INKLYUZIV JISMONIY TARBIYADA INDIVIDUAL YONDASHUV METODIKASI

Ashirova Rushana Anvarovna
Osiyo xalqaro universiteti
1 kurs magistranti
https://doi.org/10.5281/zenodo.24215494

Annotatsiya. Maqolada inklyuziv ta’lim sharoitida alohida ta’lim ehtiyojlari bo‘lgan o‘quvchilarning jismoniy tarbiya mashg‘ulotlarida mazmunli ishtirokini ta’minlashning pedagogik va metodik asoslari tahlil qilinadi. Harakat vazifalarini moslashtirish, individual maqsadlarni belgilash, tengdoshlar bilan hamkorlikni tashkil etish, xavfsizlik va rivojlanishni baholashning amaliy mexanizmlari yoritiladi. Darsni loyihalashda o‘quvchining tashxisiga emas, funksional imkoniyatlari, qiziqishlari va muhitdagi to‘siqlarga e’tibor qaratish taklif etiladi. Ikki metodik jadvalda mashqlarni moslashtirish variantlari hamda kuzatuv va baholash mezonlari keltirilgan. Ish ilmiy-uslubiy sharh bo‘lib, unda o‘tkazilmagan tajriba natijalari bayon etilmaydi.

Kalit so‘zlar: inklyuziv ta’lim, jismoniy tarbiya, alohida ta’lim ehtiyojlari, moslashtirilgan jismoniy faollik, individual yondashuv, ijtimoiy integratsiya, pedagogik baholash.

Kirish

Jismoniy tarbiya darsi o‘quvchilarning jismoniy sifatlarini rivojlantirish bilan bir qatorda muloqot, hamkorlik, o‘ziga ishonch va jamoaga mansublik tuyg‘usini shakllantiradigan ta’limiy muhitdir. Inklyuziv sinfda esa bir xil topshiriq barcha o‘quvchilar uchun teng imkoniyat yaratmasligi mumkin. Harakatlanish, ko‘rish, eshitish, idrok etish yoki diqqatni boshqarishdagi individual farqlar mashg‘ulotni moslashuvchan rejalashtirishni talab qiladi.Inklyuziya faqat o‘quvchining sport zalida hozir bo‘lishi bilan belgilanmaydi. Uning vazifani tushunishi, tanlov imkoniyatiga ega bo‘lishi, xavfsiz harakat qilishi, tengdoshlari bilan munosabatga kirishishi va o‘z yutug‘ini his etishi muhimdir. Shu sababli dars samaradorligi faqat yugurish tezligi yoki sakrash masofasi orqali baholanmasligi kerak.Maqolaning maqsadi inklyuziv jismoniy tarbiya darslarida harakat faolligi va ijtimoiy ishtirokni oshirishga xizmat qiladigan, o‘qituvchi amaliyotida qo‘llash mumkin bo‘lgan metodik yondashuvlarni tizimlashtirishdir. Vazifalar sifatida ehtiyojlarni aniqlash, topshiriqlarni moslashtirish, hamkorlikdagi faoliyatni tashkil etish va individual taraqqiyotni kuzatish ko‘rib chiqiladi.

Inklyuziv jismoniy tarbiya ta’limning teng imkoniyatlar tamoyilini amaliy harakat faoliyati orqali ro‘yobga chiqaradi. Bunda bir xil natijaga erishish talabini barcha o‘quvchilarga bir xil topshiriq berish bilan tenglashtirish noto‘g‘ri. Aksincha, umumiy pedagogik maqsad saqlangan holda unga olib boradigan harakat yo‘li, vosita va yordam shakli moslashtiriladi. Shunday tashkil etilgan darsda har bir o‘quvchi o‘z imkoniyatiga muvofiq muvaffaqiyatni his etishi va sinf faoliyatiga mazmunli hissa qo‘shishi mumkin.Maktab amaliyotida darsning inklyuzivligini faqat maxsus jihozlar mavjudligi bilan baholab bo‘lmaydi. O‘qituvchining rejalashtirish malakasi, vazifalarni turli murakkablik darajasida taklif etishi, tengdoshlar o‘rtasidagi munosabatni boshqarishi va individual yutuqlarni tan olishi kamida shunchalik muhimdir. Shu jihatdan

individual yondashuv metodikasi alohida mashqlar to‘plami emas, balki darsni tashkil etishning yaxlit pedagogik tizimidir [1].

