

QO'QON DAVLAT
PEDAGOGIKA INSTITUTI
ILMIY XABARLARI
(2025-yil 2-son)



PEDAGOGIKA
PEDAGOGY

**MILLIY TARBIYAGA ASOSLANGAN JISMONIY TARBIYA
DASTURLARIDA O'QUVCHILARNING JISMONIY RIVOJLANISHINI
BAHOLASH USULLARI.**

Mamatqulov Mirzaolim Xaydaraliyevich
NamDU Pedagogika fakulteti "Sport faoliyati va
jismoniy madaniyat" kafedrasi v.b.dotsenti, PhD

Abstrakt. Ushbu maqolada milliy ta'lim tamoyillariga asoslangan jismoniy tarbiya dasturlari doirasida o'quvchilarning jismoniy rivojlanishini baholash usullari ko'rib chiqiladi. An'anaviy madaniy qadriyatlarni zamonaviy jismoniy tarbiya bilan uyg'unlashtirish o'quvchilarning jismoniy rivojlanishini baholash uchun innovatsion baholash usullarini talab qiladi. Tadqiqot kuch, chidamlilik, moslashuvchanlik va muvofiqlashtirish kabi jismoniy qobiliyatlarni oshirishda madaniy ahamiyatga ega bo'lgan tadbirlarning samaradorligiga e'tibor qaratib, sifat va miqdoriy yondashuvlarni o'rganadi. Shuningdek, u milliy qadriyatlarni aks ettiruvchi kontekstga xos baholash vositalariga bo'lgan ehtiyojni ham ko'rib chiqadi va shu bilan birga har tomonlama jismoniy tayyorgarlikni baholashni ta'minlaydi. Natijalar shuni ko'rsatadiki, an'anaviy va zamonaviy baholash usullaridan muvozanatli foydalanish madaniy integratsiyalashgan jismoniy tarbiya dasturlarida o'quvchilarning jismoniy rivojlanishini yanada yaxlitroq tushunishni ta'minlaydi.

Kalit so'zlar: Jismoniy tarbiya, milliy tarbiya, o'quvchilarni baholash, jismoniy rivojlanish, madaniy qadriyatlar, jismoniy tayyorgarlikni baholash.

**МЕТОДЫ ОЦЕНКИ ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ СТУДЕНТОВ НА
ПРОГРАММАХ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ НА ОСНОВЕ
НАЦИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ.**

Абстрактный. В данной статье рассматриваются методы оценки физического развития учащихся в рамках программ физического воспитания, основанных на национальных образовательных принципах. Объединение традиционных культурных ценностей с современным физическим воспитанием требует инновационных методов оценки физического развития учащихся. В исследованиях изучаются как качественные, так и количественные подходы, уделяя особое внимание эффективности культурно значимых видов деятельности в улучшении физических способностей, таких как сила, выносливость, гибкость и координация. Он также учитывает необходимость в инструментах оценки, учитывающих контекст и отражающих национальные ценности,

обеспечивая при этом комплексную оценку физической подготовленности. Результаты показывают, что сбалансированное использование традиционных и современных методов оценки обеспечивает более целостное понимание физического развития учащихся в программах физического воспитания, интегрированных в культуру.

Ключевые слова: Физическое воспитание, народное воспитание, оценка учащихся, физическое развитие, культурные ценности, оценка физической подготовленности.

ASSESSMENT METHODS OF STUDENTS' PHYSICAL DEVELOPMENT IN PHYSICAL EDUCATION PROGRAMS BASED ON NATIONAL EDUCATION.

Abstract. This article examines the methods of assessing the physical development of students within the framework of physical education programs based on national educational principles. Combining traditional cultural values with modern physical education requires innovative assessment methods to assess students' physical development. Research examines both qualitative and quantitative approaches, focusing on the effectiveness of culturally relevant activities in improving physical abilities such as strength, endurance, flexibility, and coordination. It also addresses the need for context-specific assessment tools that reflect national values while providing a comprehensive assessment of physical fitness. Results suggest that a balanced use of traditional and contemporary assessment methods provides a more holistic understanding of student physical development in culturally integrated physical education programs.

Key words: Physical education, national education, assessment of students, physical development, cultural values, assessment of physical fitness.

