

## SPORTDA AXBOROT-KOMMUNIKATSIYA TEXNOLOGIYALARIDAN FOYDALANISH

**Saydullayev Zafar Erkinovich**

*Jismoniy tarbiya va sport bo‘yicha mutaxassislarni qayta tayyorlash va malakasini oshirish instituti Samarqand filiali o‘qituvchisi*

**Annotatsiya.** Ushbu maqolada zamonaviy axborot-kommunikatsion texnologiyalaridan foydalanishning ilmiy-pedagogik masalalari, malaka oshirish kursida zamonaviy va istiqbolli maqsadlar, ta’limda axborot texnologiyalarini qo‘llash jarayonidagi pedagogik vositalar bayon etilgan.

**Kalit so‘zlar:** sport, axborot texnologiyalari, kompyuter dasturlar, innovatsion texnologiyalar, integratsiya, ta’lim.

## ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ В СПОРТЕ

**Аннотация.** В статье рассматриваются научно-педагогические вопросы использования современных информационно-коммуникационных технологий, современные и перспективные цели на курсах повышения квалификации, педагогические средства в процессе использования информационных технологий в образовании.

**Ключевые слова:** спорт, информационные технологии, компьютерные программы, инновационные технологии, интеграция, образование.

## USE OF INFORMATION AND COMMUNICATION TECHNOLOGIES IN SPORTS

**Abstract.** This article describes the scientific and pedagogical issues of using modern information and communication technologies, modern and promising goals in advanced training courses, and pedagogical tools in the process of using information technologies in education.

**Keywords:** sports, information technologies, computer programs, innovative technologies, integration, education.

Sport - bu millatning o‘zligini anglashda, uning aniq maqsadlar sari jiplashuvi va birlashuvida, o‘zidagi bor salohiyatini hamda qudratini jahon uzra namoyon bo‘lishida muhim ahamiyat kasb etadi. Shu nuqtai nazardan olib qaraganda, mamlakat sportini rivojlantirish dolzarb va nihoyatda muhim masaladir. Zero, jismonan baquvvat va sog‘lom millat qudratli bo‘ladi, uning davlati har tomonlama mustahkam bo‘lib, buyuk taraqqiyot sari rivojlanib boradi.

Jismoniy tarbiya va sport bilan shug‘ullanish odam organizmini har tomonlama jismonan rivojlanishi va mustahkamlanishi, fiziologik funksiyalarning takomillashtirishi va sog‘lomlashtirishga olib keladi.

Mamlakatimizda ijtimoiy-iqtisodiy va madaniy taraqqiyoti istiqbolini belgilash, jahon hamjamiyati mamlakatlari safidan munosib o‘rin egallashga intilish yo‘lidagi keng ko‘lamli islohotlarni amalga oshirish bilan kechmoqda. Jahonning rivojlangan mamlakatlari tajribalarini o‘rganish, mahalliy shart-sharoit, iqtisodiy va intellektual resurslarni inobatga olgan holda jamiyat hayotining barcha sohalarida tub islohotlarning amalga oshirilayotganligi yangidan-yangi yutuqlarga erishishni ta‘minlamoqda. Turli sohalarda yo‘lga qo‘yilayotgan xalqaro hamkorlik garchi o‘z samarasini berayotgan bo‘lsa-da, biroq, milliy mustaqillikni har jihatdan mustahkamlash, erishilgan yutuqlarni boyitish, mavjud kamchiliklarni tezkor bartaraf etish jamiyat a‘zolaridan alohida fidokorlik, jonbozlik, shijoat va qat‘iyat ko‘rsatishni talab etmoqda.[1]

Mashg‘ulotlar jarayonida yangi texnikalarni doimiy ravishda ishlab chiqish va joriy etish bir necha sabablarga ko‘ra sportda muvaffaqiyatga erishishning zaruriy shartidir.