Tadqiqot metodologiyasi

Mazkur maqola inklyuziv ta’lim, moslashtirilgan jismoniy faollik va universal ta’lim dizayniga oid ilmiy hamda xalqaro uslubiy manbalarni tahlil qilish asosida tayyorlandi. Yondashuv tavsifiy va qiyosiy xarakterga ega: pedagogik tamoyillar amaliy dars sharoitlariga moslashtirilib, ehtimoliy to‘siqlar va ularni kamaytirish usullari solishtirildi.Tahlil mezonlari sifatida mashg‘ulotga kirish imkoniyati, topshiriqni mustaqil yoki yordam bilan bajarish, faol ishtirok vaqti, ijtimoiy muloqot hamda xavfsizlik ko‘rsatkichlari tanlandi. Har bir mezon o‘quvchining avvalgi holatiga nisbatan o‘zgarishini ko‘rishga xizmat qiladi. Bunday yondashuv o‘quvchilarni bir-biriga qiyoslashdan ko‘ra, ta’lim jarayonining moslashtirilganligini va individual o‘sishni baholash imkonini beradi.Dars uchun metodik qaror qabul qilishdan oldin o‘quvchining qaysi harakatlarni bajara olishi, qaysi ko‘rsatmalarni yaxshiroq tushunishi va qaysi muhitda o‘zini xavfsiz his etishi aniqlanadi. Bu jarayon faqat tibbiy tashxisga asoslanmasligi kerak: o‘quvchining o‘zi, ota-onasi yoki qonuniy vakili hamda zarur mutaxassislar bilan hamkorlikda funksional ehtiyojlar aniqlanadi. Tibbiy cheklovlar mavjud bo‘lsa, ular tegishli mutaxassis tavsiyalariga muvofiq hisobga olinadi.

Metodik model to‘rt bosqichga asoslanadi: dastlab o‘quvchining mavjud imkoniyatlari va muhitdagi to‘siqlar aniqlanadi; keyin o‘quv maqsadi hamda moslashtirilgan vazifa tanlanadi; mashg‘ulot davomida ishtirok va xavfsizlik kuzatiladi; yakunda natijalar asosida keyingi dars rejalashtiriladi. Bu jarayonda o‘quvchi, ota-ona yoki qonuniy vakil, zarurat bo‘lganda esa tegishli mutaxassislar bilan hamkorlik muhimdir.O‘quvchilarning imkoniyatlarini baholashda shaxsiy ma’lumotlar maxfiyligi va hurmat tamoyillariga rioya qilinishi kerak. Tibbiy tashxisning o‘zi barcha harakat cheklovlarini belgilamaydi; ayrim faoliyat turlari uchun tibbiy tavsiya zarur bo‘lsa, o‘qituvchi uni inobatga olgan holda pedagogik vazifalarni tanlaydi [2].

Inklyuziv darsni loyihalashning pedagogik tamoyillari

Darsni loyihalashda universal dizayn tamoyillaridan foydalanish ko‘plab o‘quvchilar uchun oldindan qulay sharoit yaratadi. Masalan, harakat yo‘nalishlarini rangli belgilar bilan ajratish, ko‘rsatmalarni qisqa bosqichlarga bo‘lish, jihozlarning bir necha o‘lchamini taklif etish va topshiriqni bajarishning muqobil usullarini belgilash zarurati tug‘ilganda alohida o‘quvchini ajratib ko‘rsatmasdan moslashtirish imkonini beradi.Baholash mezonlari ham dars boshlanishidan oldin aniqlashtirilishi maqsadga muvofiq. Agar mashg‘ulot maqsadi nishonga yo‘naltirish bo‘lsa, o‘quvchi to‘pni turib, o‘tirib yoki moslashtirilgan tayanchdan foydalangan holda uloqtirishi mumkin. Bunda harakatning tashqi shakli farqlansa ham, mo‘ljal olish, koordinatsiya va qatnashish bilan bog‘liq asosiy pedagogik maqsad saqlanadi.

