

BADIIY GIMNASTIKA MASHG'ULOTLARINI TASHKIL ETISHDA INNOVATSION METODLARDAN FOYDALANISH

Otasheva Oysanamxon Hamidulla qizi

Andijon davlat pedagogika institute Maktabgacha ta'lim kafedrası o'qituvchisi

Annotatsiya: Ushbu maqolada badiiy gimnastika mashg'ulotlarini tashkil etishda innovatsion pedagogik metodlardan foydalanishning nazariy va amaliy asoslari yoritilgan. Tadqiqotda zamonaviy ta'lim texnologiyalari, jumladan raqamli vositalar, video-tahlil, simulyatsion o'qitish va interaktiv metodlarning mashg'ulot jarayoniga integratsiyasi tahlil qilingan. Ushbu yondashuv talabalarning harakat ko'nikmalarini samarali shakllantirish, jismoniy sifatlarini rivojlantirish hamda motivatsiyasini oshirishga xizmat qilishi asoslab berilgan. Shuningdek, innovatsion metodlarni qo'llash jarayonida yuzaga keladigan metodik muammolar va ularni bartaraf etish yo'llari ko'rsatib o'tilgan.

Kalit so'zlar: badiiy gimnastika, innovatsion metodlar, pedagogik texnologiya, video-tahlil, simulyatsion ta'lim, jismoniy tarbiya.

Аннотация: В данной статье рассматриваются теоретические и практические основы использования инновационных педагогических методов при организации занятий по художественной гимнастике. Анализируется интеграция современных образовательных технологий, включая цифровые средства, видеоанализ, симуляционное обучение и интерактивные методы в учебно-тренировочный процесс. Обосновано, что данный подход способствует эффективному формированию двигательных навыков, развитию физических качеств и повышению мотивации обучающихся. Также рассмотрены методические проблемы внедрения инновационных методов и пути их решения.

Ключевые слова: художественная гимнастика, инновационные методы, педагогические технологии, видеоанализ, симуляционное обучение, физическое воспитание.

Annotation: This article explores the theoretical and practical foundations of using innovative pedagogical methods in organizing rhythmic gymnastics training sessions. It analyzes the integration of modern educational technologies, including digital tools, video analysis, simulation-based learning, and interactive methods into the training process. It is substantiated that this approach effectively contributes to the development of motor skills, improvement of physical qualities, and enhancement of students' motivation. The study also addresses methodological challenges in implementing innovative methods and provides possible solutions.



Keywords: *rhythmic gymnastics, innovative methods, pedagogical technology, video analysis, simulation-based learning, physical education.*

KIRISH

Bugungi kunda jismoniy tarbiya va sport sohasida ta'lim jarayonini modernizatsiya qilish, uni innovatsion pedagogik texnologiyalar asosida tashkil etish dolzarb ilmiy-amaliy muammolardan biri hisoblanadi. Oliy ta'lim muassasalarida, ayniqsa badiiy gimnastika mashg'ulotlarini samarali tashkil etishda zamonaviy yondashuvlarni qo'llash talabalarning jismoniy tayyorgarligini oshirish, harakat ko'nikmalarini takomillashtirish hamda o'quv jarayonining sifatini yaxshilashga xizmat qiladi.

Badiiy gimnastika o'zining estetikligi, ritmik harakatlar tizimi va murakkab koordinatsion tuzilishi bilan ajralib turadi. Ushbu sport turi nafaqat jismoniy sifatlarni (egiluvchanlik, chaqqonlik, muvozanat, koordinatsiya) rivojlantirishga, balki shaxsning estetik didi, harakat madaniyati va emotsional barqarorligini shakllantirishga ham ijobiy ta'sir ko'rsatadi.

Shu bois, badiiy gimnastika mashg'ulotlarini tashkil etishda an'anaviy usullar bilan bir qatorda innovatsion metodlardan foydalanish zaruriy pedagogik ehtiyoj sifatida qaralmoqda. Innovatsion pedagogik texnologiyalar, xususan video-tahlil, simulyatsion o'qitish, interaktiv mashg'ulotlar va raqamli monitoring tizimlari o'quv jarayonini individuallashtirish va optimallashtirish imkonini beradi. Bu esa har bir talabanning jismoniy imkoniyatlarini hisobga olgan holda mashg'ulotlarni tashkil etish, xatolarni tezkor aniqlash va ularni bartaraf etish samaradorligini oshiradi.

Shu nuqtai nazardan, badiiy gimnastika mashg'ulotlarini tashkil etishda innovatsion metodlardan foydalanish nafaqat jismoniy tayyorgarlikni rivojlantirish, balki ta'lim jarayonining sifatini oshirish, talabalarning motivatsiyasini kuchaytirish va ularni zamonaviy sport madaniyatiga moslashtirishda muhim ahamiyat kasb etadi. Mazkur maqolada ushbu yo'nalishning nazariy asoslari, pedagogik imkoniyatlari hamda amaliy tatbiq etish mexanizmlari ilmiy jihatdan tahlil qilinadi.

