

## METHODS OF TEACHING HUMAN ANATOMY IN THE DIRECTION OF PHYSICAL EDUCATION

**Avezova Mukhaye Khasanovna**

Teacher of the Department of Biology of BukhSU

**Abstract:** The article presents some recommendations that should be taken into account when teaching science in the direction of sports business, sports education.

**Keywords:** Anatomy, technology, pedagogy, coach, physiologist, antagonist, synergist, posture, scoliosis, psychologist, sports.

## МЕТОДИКА ПРЕПОДАВАНИЯ АНАТОМИИ ЧЕЛОВЕКА ПО НАПРАВЛЕНИЮ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ

**Авезова Мухайё Хасановна**

Преподаватель кафедры биологии БухГУ

**Аннотация:** в статье представлены некоторые рекомендации, которые следует учитывать при преподавании науки в направлении спортивное дело, спортивного образования.

**Ключевые слова:** анатомия, технология, педагогика, тренер, физиолог, антагонист, синергист, осанка, сколиоз, психолог, спорт.

## ЖИСМОНИЙ ТАРБИЯ ТАЪЛИМ ЙЎНАЛИШЛАРИДА ОДАМ АНАТОМИЯСИ ФАНИНИ ЎҚИТИШ УСЛУБИЁТИ

**Авезова Мухайё Хасановна**

БухДУ Биология кафедраси ўқитувчиси

**Аннотация:** мақолада анатомия фанининг номухассислик таълим йўналишларида ўтили, спорт таълим йўналишида фанни ўтишда эътибор берилиши керак бўлган айрим тавсиялар келтирилган.

**Калит сўзлар:** анатомия, технология, педагог, мураббий, физиология, антогонист, синергист, кад-қомат, сколиоз, психолог, спорт.

Бугун Ўзбекистон демократик ҳуқуқий давлат ва адолатли фуқаролик жамияти қуриш йўлидан изчил бораётганлиги учун кадрлар тайёрлаш тизими тубдан ислоҳ қилинди давлат ижтимоий сиёсатида шахс манфаати ва таълим устуворлиги қарор топди. Ўқув-тарбиявий жараёни илғор педагогик технологиялар билан таъминлаш зарурати ҳам Кадрлар тайёрлаш миллий дастурини рўёбга чиқариш шартларидан биридир. Шу сабаб

биз бу педагогик феноменнинг пайдо бўлиши ва ривожланиш жараёнини ўрганишга тарихий ёндашмоқдамиз.

Республикамиздаги олий (ўрта махсус касб-хунар мактаб) таълим тизимида фаолият кўрсатаётган профессор-ўқитувчиларни малака ошириш курсларида илғор педагогик ва ахборот технологиялари бўйича янги билимлар тизими билан қуроллантиришни узлуксиз ташкил этиш давр талабидир. Шунинг учун ҳам бугунги кунда юқори малакали кадрларни тайёрлашда ўқитишнинг ҳозирги замон тизимлари ва янги педагогик технологиялари асосида ҳамда хорижий илғор тажрибалардан фойдаланиб амалга оширилиши мақсадга мувофиқдир.

Олий таълим муассасалари талабалри учун дастлабки икки йил давомида умумий ривожлантирувчи ва умум касбий фанлар ўтилади. Шу фанлар билан бир қаторда иккинчи даражали мутахассислик фанлари ўтилади. Шулар қатори Жисмоний маданият ва жисмоний тарбия, жисмоний тарбия психологияси каби таълим йўналишларида ҳам иккинчи асосий фанлар ўтилади. Жисмоний тарбия таълим йўналиши учун Одам анатомияси иккинчи асосий фанлар қаторига киритилади. Жисмоний маданият психологияси таълим йўналиши учун Олий асаб фаолияти фани асосий номуахассислик фанларидан ҳисобланади.

Жисмоний тарбия таълим йўналишида Одам анатомиясини ўтишда йўналишнинг ихтисослигини албатта инобатга олиш керак. Масалан кураш йўналиши бўладиган бўлса, албатта шу спорт турида кўпроқ фаол бўладиган аъзолар анатомияси, уларнинг физиологияси кенг ёритилиши керак. Қўл мушаклари, гавда мушаклари, асосий динамик мушаклар, асосий статик фаолиятда иштирок этадиган мушаклар, уларнинг тузилиши, гавда мускулларининг анатомияси, антогинист ва синергист мушаклар, уларнинг фаолияти ёритилиши керак.