Birinchi tamoyil - ishtirok uchun bir nechta yo‘l yaratish. Bir xil harakat maqsadiga turli vositalar orqali erishish mumkin: masalan, to‘pni nishonga yo‘naltirish vazifasi turib, o‘tirib yoki moslashtirilgan harakat vositasidan foydalanib bajarilishi mumkin. Natijada umumiy dars mavzusi saqlanadi, biroq uni bajarish usuli individuallashtiriladi.Masalan, to‘p uzatishga bag‘ishlangan darsda dastlab yumshoq va yengil to‘plar yordamida juftlikda qisqa masofali uzatish mashqlari o‘tkaziladi. Harakatni bajarish qiyin bo‘lgan o‘quvchi uchun masofa qisqartiriladi, to‘p kattalashtiriladi yoki uzatish yer orqali bajariladi. Keyingi bosqichda o‘quvchilar kichik guruhlarda umumiy maqsadga erishish uchun to‘pni navbat bilan uzatadilar.

Bunda topshiriqning muvaffaqiyati faqat tezlik bilan emas, barcha a'zolarning ishtiroki bilan baholanadi.

Muvozanatni rivojlantirish mashqlarida polga chizilgan keng yo‘lak, tayanch nuqtalari va bosqichma-bosqich murakkablashtirishdan foydalanish mumkin. Ayrim o‘quvchilar yo‘lak bo‘ylab mustaqil yuradi, boshqalari esa qo‘shimcha tayanch yoki o‘qituvchi ko‘magidan foydalanadi. Mashqni murakkablashtirish qarori o‘quvchining xavfsizligi, charchash belgilari va o‘zini his etishiga asoslanadi. Harakatning sifatli bajarilishi ortiqcha takrorlashdan ustun qo‘yiladi.Darsning yakuniy qismida qisqa refleksiya tashkil etish tavsiya etiladi. O‘quvchilardan qaysi topshiriq qulay bo‘lgani, qayerda yordam kerakligi va keyingi darsda nimani sinab ko‘rishni istashi so‘raladi. Og‘zaki javob berish qiyin bo‘lgan hollarda belgi, rasm yoki oddiy tanlov kartalaridan foydalanish mumkin. Olingan javoblar keyingi mashg‘ulotni rejalashtirish uchun muhim pedagogik ma'lumotdir [3].

Ikkinchi tamoyil -ko‘rsatmalarni tushunarli va ko‘p shaklda berish. Og‘zaki tushuntirishga namoyish, piktogramma, qisqa yozma ko‘rsatma yoki taktil belgilash qo‘shilishi mumkin. O‘qituvchi vazifani bir necha kichik bosqichga ajratib, o‘quvchiga mashqni o‘z sur'atida bajarish imkonini beradi. Bunda yordam mustaqillikni cheklamaydigan darajada bo‘lishi kerak.

Uchinchi tamoyil -xavfsizlik va qadr-qimmatni birgalikda ta'minlash. Maydonning sirpanmasligi, jihozlar orasidagi masofa, ovozli signallarning tushunarliligi va charchoq belgilarini kuzatish muhim. Shu bilan birga, o‘quvchini doimiy ravishda chetga chiqarish yoki faqat kuzatuvchi rolida qoldirish inklyuziya maqsadiga zid keladi.Ijtimoiy hamkorlikni rivojlantirishda rollarni almashish samarali metodik vosita bo‘lishi mumkin. Masalan, estafeta yoki kichik guruh o‘yinida o‘quvchilar navbat bilan ishtirokchi, yo‘naltiruvchi, hisoblovchi yoki jihozlarni tayyorlovchi vazifasini bajaradilar. Rollar faqat jismoniy imkoniyatga qarab qat'iy taqsimlanmaydi; o‘quvchiga o‘zi uchun yangi bo‘lgan vazifani xavfsiz sharoitda sinab ko‘rish imkoniyati ham beriladi. Guruhdagi muloqot madaniyatini shakllantirish uchun o‘qituvchi hamkorlik qoidalarini aniq tushuntiradi: yordam berishdan oldin ruxsat so‘rash, sherikning tanlovini hurmat qilish, xatolar ustidan kulmaslik va muvaffaqiyatni jamoaviy natija sifatida qadrlash. Ushbu qoidalar darsning kirish qismida eslatilib, o‘yin davomida pedagogik kuzatuv orqali mustahkamlanadi. Natijada jismoniy mashg‘ulot ijtimoiy ko‘nikmalarni rivojlantirish muhiti sifatida ham xizmat qiladi [4].

