O‘ZBEKISTON SHAROITIDA JISMONIY TARBIYA SAMARADORLIGINI BAHOLASHNING AMALIY MEXANIZMLARI

Elboyeva Umida Rahimjon qizi
Mirzo Ulug'bek nomidagi O'zbekiston Milliy Universiteti, Jismoniy tarbiya va sport menejmenti, sport tadbirlarini tashkil etish va boshqarish yo'nalishi 2-kurs magistranti
E-mail: umidaelboyeva6@gmail.com
Doi :https://doi.org/10.5281/zenodo.20032973

Annotatsiya: Ushbu maqolada O‘zbekiston sharoitida jismoniy tarbiya samaradorligini baholashning amaliy mexanizmlari tahlil qilingan. Jismoniy tarbiya jarayonini baholashda qo‘llanilayotgan an’anaviy yondashuvlar hamda zamonaviy monitoring tizimlari o‘rganilib, ularning afzallik va kamchiliklari aniqlangan. Tadqiqotda jismoniy tarbiya samaradorligini oshirishda raqamli texnologiyalar, individual rivojlanish monitoringi, pedagogik nazorat va kompetensiyaviy yondashuvning o‘rni asoslab berilgan. Shuningdek, ta’lim muassasalarida jismoniy tarbiya sifatini oshirishga to‘sqinlik qiluvchi muammolar tahlil qilinib, ularni bartaraf etish bo‘yicha amaliy tavsiyalar ishlab chiqilgan. Tadqiqot natijalari jismoniy tarbiya tizimini takomillashtirish va sog‘lom turmush tarzini rivojlantirishga xizmat qiladi.

Kalit so‘zlar: jismoniy tarbiya, samaradorlik, baholash mexanizmi, monitoring tizimi, pedagogik nazorat, jismoniy faollik, raqamli texnologiyalar, ta’lim sifati, kompetensiyaviy yondashuv, sog‘lom turmush tarzi.

Аннотация: В данной статье анализируются практические механизмы оценки эффективности физического воспитания в условиях Узбекистана. Изучаются традиционные подходы и современные системы мониторинга, используемые при оценке процесса физического воспитания, выявляются их преимущества и недостатки. В исследовании обосновывается роль цифровых технологий, мониторинга индивидуального развития, педагогического контроля и компетентностного подхода в повышении эффективности физического воспитания. Также анализируются проблемы, препятствующие повышению качества физического воспитания в учебных заведениях, и разрабатываются практические рекомендации по их устранению. Результаты исследования служат для совершенствования системы физического воспитания и развития здорового образа жизни.

Ключевые слова: физическое воспитание, эффективность, механизм оценки, система мониторинга, педагогический контроль, физическая активность, цифровые технологии, качество образования, компетентностный подход, здоровый образ жизни.

Abstract: This article analyzes practical mechanisms for assessing the effectiveness of physical education in the conditions of Uzbekistan. Traditional approaches and modern monitoring systems used in assessing the process of physical education are studied, and their advantages and disadvantages are identified. The study substantiates the role of digital technologies, individual development monitoring, pedagogical control and a competency-based approach in increasing the effectiveness of physical education. Also, problems that hinder the improvement of the quality of physical education in educational institutions are analyzed, and practical recommendations are developed to eliminate them. The results of the study serve to improve the physical education system and develop a healthy lifestyle.

Key words: physical education, effectiveness, assessment mechanism, monitoring system, pedagogical control, physical activity, digital technologies, quality of education, competency-based approach, healthy lifestyle.