O‘zbekistonda yangilanish davrida jismoniy tarbiya va sportni faol rivojlantirish, aholining barcha qatlamlarini, ayniqsa yoshlarni jismoniy tarbiya va ommaviy sport bilan muntazam shug‘ullanishga jalb qilish, jamiyatda sog‘lom turmush tarzining foydasi va ustunligini keng targ‘ib qilish, mamlakatda yaratilgan jismoniy tarbiya-sog‘lomlashtirish va sport infratuzilmasidan to‘laqonli va samarali foydalanishni ta‘minlash masalalari davlatimiz siyosatining ustivor vazifalariga aylandi. Jismoniy tarbiyaning yuqori darajasiga va aholining hayoti sifatiga erishish masalalari strategik vazifaga aylandi va unga mamlakatni barqaror rivojlantirishni amalda ro‘yobga chiqarish doirasida muhim shart sifatida yondashilmoqda. Axborot texnologiyalarini va multimedia mahsulotlarini rivojlantirishda zamonaviy an‘analarni hisobga olgan jismoniy tarbiya va sport sohasida ta‘lim va o‘quv-mashq jarayonini kompyuterlashtirilishi darajasini oshirish masalasi dolzarbligicha qolmoqda. [2]

Ushbu maqolaning maqsadi bugungi kunda sportchilarning jismoniy tayyorgarligi va samaradorligini rivojlantirishga katta hissa qo‘shadigan, shuningdek, sport mashg‘ulotlarining kelajagini o‘zgartirish potensialini namoyish etuvchi sport mashg‘ulotlaridagi innovatsion yondashuvlar va usullarni ta’kidlashdir. Biz mashg‘ulotlar jarayoniga joriy etilayotgan ilg‘or innovatsiyalar haqida umumiy ma’lumot berish, ularning ishlash tamoyillari, afzalliklari va sport amaliyotiga ta’sirini tushuntirishni, sport sohasida zamonaviy axborot-kommunikatsion texnologiyalaridan foydalanishning ilmiy-pedagogik masalalari, malaka oshirish kursida zamonaviy va istiqbolli maqsadlar, ta’limda axborot texnologiyalarini qo‘llash jarayonidagi pedagogik vositalarni ishlab chiqish maqsad qilingan.

Jismoniy tarbiya va sport bo‘yicha mutaxassislarni qayta tayyorlash va malakasini oshirish ta’limi jarayonida tinglovchilarni faqatgina ekrandagi axborotlarni ko‘rishiga va ularni qabul qilishgagina emas, balki ularning o‘zlari ham bu jarayonda ijodiy ishtirok etishlariga o‘rgatishimiz lozim. Ta’limning didaktik xossalari bilan bog‘langan yashirin imkoniyatlar olamini bevosita zamonaviy axborot kommunikatsiya texnologiyalari bilan bog‘lash bu malaka oshirish ta’lim sohasida zamonaviy va istiqbolli maqsadlarga ega.

Didaktik funktsiya sifatida biz o‘quv jarayonda ma’lum bir maqsadlarda qo‘llanilayotgan ta’lim vositalarining tashqi xossalari namoyonini tushunamiz. Bu ularning o‘quv jarayonidagi foydalanish vazifalari, tutgan o‘rni va ahamiyatidan iborat. Ta’lim jarayoni rivojiga bir nazar tashlasak, bugungi kunda axborot kommunikatsiya texnologiyalari yordamida qanchalik muhim pedagogik masalalarning yechimi topilayotganligiga ishonch hosil qilishimiz mumkin. Ta’limning turli sohalarida axborot kommunikatsiya texnologiyalari qo‘llanilish tajribalaridan shuni ko‘rish mumkinki, axborot texnologiyalari bizga bir qator ijobiy imkoniyatlarni yaratib berayapti. [3]

Bizga ma’lumki, ta’limda axborot kommunikatsiya texnologiyalari – bu axborotni tayyorlash va uni ta’lim oluvchiga kompyuter texnikasi va dasturiy vositalar yordamida uzatish jarayonidir. Ta’limda axborot kommunikatsiya texnologiyalarining qo‘llanilish jarayonida o‘quv axborotini uzatishda ishtirok etuvchi ikkita komponenta mavjud: texnik vositalar (kompyuter texnikasi va aloqa vositalari) va har xil maqsadlarda yaratilgan dasturiy vositalar.