To‘rtinchi tamoyil -faoliyatni ijtimoiy jihatdan mazmunli tashkil etish. Juftlikda mashq qilish, kichik guruh vazifalari va o‘zaro yordamga asoslangan o‘yinlar tengdoshlar o‘rtasida muloqotni kuchaytirishi mumkin. Guruhdagi rollar navbat bilan almashtirilishi, har bir o‘quvchining hissasi e'tirof etilishi lozim.Individual monitoring uchun har bir o‘quvchiga ikki yoki uchta aniq, kuzatiladigan maqsad belgilash maqsadga muvofiq. Masalan, topshiriqni tushunish uchun zarur ko‘rsatmalar sonini kamaytirish, faol qatnashish vaqtini bosqichma-bosqich oshirish yoki juftlik mashqlarida tashabbus ko‘rsatish shunday maqsadlar bo‘lishi mumkin. Maqsadlar o‘quvchi va uning imkoniyatlariga mos bo‘lishi, natija esa bir necha dars davomida kuzatilishi kerak.Baholashda bir martalik natija bilan uzoq muddatli rivojlanishni farqlash zarur. Charchoq, kayfiyat, sinfdagi shovqin yoki jihozning o‘zgarishi alohida darsdagi ko‘rsatkichga ta'sir qilishi mumkin. Shu bois xulosa bir nechta kuzatuv, o‘quvchi fikri va topshiriqni bajarish sharoitlari asosida chiqariladi. Zarur bo‘lsa, maqsadlar qayta ko‘rib chiqilib, murakkablik darajasi moslashtiriladi.

Harakat topshiriqlarini moslashtirish metodikasi

Mashqlarni moslashtirishda vazifaning maqsadi, jihoz, makon, qoida, vaqt va yordam darajasi alohida ko‘rib chiqiladi. Masalan, koordinatsiyani rivojlantirish maqsadi saqlangan holda to‘p hajmi kattalashtirilishi, nishon yaqinlashtirilishi yoki urinishlar soni ko‘paytirilishi mumkin. Moslashtirish topshiriqni haddan tashqari osonlashtirish emas, balki o‘quvchi uchun erishish mumkin bo‘lgan, shu bilan birga rivojlantiruvchi murakkablikni ta’minlashdir.Mashg‘ulotning kirish qismida o‘quvchilar faoliyat tartibi va xavfsizlik qoidalari bilan tanishtiriladi. Asosiy qismda umumiy maqsadga xizmat qiladigan bir necha murakkablik darajasidagi stansiyalar tashkil etilishi mumkin. Yakuniy qismda esa nafasni tiklash, o‘zini baholash va keyingi mashg‘ulot uchun qisqa fikr almashish o‘tkaziladi.

Amaliy joriy etishda pedagoglarning o‘zaro tajriba almashishi muhim. Jismoniy tarbiya o‘qituvchisi sinf rahbari, maxsus pedagog, psixolog va boshqa mutaxassislar bilan maslahatlashib, topshiriqlarni moslashtirish bo‘yicha qisqa tavsiyalar to‘plamini ishlab chiqishi mumkin. Bu yondashuv bir o‘quvchi uchun topilgan samarali usulni boshqa vaziyatga ko‘r-ko‘rona ko‘chirishni emas, balki uni muayyan ehtiyojga mos qayta baholashni nazarda tutadi.Jihozlar cheklangan sharoitda ham metodik yechimlar mavjud: turli o‘lchamdagi yumshoq to‘plar, rangli belgilash vositalari, past balandlikdagi nishonlar va aniq chegaralangan mashq zonalari darsning qulayligini oshirishi mumkin. Biroq qo‘lda tayyorlangan moslamalar ham xavfsizlik tekshiruvidan o‘tishi, mustahkamligi va o‘quvchi uchun qulayligi baholanishi shart. Resursni tejash xavfsizlikdan ustun qo‘yilmaydi [5].

1-jadval.