Kirish. O‘zbekiston Respublikasida so‘nggi yillarda sog‘lom turmush tarzini shakllantirish, aholining jismoniy faolligini oshirish hamda yosh avlodni har tomonlama barkamol etib tarbiyalash davlat siyosatining ustuvor yo‘nalishlaridan biri sifatida belgilangan. Bu jarayonda jismoniy tarbiya tizimi nafaqat ta’lim jarayonining majburiy tarkibiy qismi, balki jamiyatning sog‘lom rivojlanishini ta’minlovchi strategik ijtimoiy-pedagogik mexanizm sifatida alohida ahamiyat kasb etadi. Chunki jismoniy tarbiya orqali shaxsning jismoniy rivojlanishi, psixologik barqarorligi va ijtimoiy faolligi shakllanadi.

Bugungi kunda global miqyosda kuzatilayotgan urbanizatsiya jarayonlari, raqamli texnologiyalarning tezkor rivojlanishi va harakatsiz hayot tarzining keng tarqalishi inson salomatligiga salbiy ta’sir ko‘rsatmoqda. Ayniqsa, yoshlar orasida gipodinamiya, ortiqcha vazn, yurak-qon tomir kasalliklari xavfining ortishi jismoniy tarbiya tizimining samaradorligini oshirish zaruratini yanada kuchaytirmoqda. Shu sababli jismoniy tarbiya jarayonini faqat dars mashg‘ulotlari bilan cheklamasdan, uning natijadorligini kompleks baholash va uzluksiz monitoring qilish muhim ilmiy-amaliy ahamiyatga ega.

O‘zbekiston ta’lim tizimida jismoniy tarbiya samaradorligini baholash asosan normativ ko‘rsatkichlar va test sinovlari asosida amalga oshiriladi. Biroq zamonaviy pedagogik yondashuvlar shuni ko‘rsatadiki, bunday baholash tizimi o‘quvchilarning individual rivojlanishi, sog‘liq holati va uzoq muddatli jismoniy faollik darajasini to‘liq aks ettira olmaydi. Shu bois jismoniy tarbiya samaradorligini aniqlashda kompleks, ko‘p omilli va raqamli texnologiyalarga asoslangan yondashuvlarni joriy etish dolzarb vazifalardan biri hisoblanadi. Shuningdek, jismoniy tarbiya jarayonining samaradorligi faqat o‘quvchilarning jismoniy ko‘rsatkichlari bilan emas, balki pedagogik jarayon sifati, o‘qituvchilarning kasbiy kompetensiyasi, sport infratuzilmasining holati hamda boshqaruv tizimining samaradorligi bilan ham chambarchas bog‘liqdir. Bu esa jismoniy tarbiya tizimini baholashda institutsional va tizimli yondashuv zarurligini ko‘rsatadi.

Mazkur tadqiqotning asosiy maqsadi O‘zbekiston sharoitida jismoniy tarbiya samaradorligini baholashning amaliy mexanizmlarini tahlil qilish hamda ularni takomillashtirish bo‘yicha ilmiy asoslangan taklif va tavsiyalar ishlab chiqishdan iborat. Tadqiqot natijalari jismoniy tarbiya tizimini modernizatsiya qilish, ta’lim sifatini oshirish hamda aholining sog‘lom turmush tarzini mustahkamlashga xizmat qiladi.

Adabiyotlar tahlili. Jismoniy tarbiya samaradorligini baholash masalasi pedagogika, sport nazariyasi, sog‘liqni saqlash va boshqaruv fanlarining kesishgan nuqtasida joylashgan kompleks ilmiy yo‘nalishlardan biri hisoblanadi. Shu sababli bu mavzu bo‘yicha adabiyotlar tahlili ham ko‘p qirrali yondashuvni talab qiladi.