Педагог дарс жараёнида таълим йўналишининг мутахассислигидан келиб чиқиб маъруза ва амалий машғулотларни олиб борса шу йўналиш талабаларини фанга нисбатан қизиқтира олади ва ўзларининг амалиётларида учраб турадиган ҳолатларга ҳам ечим топадилар.

Масалан: нега сколиотик қад-қоматли болага сузиш спорт тури билан, шунингдек бадий гимнастика спорт тури билан шуғулланиш тавсия этилади. Уларнинг қад-қоматларидаги камчиликлар асосан таянч-харакат аъзоларининг туғма ёки орттирилган деформацияси бўлиб, шу аъзолар ишини фаоллаштириш натижасида маълум миқдорда, касаллик ҳолатларидан келиб чиқиб, касаллик белгилари йўқолиши ёки маълум даражада боланинг қад-қоматида яхшиланишга олиб келиши мумкин.

Спорт психологияси таълим йўналишида асосан Олий асаб фаолияти фанининг чуқур ўтилиши режалаштирилган. Чунки, спортчининг фаол ҳаётида у доимо рухан тайёр, рухан кучли бўлиши талаб этилади. Спортнинг қўл-оёқ жанги турлари билан шуғулланадиган болалар жуда қизиққон, фан тилида айтадиган бўлсак, гиперфаол болалар бўлишади, бундай болалар ўз кучларини тўғри йўналтира олишлари, фақатгина спорт беллашувларидагина ўз кучларини кўрсатишлари кераклигини мураббийлари ўқитиши керак, бунинг учун албатта фан ўқитувчиси спорт психологияси таълим йўналишида таҳсил олаётган талабага олий асаб фаолияти, унинг турлари, темпераментлари ҳақида чуқур билим бериши кераклиги тавсия этилади.

Жисмоний тарбия йўналиши талабаларининг барчалари ҳам мураббийлар эмас, улар орасида ўрта таълимнинг педагог ходимлари ҳам етилиб чиқади. Мактабда, коллеж

ва лицейларда жисмоний тарбия мураббийси сифатида фаолият олиб боришади. Ўз фаолиятлари давомида болаларнинг ёшидан келиб чиқиб жисмоний нормативларни белгилашлари, болаларни индивидуал анатомик ва физиологик ривожланганлик даражасидан келиб чиқиб жисмоний юктамаларни беришлари керак.

Хусусан, кичик мактаб ёши болаларида “Характли ўйинлар”дан, асосан “халқ характерли ўйинлари”дан кенг фойдаланиши керак. Бу ўйинлар ўқувчиларда миллийлик руhini ривожлантириш билан бир қаторда уларнинг анатомио-физиологик кўрсаткичларининг яхши ривожланишига ижобий таъсир кўрсатади. Бундай кўрсаткичларни ривожлантириш учун албатта жисмоний тарбия мураббийси ўзи одам танаси аъзоларининг тузилиши, уларнинг ёш хусусиятлари ва физиологиясини чуқур билиши талаб этилади.

#### **Фойдаланилган адабиётлар рўйхати**

1. Азизходжаева Н.Н. Педагогик технологиялар ва педагогик маҳорат. Тошкент. Молия, 2003.
2. Ишмухамедов Р., Абдуқодиров А., Пардаев А. Таълимда инновацион технологиялар (таълим муассасалари педагог-ўқитувчилари учун амалий тавсиялар). Тошкент. “Истеъдод” жамғармаси. 2008.
3. Ишмухамедов Р., Абдуқародиров А., Пардаев А. Тарбияда инновацион технологиялар (таълим муассасалари педагог-ўқитувчилари учун амалий тавсиялар). Тошкент. “Истеъдод” жамғармаси. 2009.
4. Зеер Э.Ф., Шахматова Н. Личностно-ориентированные технологии профессионального развития специалиста. Екатеринбург. 1999.