Kirish. Jismoniy tarbiya o'quvchilarning har tomonlama rivojlanishida, nafaqat jismoniy imkoniyatlarini, balki ijtimoiy, hissiy va kognitiv farovonligini ham oshirishda muhim rol o'ynaydi. Keyingi yillarda milliy tarbiya qadriyatlarini jismoniy tarbiya dasturlariga kiritishga e'tibor kuchaymoqda. Ushbu yondashuv jismoniy tayyorgarlik bilan birga madaniy o'ziga xoslik va axloqiy rivojlanishga yordam beradi. Biroq, bunday dasturlarda o'quvchilarning jismoniy rivojlanishini baholash o'ziga xos muammolarni keltirib chiqaradi, chunki an'anaviy baholash usullari milliy ta'limga asoslangan jismoniy faoliyatning madaniy va yaxlit jihatlarini to'liq qamrab olmaydi.[1] Ushbu maqolada madaniy ahamiyatga ega jismoniy tarbiya dasturlari kontekstida o'quvchilarning jismoniy rivojlanishini baholashning turli usullari o'rganiladi.

Jismoniy tarbiya fanida baholashning ahamiyati. Jismoniy tarbiya fanini baholash o'quvchilarning muvaffaqiyatini o'lchash, takomillashtirish yo'nalishlarini aniqlash va ta'lim maqsadlariga erishishni ta'minlash uchun zarurdir. Milliy ta'lim-tarbiyaga asoslangan dasturlarda baholash nafaqat jismoniy tayyorgarlikni o'lchashi, balki milliy tarbiyaning qadriyat va tamoyillarini ham o'zida aks ettirishi kerak. Samarali baholash usullari bir qator jismoniy qobiliyatlarni, jumladan kuch, chidamlilik, moslashuvchanlik, muvozanat va

muvofiglashtirishni o'z ichiga olishi kerak, shu bilan birga bajarilayotgan faoliyatning madaniy ahamiyatini hisobga olish kerak.[2]

Milliy ta'limga asoslangan jismoniy tarbiya fanida baholashning an'anaviy usullari

Kuzatishga asoslangan baholash. Ko'pgina an'anaviy madaniyatlarda jismoniy rivojlanish ko'pincha o'quvchilarning milliy sport turlari, raqslar yoki o'yinlar kabi jismoniy mashqlar paytida bevosita kuzatish orqali baholanadi. O'qituvchilar o'quvchilarni ish samaradorligi, mahorat darajasi va madaniy amaliyotlarga rioya qilishlari asosida baholaydilar.[3] Bu usul intizom, jamoada ishlash, madaniy me'yorlarni hurmat qilish va an'anaviy jismoniy mashg'ulotlarda umumiy ishtirok etish kabi sifat jihatlariga e'tibor qaratadi.

An'anaviy sport turlari bo'yicha mahorat va malaka. Talabalarning jismoniy rivojlanishi, shuningdek, madaniy ahamiyatga ega bo'lgan an'anaviy sport turlari yoki jismoniy mashqlar bilan shug'ullanishi bilan ham baholanishi mumkin. Masalan, kurash yoki jang san'ati muhim madaniy amaliyot bo'lgan hududlarda o'quvchilar texnikani, kuch va chidamlilikni egallashiga qarab baholanadi. Bu usul madaniy jihatdan sezgirroq baholash imkonini beradi, bunda o'quvchilarning muvaffaqiyati aniq, madaniy ahamiyatga ega jismoniy vazifalarni bajarish qobiliyati kontekstida o'lchanadi.

Madaniy kompetensiya va xulq-atvorni baholash. Milliy tarbiyaga asoslangan jismoniy tarbiya ko'pincha jismoniy mahorat bilan birga xarakter va madaniy qadriyatlarni rivojlantirishga urg'u beradi. O'qituvchilar o'quvchilarni nafaqat jismoniy ko'rsatkichlari, balki xatti-harakatlari, an'anaviy qadriyatlarga rioya qilishlari va jismoniy faoliyat davomida ijtimoiy qobiliyatlari bo'yicha ham baholaydilar. Bu yondashuv ham jismoniy, ham axloqiy rivojlanishni yaxlit baholashni ta'minlaydi, o'quvchilarda milliy tarbiya tamoyillarini gavdalantirishni ta'minlaydi.[4]

Milliy ta'lim dasturlarida jismoniy rivojlanishni baholashning zamonaviy usullari