Darsga tayyorgarlik va dars jarayonida zamonaviy axborot kommunikatsiya texnologiyalaridan unumli foydalanishi uchun o‘qituvchi bu komponentalarning funksional imkoniyatlari va qo‘llanilish shartlarini juda yaxshi bilishi lozim, chunki

ham texnik va ham dasturiy vositalar o‘ziga xos xususiyatlarga hamda o‘quv jarayoniga ta’sirga ega. Buni tushunish uchun dars jarayonida axborot kommunikatsiya texnologiyalari nima uchun qo‘llanib va foydalanib qanday uslubiy masalalar yechiladi. [4]

Hozirgi vaqtda jismoniy tarbiya jarayonida zamonaviy axborot texnologiyalaridan foydalanish asosida sport-ta’limidagi pedagoglar, trener-o‘qituvchilar, sport yo‘riqchilari va sport uslubchilari yuqori samarali kasbiy yo‘naltirilgan tayyorgarlik imkonini beradigan kompyuter dasturlarini foydalanish va qo‘llashi zamon talabidir. Ta’limda axborot texnologiyalarining qo‘llanilish jarayonida texnik vositalar bilan bir qatorda maxsus dasturiy vositalardan ham foydalaniladi. O‘quv jarayoniga yo‘naltirilgan dasturiy vosita – bu biror fan sohasini o‘rganishda o‘z aksini topgan dasturiy vosita bo‘lib, bunda shu fan sohasini o‘rganish texnologiyasi va u bilan bog‘lik har xil o‘quv faoliyatlarini amalga oshirish shartlari ta’minlanadi. Har xil turdagi o‘quv jarayonlarini bunday funksional ta’minlovchi dasturiy vositalar pedagogik dasturiy vositalar deb ataladi. Hozirgi kunda pedagogik dasturiy vositalarning har xil turlari mavjud. [5]

Bugun zamonaviy axborot kommunikatsiya texnologiyalari yordamida olingan bilim uzoq vaqt xotirada qoladi va keyinchalik ularni amaliyotda qo‘llash uchun qisqa vaqt ichida takrorlash bilan uni tiklash mumkin. Bunda ish faoliyatida axborotlardan xabardorligi va axborotlardan samarali foydalanish quydagilarga bog‘liq.

Birinchiidan, zamonaviy sport mutaxassisi axborot oqimlarida erkin yo‘nalish olishi uchun kompyuterlar, telekommunikatsiya va axborotning boshqa vositalari yordamida axborotlarni olishni, qayta ishlashni va ulardan foydalanishni bilishi lozim.

Ikkinchiidan, mutaxassisning zarur bo‘lgan axborot madaniyati darajasini ta’minlash, faqatgina bitta o‘quv fanining maqsadi bo‘lib qolmasligi lozim.

Uchinchiidan, zamonaviy axborot texnologiyalarini barcha o‘quv fanlariga tatbiq etish lozim va bu holat ma’lum bir kasbiy tayyorgarligini, axborot texnologiyalarining imkoniyati bilan tanishganligini, ushbu imkoniyatlardan o‘zining ilmiy va amaliy faoliyatida foydalana olishini talab qiladi. Ushbu holat juda dolzarb va pedagogik jihatdan ahamiyatli hisoblanadi, chunki o‘quv mashg‘ulotlari jarayonida zamonaviy axborot texnologiyalarining imkoniyatlari va ustunliklarini o‘zlarida sinab ko‘rishadi. [5]