Jismoniy tarbiya vazifalarini moslashtirishning metodik variantlari

Mashg‘ulot yo‘nalishi	Ehtimoliy to‘siq	Moslashtirish usuli	Kutiladigan pedagogik imkoniyat
To‘p bilan mashqlar	To‘pni kuzatish yoki ushlash qiyinligi	Yirik, yumshoq yoki ovozli to‘p; yaqin nishon	Vazifada faol ishtirok
Muvozanat mashqlari	Tayanchni saqlashdagi qiyinchilik	Tayanch vositasi, kengroq yo‘lak, yordamchi nuqta	Harakatni xavfsiz o‘rganish
Estafeta o‘yinlari	Harakat sur’atidagi farqlar	Masofa va vaqtni moslashtirish; muqobil rol	Jamoaviy hamkorlik
Ko‘rsatma asosidagi mashqlar	Og‘zaki ko‘rsatmani qabul qilish qiyinligi	Rasmli karta, namoyish, qisqa bosqichlar	Topshiriqni mustaqil bajarish
Jamoaviy o‘yin	Murakkab qoidalar va tez almashuv	Qoidalarni soddalashtirish; kichik guruh	Muloqot va ishonchni kuchaytirish

Ijtimoiy integratsiya va tengdoshlar bilan hamkorlik

Muhokama natijasida individual yondashuvning uchta o‘zaro bog‘liq darajasi ajralib chiqadi: dars mazmunini moslashtirish, ijtimoiy ishtirok uchun sharoit yaratish va rivojlanishni adolatli baholash. Ulardan faqat bittasini qo‘llash yetarli bo‘lmasligi mumkin. Masalan, texnik jihatdan qulay mashq taklif etilib, o‘quvchi jamoaviy o‘yindan chetda qolsa, inklyuziv maqsad to‘liq amalga oshmaydi. Xuddi shuningdek, o‘quvchi guruhda qatnashsa-yu, uning individual yutug‘i kuzatilmasa, pedagogik ta’sirni aniqlash qiyinlashadi.Taklif etilgan metodikaning muhim cheklovi shundaki, u nazariy-uslubiy tahlilga asoslangan va aniq maktab sharoitida eksperimental sinovdan o‘tkazilmagan. Kelgusidagi tadqiqotlarda turli yosh guruhlari, sinf hajmi va qo‘llab-quvvatlash ehtiyojlari bo‘yicha moslashtirish usullarining natijadorligini kuzatish maqsadga muvofiq. Bunda faqat jismoniy ko‘rsatkichlar emas, o‘quvchining darsga munosabati, ijtimoiy faolligi va xavfsizlik holati ham baholanishi kerak.

Inklyuziv jismoniy tarbiyada ijtimoiy integratsiya o‘quvchining tengdoshlari bilan o‘zaro munosabatga kirishishi va guruh faoliyatiga mazmunli hissa qo‘shishini anglatadi. Jamoa o‘yinlari bunday imkoniyat yaratishi mumkin, ammo noto‘g‘ri tashkil etilganda ayrim o‘quvchilar chetda qolib ketishi ehtimoli mavjud. Shu sababli o‘qituvchi o‘yin qoidalari va rollarini barcha ishtirokchilar uchun tushunarli hamda adolatli tarzda taqsimlashi kerak.Tengdoshlar yordamidan foydalanishda ham ehtiyotkorlik talab etiladi. Yordamchi o‘quvchi sherigiga vazifani bajarib bermasligi, balki tushuntirish, signal berish yoki navbatni tashkil etish orqali uning mustaqilligini qo‘llab-quvvatlashi maqsadga muvofiq. Rollarning muntazam almashishi bir o‘quvchini doim yordam oluvchi, boshqasini esa doim yordam beruvchi sifatida belgilab qo‘ymaslikka yordam beradi [6].

Inklyuziv jismoniy tarbiyada individual yondashuv o‘quvchining imkoniyatlarini cheklov sifatida emas, balki ta’lim jarayonini oqilona tashkil etish uchun boshlang‘ich ma’lumot sifatida ko‘rishga asoslanadi. Dars maqsadlarini saqlagan holda topshiriq, jihoz, makon va baholash mezonlarini moslashtirish barcha o‘quvchilar uchun mazmunli ishtirok imkoniyatini kengaytiradi. Ushbu yondashuvning barqaror natija berishi esa o‘qituvchining metodik tayyorgarligi, mutaxassislar hamkorligi va muntazam pedagogik monitoring bilan chambarchas bog‘liq.O‘qituvchining nutqi va munosabati sinf iqlimiga bevosita ta’sir qiladi. O‘quvchilarni bir-biri bilan emas, avvalo o‘zining avvalgi natijasi bilan taqqoslash, kichik yutuqlarni e’tirof etish va hurmatga asoslangan muloqotni qo‘llab-quvvatlash ijobiy psixologik muhitni shakllantiradi. Kamsituvchi hazillar, ortiqcha achinish yoki ruxsatsiz jismoniy yordamga yo‘l qo‘ymaslik lozim.