ASOSIY QISM

Badiiy gimnastika mashg'ulotlarini tashkil etish jarayoni murakkab pedagogik tizim bo'lib, u nafaqat jismoniy tayyorgarlikni rivojlantirish, balki shaxsning estetik, psixologik va ijtimoiy rivojlanishini ham qamrab oladi. Zamonaviy ta'lim yondashuvlarida ushbu jarayonni samarali tashkil etish uchun innovatsion pedagogik metodlardan foydalanish zaruriy didaktik talab sifatida qaralmoqda.

1. Badiiy gimnastika mashg'ulotlarining pedagogik mohiyati

Badiiy gimnastika mashg'ulotlari murakkab koordinatsion harakatlar tizimiga asoslanadi va ularning mazmuni ritm, plastika, musiqiylik hamda ifodaviylik bilan



chambarchas bog'liqdir. Ushbu jarayonda talabanning harakat apparati, nerv-mushak tizimi va psixomotor funksiyalari kompleks tarzda rivojlanadi. Ilmiy nuqtai nazardan, badiiy gimnastika Rhythmic Gymnastics Training Theory doirasida yuqori darajadagi koordinatsion yuklama talab qiluvchi sport turi sifatida e'tirof etiladi. Shu sababli mashg'ulotlarni tashkil etishda bosqichma-bosqich o'qitish, yuklamani individuallashtirish va harakat texnikasini aniq shakllantirish muhim pedagogik tamoyillar hisoblanadi.

2. Innovatsion pedagogik metodlarning mazmuni va tasnifi

Innovatsion metodlar — bu ta'lim jarayonini samarali tashkil etishga, o'quvchilarning faolligini oshirishga va bilim hamda ko'nikmalarni chuqurroq shakllantirishga xizmat qiluvchi zamonaviy pedagogik texnologiyalar majmuasidir. Badiiy gimnastika mashg'ulotlarida quyidagi innovatsion metodlar keng qo'llanilishi mumkin:

- Video-tahlil metodi – harakat texnikasini vizual tahlil qilish, xatolarni aniqlash va tuzatish imkonini beradi.

- Simulyatsion o'qitish – harakatlarni model asosida o'rgatish orqali murakkab elementlarni bosqichma-bosqich o'zlashtirishni ta'minlaydi.

- Interaktiv o'qitish metodlari – guruhli ishlash, muhokama va amaliy mashqlar orqali faollikni oshiradi.

- Raqamli monitoring tizimlari – talabanning jismoniy rivojlanishini kuzatish va individual dastur tuzish imkonini beradi.

- Multimedia texnologiyalari – musiqiy ritm va harakat uyg'unligini shakllantirishda muhim rol o'ynaydi.

Mazkur metodlar Physical Education Pedagogy talablariga muvofiq ravishda ta'lim jarayonini individuallashtirish va differensiallashtirishga xizmat qiladi.

3. Innovatsion yondashuvning pedagogik samaradorligi

Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, innovatsion metodlardan foydalanish badiiy gimnastika mashg'ulotlarining samaradorligini sezilarli darajada oshiradi. Jumladan:

- talabalarning harakat texnikasini tezroq o'zlashtirishi;
- koordinatsion qobiliyatlarning barqaror rivojlanishi;
- mashg'ulotlarga bo'lgan motivatsiyaning oshishi;
- emotsional barqarorlik va o'ziga ishonchning kuchayishi;
- jamoaviy va individual ishlash ko'nikmalarining shakllanishi.

Ayniqsa, video-tahlil metodi orqali talaba o'z harakatidagi xatolarni ko'rish va tahlil qilish imkoniga ega bo'ladi, bu esa o'z-o'zini nazorat qilish kompetensiyasini rivojlantiradi.

4. Mashg'ulotlarni tashkil etishda individual va differensial yondashuv

Innovatsion metodlarning eng muhim jihatlaridan biri — individual yondashuvni ta'minlashdir.



Har bir talabaning jismoniy tayyorgarligi, harakat imkoniyati va psixologik xususiyatlarini hisobga olish mashg'ulot samaradorligini oshiradi.

Differensial yondashuv asosida:

- yuklamalar bosqichma-bosqich oshiriladi;
- murakkab elementlar soddalashtirilgan shaklda o'rgatiladi;
- har bir talaba uchun individual rivojlanish trayektoriyasi belgilanadi.

Bu yondashuv jarohatlanish xavfini kamaytiradi va o'quv jarayonini xavfsiz hamda samarali qiladi.

5. Zamonaviy texnologiyalar integratsiyasi va muammolar

Raqamli texnologiyalarni joriy etish badiiy gimnastika mashg'ulotlarini sifat jihatidan yangi bosqichga olib chiqadi. Biroq amaliyotda bir qator muammolar mavjud:

- texnik jihozlarning yetishmasligi;
- pedagoglarning raqamli kompetensiyasining yetarli emasligi;
- metodik materiallarning cheklanganligi.