Sport mashg‘ulotlariga innovatsion yondashuvlar murabbiylar va sportchilar uchun yangi ufqlarni ochmoqda, mashg‘ulot jarayoni samaradorligini sezilarli darajada oshirish, jarohatlardan tiklanishni tezlashtirish, mashg‘ulotlarni xavfsizroq va

individuallashtirish imkonini beradigan uslub va texnologiyalarni taklif qilmoqda. Virtual va kengaytirilgan haqiqat, kinetik texnologiyalar, biomexanik tahlillar, shuningdek, individuallashtirilgan ovqatlanish va fiziologik holat monitoringi tizimlaridan foydalanish sport mutaxassislari qo‘lida kuchli vosita bo‘lishi mumkinligini ko‘rsatadi.

Shuni ta’kidlash kerakki, har qanday innovatsion usullarni muvaffaqiyatli amalga oshirish mashg‘ulot jarayonining nazariy asoslarini ham, ularni sportda qo‘llashning amaliy jihatlarini ham chuqur tushunishni talab qiladi. Bu turli fanlar bo‘yicha mutaxassislar - sportchilar va murabbiylardan tortib olimlar va texnologiya ishlab chiquvchilari o‘rtasida doimiy ta’lim va tajriba almashish zarurligini anglatadi.

Demak, kadrlar tayyorlashda innovatsion yondashuvlarning ahamiyati shubhasizdir. Ular o‘quv jarayonining samaradorligi va xavfsizligini yaxshilash uchun yangi imkoniyatlarni taklif qiladi. Biroq, ulardan muvaffaqiyatli foydalanish an’anaviy usullar bilan malakali kombinatsiyani va har bir sportchiga individual yondashuvni talab qiladi. Kelgusida sport faniga yangi texnologiyalarni yanada integratsiyalashuvini kutishimiz mumkin, bu esa mashg‘ulotlar jarayonini yanada samarali, xavfsiz va har bir sportchining ehtiyojlariga moslashtirish imkonini beradi.

Dars jarayonlarida axborot kommunikatsiya vositalaridan foydalanishning yana bir omili aksariyat o‘quv pedagogik dasturlarda nazorat qilish imkoniyati bo‘lib, bu tinglovchi bilimni baxolashni yengillashtiradi. Jismoniy tarbiya o‘qituvchilari ham boshqa fan o‘qituvchilari kabi o‘z maqsadiga video darslardan foydalanib erishishi mumkin. Tasvirini ko‘rish nazariy qismini eshitish orqali o‘quvchilar bilimi ortadi. Ilmiy tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, animatsiya va modellashtirish xarakterning molekulyar shakllarining konseptual tushunchalarini sezilarli darajada yaxshilaydi. Yaratilgan imkoniyatlardan foydalanib, ta’lim tarbiya sohasini yangi bosqichga ko‘tarish hamda zamonaviy ta’lim texnologiyalarini keng qo‘llagan holda o‘quv mashg‘ulot jarayonini yanada takomillashtirish bugungi kunda Jismoniy tarbiya va sport sohasida faoliyat olib borayotgan pedagoglarning oldilarida turgan dolzarb masalalardan biri hisoblanadi.



### Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Norqobilov Muhiddin Najimovich, Jismoniy tarbiya va sport, o‘quv qo‘llanma. TOSHKENT VNESHINVESTPROM 2021.
2. A.A.Толаметов. Педагогика ва психологияда инновациялар, 4 жилд, 7 сон. Т.2021
3. Tolametov A.A., Sportda axborot-kommunikatsiya texnologiyalari// O‘quv qo‘llanma.–Т.: Zamon Poligraf, 2023. – 244 b.
4. Tolametov A.A., Ta’lim jarayoniga raqamli texnologiyalarni joriy etish// Uslubiy qo‘llanma.–Т.: Zamon poligraf, 2023. – 64 b.
5. Гамбургер, И. Л. Виртуальная реальность в системе спортивной подготовки. Теория и практика физической культуры, 2020, № 4, с. 15-18.