Individual rivojlanishni baholash va monitoring

An’anaviy normativ baholash inklyuziv sinfdagi barcha o‘quvchilarning o‘sishini to‘liq aks ettirmasligi mumkin. Shuning uchun baholashda individual boshlang‘ich holat, mashg‘ulotga muntazam qatnashish, harakatni bajarish sifati, mustaqillik, muloqot va xavfsizlik qoidalariga rioya qilish kabi ko‘rsatkichlar birgalikda hisobga olinadi. Har bir ko‘rsatkich o‘quv maqsadiga mos, kuzatish mumkin bo‘lgan shaklda ifodalanishi zarur.

Monitoring oddiy kuzatuv varaqasi, qisqa pedagogik qaydlar va o‘quvchining o‘zini baholash savollari orqali olib borilishi mumkin. O‘lchov natijalari shaxsiy taraqqiyotni tushuntirish uchun xizmat qilishi kerak; ularni o‘quvchini yorliqlash yoki jamoa oldida solishtirish vositasiga aylantirish mumkin emas.

2-jadval.

Inklyuziv jismoniy tarbiya darslarida kuzatuv va baholash mezonlari

Mezon	Kuzatiladigan belgi	Baholash yondashuvi	Keyingi pedagogik qaror
Faol ishtirok	Vazifada qatnashish davomiyligi va muntazamligi	Shaxsiy boshlang‘ich holat bilan taqqoslash	Vazifa davomiyligini moslashtirish
Harakat ko‘nikmasi	Harakatning aniqligi va nazorati	Bosqichma-bosqich o‘sishni qayd etish	Murakkablikni ehtiyotkorlik bilan oshirish
Mustaqillik	Ko‘rsatmasiz yoki kam yordam bilan bajarish	Yordam darajasini kuzatish	Yordamni asta-sekin kamaytirish
Ijtimoiy hamkorlik	Sherik bilan muloqot va navbatga rioya	Sifatli pedagogik kuzatuv	Juftlik va guruh tarkibini o‘zgartirish
Xavfsizlik va o‘zini boshqarish	Charchoqni bildirish, qoidalarga amal qilish	Shaxsiy xavfsizlik belgilarini kuzatish	Dam olish va yuklamani qayta rejalash

Amaliy joriy etishdagi muammolar va yechimlar

Inklyuziv jismoniy tarbiya mashg‘ulotlarini tashkil etishda jihozlar yetishmasligi, katta sinf, o‘qituvchilarning moslashtirilgan metodika bo‘yicha tayyorgarligi cheklanganligi va muhitning jismoniy jihatdan qulay emasligi kabi muammolar uchrashi mumkin. Bunday sharoitda barcha masalani qimmat uskunalar orqali hal qilish shart emas: maydonni qayta belgilash, turli o‘lchamdagi yumshoq to‘plardan foydalanish, vazifalarni stansiyalarga ajratish va ko‘rsatmalarni soddalashtirish ham muhim natija berishi mumkin.Biroq moslashtirish xavfsizlik talablarini chetlab o‘tish uchun asos bo‘la olmaydi. Zarur hollarda maxsus jihoz, malakali yordamchi yoki mutaxassis tavsiyasi talab qilinadi. Ta’lim muassasasi rahbariyati o‘qituvchilarning malakasini oshirish, mos infratuzilma va ota-onalar bilan hamkorlik uchun tashkiliy sharoit yaratishi zarur.Amaliyotda o‘qituvchi har bir darsdan so‘ng qisqa refleksiya o‘tkazishi mumkin: kim faol qatnashdi, qaysi vazifa to‘siq tug‘dirdi, qaysi moslashtirish foydali bo‘ldi va keyingi safar nimani o‘zgartirish kerak? Shu tariqa inklyuziv dars bir martalik chora emas, uzluksiz takomillashtiriladigan pedagogik jarayonga aylanadi [7].

