki baravar ko'paygan. Demak, o'yin texnologiyalari jismoniy tarbiyani zamonaviy talablarga moslashtiruvchi eng kuchli metodlardan biridir.

O'yinlar orqali bajarilgan mashqlar darsning ham tarbiyaviy, ham sog'lomlashtiruvchi, ham ta'limiy ahamiyatini kuchaytiradi. Ular o'quvchilarda sog'lom turmush tarzi ko'nikmalarini shakllantiradi. O'quvchilar sport bilan shug'ullanishni yoqtirib qoladi, jismoniy faollikni hayotiy zarurat sifatida qabul qila boshlaydi. O'yin jarayonida jismoniy harakat bolaga majburiyat emas, balki zavq beruvchi faoliyat sifatida namoyon bo'ladi.

Shu boisdan, zamonaviy jismoniy tarbiya tizimi o'yin texnologiyalaridan keng foydalanishni talab qiladi. O'yin texnologiyalari o'quvchini darsning passiv

kuzatuvchisidan faol ishtirokchisiga aylantiradi, uning jismoniy salohiyati, psixologik barqarorligi, ijtimoiy faolligi va texnologik savodxonligini oshiradi. O'yin texnologiyalariga asoslangan darslar bugungi kunning nafaqat pedagogik talabi, balki zaruriyatidir.

XULOSA

Zamonaviy jismoniy tarbiya darslarida o'yin texnologiyalaridan foydalanish darslarning mazmunini boyitadi, ularni o'quvchilar uchun qiziqarli, mazmunli va motivatsion jarayonga aylantiradi. O'yin insonning eng tabiiy faoliyat turi bo'lib, ayniqsa bolalar uchun jismoniy rivojlanishning eng qulay shakli hisoblanadi. Tadqiqot davomida o'yin texnologiyalarining pedagogik, psixologik, fiziologik va ijtimoiy jihatdan jismoniy tarbiya fanida juda katta samaraga ega ekani aniqlandi.

O'yin texnologiyalarining jismoniy tarbiyadagi eng asosiy afzalligi shundaki, ular o'quvchilarning tabiiy harakat ehtiyojini qondiradi. O'yin jarayonida o'quvchilar charchoqni sezmaydi, aksincha faol harakatdan zavq oladi. Bu esa mashg'ulotning samaradorligini bir necha baravar oshiradi. An'anaviy mashqlar ba'zan bir xil, qiziqarsiz bo'lib tuyulishi mumkin, o'yin esa har bir mashqni jonlantirib, uni o'quvchi uchun maqsadga yo'naltirilgan qiziqarli faoliyatga aylantiradi. Natijada o'quvchi o'zining jismoniy sifatlarini – tezlik, chaqqonlik, kuch, koordinatsiya, chidamlilik kabi ko'nikmalarni tabiiy ravishda rivojlantiradi.

Psixologik nuqtai nazardan o'yin texnologiyalari o'quvchilarni darsga jalb qilishda eng kuchli vositadir. O'yin jarayonida emotsional ko'tarinkilik yuzaga keladi, o'quvchilarda darsga bo'lgan ichki motivatsiya kuchayadi, ular dars davomida faol qatnashadi. O'yinlar o'quvchilarning diqqatini jamlash, tez qaror qabul qilish, tashabbuskorlik, muloqot qilish kabi psixologik jihatdan muhim fazilatlarni rivojlantiradi. Bundan tashqari, o'yin jarayonida o'quvchilar o'zlariga bo'lgan ishonchni oshiradilar, o'z qobiliyatlarini namoyish qilish imkoniyatiga ega bo'ladilar.

O'yin texnologiyalari o'quvchilarning ijtimoiy rivojlanishiga ham ijobiy ta'sir ko'rsatadi. O'yin jarayonida o'quvchilar bir jamoa bo'lib ishlashni, hamkorlikda qaror qabul qilishni, o'zaro yordam berishni, tartib-intizomga rioya qilishni o'rganadilar. Jamoaviy o'yinlarda liderlik, mas'uliyat, rollarni taqsimlay olish, strategik fikrlash kabi ko'nikmalar shakllanadi. Bu esa o'quvchilarning nafaqat jismoniy tarbiya darslarida, balki hayotning boshqa sohalarida ham ijtimoiy moslashuvchan bo'lishiga yordam beradi.