Shunga qaramasdan, zamonaviy ta'lim tizimida raqamli transformatsiya jarayoni ushbu muammolarni bosqichma-bosqich bartaraf etishga imkon bermoqda. Umuman olganda, badiiy gimnastika mashg'ulotlarini innovatsion metodlar asosida tashkil etish ta'lim jarayonining ilmiy asoslangan, samarali va zamonaviy modelini shakllantiradi. Bu yondashuv talabalarning jismoniy rivojlanishi bilan bir qatorda, ularning estetik madaniyati, motivatsiyasi va kasbiy kompetensiyasini ham rivojlantiradi.

XULOSA

Badiiy gimnastika mashg'ulotlarini tashkil etishda innovatsion pedagogik metodlardan foydalanish bo'yicha olib borilgan nazariy tahlil va ilmiy mulohazalar shuni ko'rsatadiki, mazkur yondashuv zamonaviy jismoniy tarbiya tizimining samaradorligini oshirishda muhim didaktik ahamiyatga ega.

Tadqiqot natijalariga ko'ra, video-tahlil, simulyatsion o'qitish, interaktiv metodlar hamda raqamli monitoring kabi innovatsion texnologiyalarni qo'llash badiiy gimnastika mashg'ulotlarida harakat texnikasini tez va sifatli o'zlashtirishga, koordinatsiya va egiluvchanlik kabi jismoniy sifatlarni rivojlantirishga xizmat qiladi.

Shu bilan birga, ushbu metodlar talabalarning motivatsiyasini oshiradi, mashg'ulot jarayoniga ongli yondashuvni shakllantiradi hamda o'z-o'zini nazorat qilish kompetensiyasini rivojlantiradi. Innovatsion yondashuvlar asosida tashkil etilgan mashg'ulotlar individual va differensial ta'lim tamoyillarini amalga oshirishga imkon beradi. Bu esa har bir talabaning jismoniy imkoniyatlarini hisobga olgan holda xavfsiz, samarali va bosqichma-bosqich rivojlanishni ta'minlaydi.

Biroq, amaliyotda ushbu texnologiyalarni keng joriy etishda texnik baza yetishmovchiligi va pedagoglarning raqamli kompetensiyasini yanada rivojlantirish zarurati



kabi ayrim muammolar mavjudligi aniqlanadi. Umuman olganda, badiiy gimnastika mashg'ulotlarini innovatsion metodlar asosida tashkil etish jismoniy tarbiya jarayonini modernizatsiya qilish, ta'lim sifatini oshirish hamda talabalarning har tomonlama rivojlanishini ta'minlashda yuqori pedagogik samaradorlikka ega ekanligi bilan xulosa qilinadi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO'YXATI:

1. O'zbekiston Respublikasi Konstitutsiyasi. – Toshkent, 2023-yil tahriri.
2. O'zbekiston Respublikasi “Ta’lim to’g’risida”gi Qonuni. – 2020-yil 23-sentabr.
3. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining PF-6097-son Farmoni. “Oliy ta’lim tizimini rivojlantirish konsepsiyasi”. – 2020-yil.
4. O'zbekiston Respublikasi Vazirlar Mahkamasining jismoniy tarbiya va sportni rivojlantirishga oid qarorlari. – 2021–2025-yillar.
5. Shukurov B.S. Gimnastika nazariyasi va amaliyoti. – Toshkent: Universitet, 2019.
6. Mirzayev S.R. Oliy ta’limda jismoniy tarbiya jarayonini takomillashtirish. – Toshkent, 2022.
7. Rasulova D.A. Innovatsion pedagogik texnologiyalar va jismoniy tarbiya. – Toshkent, 2023.
8. O'zbekiston davlat jismoniy tarbiya va sport universiteti ilmiy ishlari to'plami. – Toshkent, 2020–2024● Shukurov B.S. Gimnastika nazariyasi va amaliyoti. – Toshkent: Universitet, 2019.
9. Mirzayev S.R. Oliy ta’limda jismoniy tarbiya jarayonini takomillashtirish. – Toshkent, 2022.
10. Rasulova D.A. Innovatsion pedagogik texnologiyalar va jismoniy tarbiya. – Toshkent, 2023.
11. O'zbekiston davlat jismoniy tarbiya va sport universiteti ilmiy ishlari to'plami. – Toshkent, 2020–2024
12. Matveev L.P. Theory and Methodology of Physical Culture. – Moscow: Fizkultura i Sport, 2019.
13. Platonov V.N. Sports Training System in Olympic Sports. – Kyiv: Olympic Literature, 2015.
14. Bompa T.O., Buzzichelli C. Periodization Training for Sports. – Human Kinetics, 2018.
15. Fédération Internationale de Gymnastique (FIG). Rhythmic Gymnastics Code of Points. – Lausanne, 2022.