Muhokama

Inklyuziv jismoniy tarbiya samaradorligi faqat alohida mashqning moslashtirilishi bilan belgilanmaydi. Mazmunli ishtirok uchun o‘quv maqsadi, dars muhiti, o‘qituvchi muloqoti, tengdoshlar munosabati va baholash mezonlari o‘zaro uyg‘un bo‘lishi kerak. Universal ta’lim dizayni tamoyillari umumiy darsni turli ehtiyojlarga moslashuvchan qilishga yordam beradi, individual moslashtirish esa muayyan o‘quvchi uchun saqlanib qolgan to‘siqlarni kamaytiradi.Metodik jihatdan eng muhim masala -yordam va mustaqillik o‘rtasidagi muvozanatdir. O‘quvchiga yetarli yordam berilmasa, u faoliyatdan chetda qolishi mumkin; ortiqcha yordam esa mustaqil harakat qilish imkoniyatini cheklaydi. Shu bois yordam miqdori muntazam qayta ko‘rib chiqilishi va o‘quvchining fikri inobatga olinishi lozim.Mazkur

maqoladagi tavsiyalar ilmiy-uslubiy umumlashtirish xarakteriga ega. Ularning samaradorligini aniq ta’lim muassasasida baholash uchun kuzatuv, o‘qituvchi qaydlari, o‘quvchi fikri va mos rivojlanish ko‘rsatkichlariga asoslangan amaliy tadqiqotlar o‘tkazilishi maqsadga muvofiq.

Xulosa

Inklyuziv jismoniy tarbiya darslarida alohida ta’lim ehtiyojlari bo‘lgan o‘quvchilarning harakat faolligi va ijtimoiy integratsiyasini rivojlantirish uchun moslashuvchan, xavfsiz va shaxsga yo‘naltirilgan metodika zarur. Bunda har bir o‘quvchining funksional imkoniyatlari, qiziqishlari, avvalgi tajribasi va dars muhitidagi to‘siqlar birgalikda hisobga olinishi kerak. Bir xil natijani talab qilish o‘rniga umumiy ta’lim maqsadiga erishishning turli yo‘llarini yaratish inklyuziv yondashuvning asosiy shartidir.Harakat topshiriqlarini jihoz, makon, qoida, vaqt va yordam darajasi bo‘yicha moslashtirish o‘quvchilarning faol qatnashishini kengaytiradi. Tengdoshlar bilan hamkorlikka asoslangan o‘yinlar, rollarni adolatli taqsimlash va hurmatli muloqot ijtimoiy ishtirokni qo‘llab-quvvatlaydi. Individual monitoring esa o‘quvchining kichik, ammo ahamiyatli yutuqlarini ko‘rish va keyingi pedagogik qarorlarni asoslash imkonini beradi. Kelgusida o‘qituvchilarning moslashtirilgan jismoniy tarbiya bo‘yicha metodik tayyorgarligini oshirish, maktablarda qulay muhit yaratish va individual rivojlanishni baholashning amaliy vositalarini takomillashtirish muhimdir. Inklyuziv darsning haqiqiy natijasi har bir o‘quvchining jismoniy faoliyatda o‘z o‘rnini topishi, mustaqilligi va jamoaga mansublik hissi kuchayishida namoyon bo‘ladi.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. UNESCO. (2015). Quality Physical Education (QPE): Guidelines for Policy-Makers. Paris: UNESCO.
2. UNESCO. (2020). Global Education Monitoring Report 2020: Inclusion and Education -All Means All. Paris: UNESCO.
3. United Nations. (2006). Convention on the Rights of Persons with Disabilities. New York: United Nations.
4. CAST. (2024). Universal Design for Learning Guidelines, Version 3.0. Wakefield, MA: CAST.
5. Block, M. E. (2016). A Teacher’s Guide to Adapted Physical Education: Including Students with Disabilities in Sports and Recreation. 4th ed. Baltimore: Paul H. Brookes Publishing.
6. Haegele, J. A., & Sutherland, S. (2015). Perspectives of students with disabilities toward physical education: A qualitative inquiry review. Quest, 67(3), 255–273.
7. World Health Organization. (2020). WHO Guidelines on Physical Activity and Sedentary Behaviour. Geneva: WHO.