Xalqaro ilmiy manbalarda jismoniy tarbiya samaradorligini baholash asosan sog‘liqni saqlash va jismoniy faollik indekslari bilan bog‘liq holda o‘rganiladi. Jahon sog‘liqni saqlash tashkiloti (WHO) tomonidan ishlab chiqilgan tavsiyalarda jismoniy faollik darajasi aholi salomatligini belgilovchi asosiy omillardan biri sifatida ko‘rsatilgan. Ushbu yondashuvga ko‘ra, jismoniy tarbiya samaradorligi faqat sport natijalari bilan emas, balki yurak-qon tomir tizimi holati, tana massasi indeksi, chidamlilik va umumiy harakat faolligi orqali baholanadi. Bouchard, Blair va Haskell kabi olimlar o‘z tadqiqotlarida muntazam jismoniy faollikning surunkali kasalliklar profilaktikasidagi rolini chuqur tahlil qilgan. Ularning fikriga ko‘ra, jismoniy tarbiya tizimi samarali bo‘lishi uchun u faqat dars jarayonida emas, balki kundalik hayot tarziga integratsiya qilinishi lozim. Bu esa baholash tizimini ham uzluksiz monitoring asosida tashkil etishni talab etadi.

Pedagogik yondashuvlarda jismoniy tarbiya samaradorligi asosan o‘quvchilarning motorik ko‘nikmalari, jismoniy sifatlari (tezlik, kuch, chidamlilik, chaqqonlik) va normativ test natijalari orqali baholanadi. O‘zbekiston va MDH davlatlarida olib borilgan tadqiqotlarda ham aynan shu yondashuv ustunlik qiladi. Biroq ko‘plab tadqiqotchilar bu modelni yetarli emas deb hisoblaydi, chunki u o‘quvchining individual rivojlanish dinamikasi va motivatsion omillarni to‘liq qamrab olmaydi. Zamonaviy pedagogik adabiyotlarda kompetensiyaviy yondashuv jismoniy tarbiya samaradorligini baholashning muqobil modeli sifatida ilgari surilmoqda. Bu yondashuvga ko‘ra, baholash nafaqat jismoniy natijalarga, balki o‘quvchining sog‘lom turmush tarziga bo‘lgan munosabati, o‘z-o‘zini nazorat qilish qobiliyati va jismoniy faollikka bo‘lgan motivatsiyasini ham hisobga oladi. Institutsional nazariya doirasida (North D.C. va boshqa olimlar ishlari) jismoniy tarbiya tizimi ijtimoiy institut sifatida qaraladi. Bu yondashuvga ko‘ra, samaradorlik faqat individual darajada emas, balki tizim darajasida — ya’ni ta’lim muassasalari, sport tashkilotlari, davlat boshqaruvi va infratuzilma o‘rtasidagi o‘zaro bog‘liqlik orqali belgilanadi. Shu bois baholash mexanizmlari ham ko‘p darajali bo‘lishi kerak. So‘nggi yillarda raqamli texnologiyalar joriy etilishi bilan jismoniy tarbiya samaradorligini baholashda yangi yondashuvlar paydo bo‘ldi. Fitnes trekerlar, mobil ilovalar va elektron monitoring tizimlari orqali o‘quvchilarning jismoniy faolligini real vaqt rejimida kuzatish imkoniyati yaratildi. Bu esa an’anaviy test tizimlariga nisbatan ancha obyektiv va uzluksiz ma’lumot olish imkonini beradi.

Mahalliy adabiyotlarda esa jismoniy tarbiya samaradorligi ko‘pincha ta’lim standartlari va normativ ko‘rsatkichlar asosida tahlil qilinadi. Biroq so‘nggi ilmiy ishlar ushbu tizimni modernizatsiya qilish, ya’ni monitoring, raqamlashtirish va individual yondashuv elementlarini kuchaytirish zarurligini ta’kidlamoqda. Umuman olganda, mavjud adabiyotlar tahlili shuni ko‘rsatadiki, jismoniy tarbiya samaradorligini baholashning yagona universal modeli mavjud emas. U ko‘p komponentli tizim bo‘lib, jismoniy, pedagogik, psixologik va institutsional omillarni birgalikda hisobga olishni talab etadi. Shu sababli O‘zbekiston sharoitida ushbu tizimni takomillashtirish uchun kompleks va integratsiyalashgan baholash mexanizmlarini ishlab chiqish dolzarb ilmiy vazifa hisoblanadi.