Jismoniy tayyorgarlik testi. Zamonaviy jismoniy tayyorgarlik testlari jismoniy tayyorgarlikning turli komponentlarini, jumladan, yurak-qon tomir chidamliligi, mushaklarning kuchi, moslashuvchanligi va tana tuzilishini baholash uchun keng qo'llaniladi. Ushbu testlarni sinov jarayoniga madaniy ahamiyatga ega tadbirlarni kiritish orqali milliy ta'lim qadriyatlariga moslashtirish mumkin.[5]

Ovozli signal testi (chidamlilik uchun), surish testi (yuqori tana kuchi uchun) va o'tirish va erishish testi (moslashuvchanlik uchun) kabi umumiy testlar keng qamrovli baholashni yaratish uchun an'anaviy jismoniy vazifalar bilan birlashtirilishi mumkin.

Ishlash tahlili va texnologiya integratsiyasi. Taqib yuriladigan fitnes-trekerlar, ilovalar va boshqa texnologik vositalardan foydalanish jismoniy tarbiya darslarida o'quvchilarning jismoniy faollik darajasini, yurak urish tezligini va energiya sarfini aniq, real vaqtda baholash imkonini beradi. Milliy ta'limga asoslangan dasturlarda an'anaviy jismoniy mashg'ulotlarning intensivligi va samaradorligini o'lchash uchun texnologiyadan foydalanish mumkin, bu mashqlarning madaniy ahamiyatini saqlab qolgan holda o'quvchilarning yutuqlarini miqdoriy tahlil qiladi.

Madaniy jihatdan o'zgartirilgan fitnes ko'rsatkichlari. Zamonaviy baholash vositalari an'anaviy amaliyotlar orqali ishlab chiqilgan o'ziga xos jismoniy sifatlarni aks ettirish uchun moslashtirilishi mumkin. Misol uchun, agar milliy ta'limga asoslangan jismoniy tarbiya dasturi an'anaviy raqs orqali chaqqonlik va muvozanatni ta'kidlasa, baholashlar ushbu ko'rsatkichlarga qaratilishi mumkin. Madaniy jihatdan o'zgartirilgan fitnes ko'rsatkichlarini ishlab chiqish o'qituvchilarga jismoniy rivojlanishni milliy an'analarga rioya qilgan holda o'lchash imkonini beradi va shu bilan birga o'quvchilarning umumiy jismoniy tayyorgarlik maqsadlariga erishishini ta'minlaydi.

Gibrid usullar: an'anaviy va zamonaviy yondashuvlarni uyg'unlashtirish

Portfelga asoslangan baholash. Portfolio asosidagi baholash o'quvchilarning jismoniy rivojlanishining har tomonlama ko'rinishini ta'minlash uchun kuzatish va miqdoriy ma'lumotlarni birlashtirgan usuldir.[6] Talabalar an'anaviy mashg'ulotlardagi samaradorligi, fitnes testlari natijalari va bu mashg'ulotlar ularning jismoniy va madaniy rivojlanishiga qanday hissa qo'shishi haqidagi fikrlarni o'z ichiga olgan portfel asosida baholanishi mumkin.

Bu usul o'qituvchiga ham, o'quvchiga ham taraqqiyot haqida fikr yuritish imkonini beradi, baholashni shaxsiylashtirilgan va madaniy jihatdan sezgir qiladi.[7]

Tengdoshlar va o'z-o'zini baholash. Tengdoshlar va o'z-o'zini baholash o'quvchilarni jismoniy tarbiya bo'yicha o'zlarining va sinfdoshlarining faoliyatini baholashga undaydi. Milliy tarbiyaga asoslangan dasturlarda bu o'quvchilarning madaniy qadriyatlarni qanchalik yaxshi o'zida mujassamlashtirgani va an'anaviy jismoniy mashg'ulotlarda qanchalik samarali ishtirok etishi haqida fikr yuritishi mumkin. Bu usul o'z-o'zini anglash, mas'uliyat va madaniy qadriyatlar bilan chuqurroq bog'lanishni rivojlantiradi, baholash jarayonini talabalar uchun yanada qiziqarli qiladi.