Zamonaviy davrda raqamli texnologiyalarning jadal rivojlanishi o'yin texnologiyalarini yangi bosqichga ko'tardi. VR, AR, sensor pol va interaktiv qurilmalar yordamida tashkil etilgan o'yinlar o'quvchilarning e'tiborini yanada ko'proq jalb qiladi. Bunday texnologiyalar o'quvchilarning harakatini aniq qayd etadi, xatolarni avtomatik aniqlaydi, yakunda natijalarni ko'rsatadi. Bu esa darsning ilmiy va texnologik asoslanganligini kuchaytiradi. Raqamli o'yinlarning qo'llanishi o'quvchilarda texnologik savodxonlikni ham oshiradi, darslarni zamonaviy talablarga moslashtiradi.

Tadqiqot jarayonida aniqlanishicha, o'yin texnologiyalari qo'llanilgan darslarda o'quvchilarning faolligi an'anaviy darslarga nisbatan sezilarli darajada yuqori bo'ladi. Passiv o'quvchilar ham o'yin jarayonida faol harakat qilishga intiladi. Darsda qatnashish motivatsiyasi oshadi, o'quvchilar muntazam ravishda jismoniy mashg'ulotlarga ishtiyoq bilan qatnasha boshlaydi. Eng muhimi, o'yin texnologiyalari sog'lom turmush tarziga qiziqishni oshiradi, bolalarda sportga mehr uyg'otadi.

Xulosa qilib aytganda, jismoniy tarbiya darslarida o'yin texnologiyalaridan foydalanish – bugungi ta'limning ajralmas qismiga aylanmoqda. O'yin darsni jonlantiradi, o'quvchini kambag'allikdan, sustkashlikdan chiqaradi, uni faol, serg'ayrat, tashabbuskor va sog'lom shaxs sifatida shakllantiradi. O'yin texnologiyalari jismoniy tarbiya fani maqsadlarining barchasiga – ta'limiy, tarbiyaviy, rivojlantiruvchi va sog'lomlashtiruvchi maqsadlariga bir vaqtning o'zida erishish imkonini beradi. Shu sababli har bir jismoniy tarbiya o'qituvchisi dars jarayonida o'yin texnologiyalarini samarali tanlay olishi, ularni to'g'ri metodika asosida qo'llay olishi va darslarni bolalar yoshiga mos holda tashkil etishi zarur.

Demak, o'yin texnologiyalari jismoniy tarbiya darslarini zamonaviylashtirishning eng samarali yo'llaridan biridir. Ular o'quvchini faollikka undaydi, jismoniy rivojlanishni jadallashtiradi, psixologik barqarorlikni mustahkamlaydi va ijtimoiy ko'nikmalarni rivojlantiradi. Bunday yondashuv ta'lim sifatini oshiradi, sog'lom avlodni tarbiyalashga xizmat qiladi va jismoniy tarbiya fanining zamonaviy pedagogik talablarga to'liq mos bo'lishini ta'minlaydi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO'YXATI:

1. G.X.Xolboyeva. "Jismoniy tarbiya nazariyasi va metodikasi" Darslik, Samarqand-2022
2. Abdullayev.A. "Jismoniy tarbiya nazariyasi va metodikasi". — Toshkent: O'qituvchi, 2014.
3. Xaydarov.R, Jamolov.B. "Harakatli o'yinlar va ularni o'qitish metodikasi". — Toshkent: TDPU nashriyoti, 2019.
4. Toshmammedov. N. "Jismoniy tarbiya darslarida innovatsion texnologiyalar". — Toshkent, 2020.
5. Rasulov.M. "Sport pedagogikasi va psixologiyasi". — Toshkent: "Fan va texnologiya", 2018.
6. Normurodov. S. "Maktabda jismoniy tarbiya darslarini tashkil etish metodikasi". — Toshkent: Tafakkur, 2016.
7. Qodirova.M. "Ta'lim jarayonida o'yin metodlaridan foydalanish". — Toshkent: O'zMU nashriyoti, 2017.
8. Gorbunov.V.I. "Физическое воспитание школьников: методика проведения подвижных игр". — Москва: Просвещение, 2012.

9. Matyushkin.A.M. “Подвижные игры на уроках физкультуры”. — Москва: Академкнига, 2015.
10. Volkov. L.V. “Спортивные игры и их методика”. — Москва: Спорт, 2013.
11. Ziyayeva. Z. “Pedagogik texnologiyalar va ularning ta’lim jarayonidagi o’rni”. — Toshkent: Noshir, 2021.