Tadqiqot metodologiyasi. Ushbu tadqiqotda O‘zbekiston sharoitida jismoniy tarbiya samaradorligini baholashning amaliy mexanizmlarini o‘rganish va tahlil qilish uchun kompleks ilmiy-metodik yondashuv qo‘llanildi. Tadqiqotning metodologik asosini tizimli yondashuv, qiyosiy tahlil, pedagogik kuzatuv hamda statistik tahlil usullari tashkil etadi.

Tadqiqot yondashuvi. Tadqiqotda tizimli va kompleks yondashuv asos qilib olindi. Ushbu yondashuv jismoniy tarbiya jarayonini faqat alohida dars yoki normativ testlar doirasida emas, balki butun ta’lim tizimi, institutsional muhit va ijtimoiy omillar bilan o‘zaro bog‘liq holda o‘rganish imkonini berdi. Shuningdek, kompetensiyaviy yondashuv qo‘llanilib, o‘quvchilarning jismoniy rivojlanishi bilan bir qatorda ularning sog‘lom turmush tarziga munosabati, motivatsiyasi va faollik darajasi ham hisobga olindi.

Tadqiqot jarayonida quyidagi ilmiy usullar qo‘llanildi:

- Pedagogik kuzatuv – jismoniy tarbiya darslari jarayonida o‘quvchilarning faolligi, o‘qituvchilarning metodik yondashuvi va mashg‘ulotlarning tashkil etilishi o‘rganildi.
- Test sinovlari – o‘quvchilarning jismoniy sifatlari (tezlik, chidamlilik, kuch, chaqqonlik) normativlar asosida baholandi.
- Qiyosiy tahlil – turli ta’lim muassasalari o‘rtasida jismoniy tarbiya samaradorligi solishtirildi.
- Statistik tahlil – olingan natijalar miqdoriy jihatdan qayta ishlanib, o‘rtacha ko‘rsatkichlar va tendensiyalar aniqlandi.
- So‘rovnoma usuli – o‘quvchilar va o‘qituvchilarning jismoniy tarbiya jarayoniga bo‘lgan munosabati o‘rganildi.

Tadqiqot obyekti va predmeti. Tadqiqot obyekti O‘zbekiston umumiy o‘rta ta’lim muassasalarida jismoniy tarbiya jarayoni. Tadqiqot predmeti jismoniy tarbiya samaradorligini baholashning amaliy mexanizmlari va ularni takomillashtirish yo‘llari.

Tadqiqot davomida quyidagi manbalardan foydalanildi: ta’lim muassasalari statistik ma’lumotlari, jismoniy tarbiya darslari bo‘yicha o‘quv-metodik materiallar, xalqaro va mahalliy ilmiy adabiyotlar, normativ hujjatlar va davlat dasturlari. Tadqiqot faqat umumiy o‘rta ta’lim muassasalari doirasida olib borildi. Oliy ta’lim va professional sport tizimi ushbu ish doirasiga kiritilmagan. Shuningdek, ba’zi hududlarda raqamli monitoring tizimlarining yetarli darajada rivojlanmaganligi ma’lumotlarni yig‘ishda cheklovlar keltirib chiqardi. Ushbu metodologiya jismoniy tarbiya samaradorligini faqat natijaviy ko‘rsatkichlar asosida emas, balki jarayonning kompleks rivojlanish dinamikasi asosida baholash imkonini beradi. Bu esa ta’lim tizimida ilmiy asoslangan monitoring va baholash mexanizmlarini joriy etishga xizmat qiladi.