Yaxlit baholash modellari. Yaxlit baholash modellari talabalar rivojlanishining butun spektrini, shu jumladan jismoniy, hissiy va ijtimoiy jihatlarni hisobga oladi. Milliy ta'limga asoslangan dasturlarda yaxlit baholash o'quvchilarning madaniy ahamiyatga ega bo'lgan mashg'ulotlar orqali qanday jismonan rivojlanishiga, shuningdek, jamoaviy ish, hurmat va madaniy kompetentlik nuqtai nazaridan o'sishiga qaratilgan. Bu yondashuv o'quvchining rivojlanishi haqida to'liqroq tasavvur beradi, jismoniy tarbiya milliy ta'lim maqsadlariga muvofiq ularning umumiy o'sishiga hissa qo'shishini ta'minlaydi.

Baholash usullarini amalga oshirishdagi qiyinchiliklar

Zamonaviy ko'rsatkichlarda madaniy sezgirlik. Milliy ta'lim dasturlarida jismoniy rivojlanishni baholashning asosiy muammolaridan biri zamonaviy fitnes ko'rsatkichlarini an'anaviy amaliyotlarni aks ettirishga moslashtirishdir. Ba'zi standartlashtirilgan testlar madaniy faoliyat bilan ta'kidlangan jismoniy sifatlarni to'liq qamrab ololmasligi mumkin. O'qituvchilar baholash vositalarining madaniy jihatdan sezgir bo'lishini va o'rgatilayotgan an'anaviy jismoniy amaliyotlarga mos kelishini ta'minlashi kerak.[8]

Cheklangan resurslar va treninglar. Maktablar resurslar, jihozlar va o'qituvchilar malakasini oshirish bo'yicha cheklovlarga duch kelishi mumkin, bu esa zamonaviy baholash

usullarini amalga oshirish yoki an'anaviy baholashni joriy ta'lim standartlariga moslashtirishni qiyinlashtirishi mumkin.

Pedagoglarga kasbiy rivojlanish imkoniyatlarini taqdim etish va zarur resurslarga sarmoya kiritish bu qiyinchiliklarni yengish uchun muhim ahamiyatga ega.

Xulosa. Milliy ta'limga asoslangan jismoniy tarbiya dasturlarida o'quvchilarning jismoniy rivojlanishini baholash an'anaviy va zamonaviy usullarni uyg'unlashtirishni talab qiladi. An'anaviy baholash usullari milliy sport turlari bo'yicha madaniy kompetentsiya va mahorat mahoratiga e'tibor qaratsa, zamonaviy usullar jismoniy tayyorgarlikni baholash uchun aniq ko'rsatkichlarni taklif qiladi. Ikkala yondashuvni birlashtirgan holda, o'qituvchilar madaniy qadriyatlarga hurmat ko'rsatadigan yanada keng qamrovli baholash tizimini yaratishi mumkin va shu bilan birga o'quvchilar fitness maqsadlariga erishishlarini ta'minlaydi. Ushbu gibrid yondashuv talabalar rivojlanishining yaxlit ko'rinishini ta'minlaydi, jismoniy va madaniy o'sishni rag'batlantiradi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO'YHATI

1. Прахин Е. И., Грицинская В. Л. Характеристика методов оценки физического развития детей //Педиатрия. Журнал им. ГН Сперанского. – 2004. – Т. 83. – №. 2. – С. 60-62.
2. Агафонов В. Н., Драничкин А. С., Демец И. М. Принципы и методы оценки физического развития детей и подростков //Актуальные проблемы естественных наук. – 2013. – С. 44-51.
3. Ланда Б. Х. Методика комплексной оценки физического развития и физической подготовленности. – 2011.
4. Руденко Н. Н., Мельникова И. Ю. Актуальность оценки физического развития детей //Практическая медицина. – 2009. – №. 39. – С. 31-34.
5. Кучма В. Р., Скоблина Н. А. Информативность оценки физического развития детей и подростков при популяционных исследованиях //Вопросы современной педиатрии. – 2008. – Т. 7. – №. 1. – С. 26-28.
6. Kirk, D. (2010). *Physical Education Futures*. Routledge.
7. Hill, G. & Brodin, K. (2004). *Physical Education and Student Fitness Outcomes: A Review of Research*. Journal of Physical Education.
8. Ladson-Billings, G. (1995). *Toward a Theory of Culturally Relevant Pedagogy*. American Educational Research Journal.