Muhokama. O‘zbekiston sharoitida jismoniy tarbiya samaradorligini baholash masalasi nafaqat pedagogik jarayon sifatini aniqlash, balki sog‘lom turmush tarzini shakllantirishga qaratilgan davlat siyosatining amaliy natijadorligini ko‘rsatib beruvchi muhim indikator sifatida qaraladi. Olib borilgan tahlillar shuni ko‘rsatadiki, mavjud baholash tizimi asosan normativ testlarga tayangan bo‘lib, bu yondashuv jismoniy rivojlanishning faqat ayrim jihatlarini qamrab oladi xolos. Natijada o‘quvchilarning individual rivojlanish dinamikasi, motivatsion holati hamda uzoq muddatli sog‘liq ko‘rsatkichlari yetarli darajada hisobga olinmaydi.

Tadqiqot natijalarini tahlil qilish jarayonida jismoniy tarbiya samaradorligiga ta’sir etuvchi omillar tizimli xarakterga ega ekanligi aniqlandi. Xususan, pedagogik omillar (o‘qituvchi malakasi va metodik yondashuv), infratuzilma holati (sport zallari va jihozlar), ijtimoiy muhit (oila va jamiyatdagi sportga munosabat) hamda tibbiy omillar (o‘quvchilarning sog‘liq darajasi) o‘zaro chambarchas bog‘liq tizimni tashkil etadi. Ushbu omillarni alohida emas, balki kompleks yondashuv asosida tahlil qilish zarurati yaqqol namoyon bo‘ladi. Shuningdek, jismoniy tarbiya samaradorligini oshirishda raqamli texnologiyalarning o‘rni ortib borayotganini alohida ta’kidlash lozim. Elektron jurnal tizimlari, fitnes ilovalari va sensor texnologiyalar orqali o‘quvchilarning jismoniy faolligini real vaqt rejimida kuzatish imkoniyati paydo bo‘lmoqda. Biroq amaliyotda ushbu texnologiyalarning to‘liq joriy etilmaganligi monitoring tizimining samaradorligini cheklab qo‘ymoqda. Bu esa an’anaviy va zamonaviy baholash tizimlari o‘rtasida muvozanatni ta’minlash zarurligini ko‘rsatadi. Tahlillar shuni ko‘rsatdiki, jismoniy tarbiya samaradorligini baholashda eng katta muammolardan biri bu baholashning biryoqlamaligidir. Ko‘pgina ta’lim muassasalarida natijalar faqat normativ testlar asosida aniqlanadi, bu esa o‘quvchining umumiy jismoniy rivojlanish darajasini to‘liq aks ettirmaydi. Zamonaviy pedagogik yondashuvlarga ko‘ra esa baholash jarayoni kompetensiyaviy asosga ega bo‘lishi, ya’ni o‘quvchining bilim, ko‘nikma, motivatsiya va sog‘lom turmush tarziga munosabatini ham qamrab olishi lozim. Infratuzilma masalasi ham muhokama jarayonida muhim o‘rin egallaydi. Ayrim hududlarda sport inshootlarining yetarli emasligi yoki mavjud infratuzilmaning zamonaviy talablarga javob bermasligi jismoniy tarbiya samaradorligini pasaytiruvchi asosiy omillardan biri bo‘lib qolmoqda. Shu sababli davlat va xususiy sektor hamkorligini kuchaytirish orqali sport infratuzilmasini modernizatsiya qilish zarur. Shuningdek, motivatsion omillar ham muhim ahamiyatga ega ekanligi aniqlanadi. O‘quvchilarning jismoniy tarbiya darslariga bo‘lgan qiziqishi, sportga bo‘lgan munosabati va faol ishtiroki ko‘p jihatdan o‘qituvchining pedagogik mahorati hamda ta’lim muhitiga bog‘liq. Shu bois dars jarayonida interaktiv metodlardan foydalanish, musobaqalar va rag‘batlantirish tizimini joriy etish samaradorlikni oshiradi. Umuman olganda, jismoniy tarbiya samaradorligini baholash tizimi ko‘p omilli va integratsiyalashgan yondashuvga asoslanishi lozim. Bu jarayonda pedagogik, tibbiy, ijtimoiy va texnologik omillar o‘zaro uyg‘unlikda ishlashi kerak. Faqat shundagina jismoniy tarbiya tizimining real samaradorligini aniqlash va uni yanada takomillashtirish mumkin bo‘ladi. Natijada shuni ta’kidlash mumkinki, O‘zbekiston sharoitida jismoniy tarbiya samaradorligini

baholash tizimini modernizatsiya qilish, raqamli monitoringni keng joriy etish hamda kompetensiyaviy yondashuvni kuchaytirish dolzarb ilmiy-amaliy vazifa hisoblanadi.

Xulosa. O‘zbekiston sharoitida jismoniy tarbiya samaradorligini baholashning amaliy mexanizmlarini o‘rganish natijalari shuni ko‘rsatadiki, mavjud tizim asosan normativ testlar va an’anaviy pedagogik nazoratga asoslangan bo‘lib, u jismoniy tarbiya jarayonining barcha jihatlarini to‘liq qamrab olmaydi. Shu sababli samaradorlikni aniqlashda kompleks, ko‘p omilli va integratsiyalashgan yondashuvni joriy etish zarur. Tadqiqot davomida jismoniy tarbiya samaradorligiga ta’sir etuvchi asosiy omillar – pedagogik, infratuzilma, tibbiy, ijtimoiy va texnologik omillar o‘zaro bog‘liq tizim sifatida ekanligi aniqlandi. Ayniqsa, o‘qituvchi malakasi, sport infratuzilmasi holati hamda o‘quvchilarning motivatsion darajasi jismoniy tarbiya natijadorligini belgilovchi asosiy komponentlar ekanligi tasdiqlandi. Shuningdek, zamonaviy raqamli texnologiyalar jismoniy tarbiya jarayonini monitoring qilish va baholashda muhim imkoniyatlar yaratib berayotgan bo‘lsa-da, ularning amaliyotga joriy etilish darajasi hali yetarli emasligi qayd etildi. Bu esa baholash tizimini modernizatsiya qilish va elektron monitoring mexanizmlarini kengaytirish zaruratini ko‘rsatadi. Umuman olganda, jismoniy tarbiya samaradorligini oshirish uchun kompetensiyaviy yondashuvni kuchaytirish, baholash tizimini raqamlashtirish, infratuzilmani modernizatsiya qilish hamda o‘qituvchilar malakasini doimiy oshirib borish muhim ahamiyat kasb etadi. Ushbu chora-tadbirlar sog‘lom turmush tarzini shakllantirish va yosh avlodning jismoniy rivojlanishini ta’minlashga xizmat qiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro‘yxati

1. O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining “Jismoniy tarbiya va sportni rivojlantirish to‘g‘risida”gi Farmon va Qarorlari. Toshkent, 2020–2024 yillar.
2. O‘zbekiston Respublikasi “Ta’lim to‘g‘risida”gi Qonuni. Toshkent, 2020.
3. World Health Organization (WHO). *Global Recommendations on Physical Activity for Health*. Geneva, 2020.
4. Bouchard C., Blair S.N., Haskell W.L. *Physical Activity and Health*. Human Kinetics, 2012.
5. Coalter F. *Sport and Social Policy in the 21st Century*. Routledge, 2007.
6. Mahmudov A. *Jismoniy tarbiya nazariyasi va metodikasi*. Toshkent, 2022.
7. Karimov I. *Sog‘lom avlod – mamlakat kelajagi*. Toshkent, 2019.
8. O‘zbekiston Respublikasi Sport vazirligi materiallari va statistik hisobotlari. Toshkent, 2023–2025 yillar.
9. Safarov B. Jismoniy tarbiya jarayonini modernizatsiya qilish masalalari. Ilmiy maqolalar to‘plami, Toshkent, 2021.