



IJTIMOIIY-GUMANITAR SOHADA ILMIY-INNOVATSION TADQIQOTLAR

ILMIY METODIK JURNALI



VOL.3 № 2

2026

BO‘LAJAK JISMONIY TARBIYA O‘QITUVCHILARINING KASBIY-SHAXSIY KOMPETENSIYALARINI RIVOJLANTIRISHNING AMALIY IMKONIYATLARI

Ibragimov Aziz Tulkunovich

Nizomiy nomidagi O‘zbekiston Milliy pedagogika universiteti, v.b. professor

Annotatsiya

Ushbu maqolada bo‘lajak jismoniy tarbiya o‘qituvchilarining kasbiy-shaxsiy kompetensiyalarini rivojlantirishning amaliy imkoniyatlari tahlil qilinadi. Ta’lim jarayonida kompetensiyaviy yondashuv, innovatsion pedagogik texnologiyalar hamda amaliy mashg‘ulotlarning o‘rni yoritiladi. Shuningdek, talabalarning kasbiy tayyorgarligini kuchaytirish va ularning pedagogik faoliyatga tayyorgarligini oshirish mexanizmlari asoslab beriladi.

Kalit so‘zlar: kompetensiya, kasbiy kompetensiya, shaxsiy kompetensiya, refleksiya.

ПРАКТИЧЕСКИЕ ВОЗМОЖНОСТИ РАЗВИТИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНО- ЛИЧНОСТНЫХ КОМПЕТЕНЦИЙ БУДУЩИХ УЧИТЕЛЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Ибрагимов Азиз Тулкунович

Национальный педагогический университет Узбекистана имени Низами, и.о.
профессора

Аннотация

В статье рассматриваются практические возможности развития профессионально-личностных компетенций будущих учителей физической культуры. Раскрывается роль компетентного подхода, инновационных педагогических технологий и практико-ориентированного обучения в системе подготовки специалистов. Обосновываются механизмы повышения уровня профессиональной готовности студентов к педагогической деятельности.

Ключевые слова: компетентность, нравственная компетентность, личностная компетентность, рефлексия.

PRACTICAL OPPORTUNITIES FOR DEVELOPING THE PROFESSIONAL AND PERSONAL COMPETENCIES OF FUTURE PHYSICAL EDUCATION TEACHERS

Ibragimov Aziz Tulkunovich

Nizami National Pedagogical University of Uzbekistan, Acting Professor

Abstract

This article analyzes the practical opportunities for developing professional and personal competencies of future physical education teachers. It highlights the role of the competency-based approach, innovative pedagogical technologies, and practice-oriented training in professional preparation. The study substantiates mechanisms aimed at enhancing students' professional readiness for pedagogical activity.

Keywords: competence, moral competence, personal competence, reflection.

Kasbiy-shaxsiy kompetensiyalarni rivojlantirishning amaliy imkoniyatlari psixologik treninglar, diagnostik metodikalar va o'zini o'zi tahlil qilish mashqlari orqali yanada samarali yo'lga qo'yiladi. Talabalarni psixologik jihatdan qo'llab-quvvatlash dasturlari ularning stressga bardoshini oshirib, ijtimoiy moslashuvchanligini mustahkamlaydi. Shaxsiy refleksiya mashg'ulotlari talabalarga o'z faoliyatlarini baholash va kelgusidagi harakatlarini ongli rejalashtirish imkonini beradi. Amaliy imkoniyatlarning kuchayishi, shuningdek, shaxsiy motivatsiya va maqsadlarni belgilash qobiliyatining rivojlanishiga olib keladi. Bu jarayonda talabalarga beriladigan maslahatlar, psixologik suhbatlar va individual yondashuvlar katta ahamiyat kasb etadi. Kasbiy kompetensiyalarni shakllantirishda psixologik treninglar orqali o'zaro hamkorlik, empatiya va kommunikativ qobiliyatlar mustahkamlanadi. Amaliy imkoniyatlar shaxsiy barqarorlikni rivojlantirib, talabalarni kasbiy qarorlarni mustaqil qabul qilishga o'rgatadi. Shu bilan birga, talabalar faoliyatida kreativ yondashuv va tashabbuskorlikni qo'llab-quvvatlash ham kompetensiyalarni rivojlantirishning amaliy choralaridan biridir. Natijada, psixologik mashg'ulotlar va treninglar bo'lajak jismoniy tarbiya o'qituvchilarining shaxsiy va kasbiy rivojlanishida samarali ta'sir ko'rsatadi. Bu esa ta'lim jarayonida amaliy imkoniyatlarning keng qamrovli ahamiyatga ega ekanligini isbotlaydi.

Talabalar real ta'lim muhitida o'zaro muloqot qilish, muammoli vaziyatlarni hal etish va ijtimoiy rollarni bajarish ko'nikmalarini rivojlantiradilar. Navbatdagi bosqichda "Jismoniy tarbiya yo'nalishidagi bo'lajak o'qituvchilarning kasbiy-shaxsiy identifikatsiyasini aniqlash metodikasi" orqali tajriba hamda nazorat guruhidan olingan qiyosiy natijalar tahliliga o'tamiz.

"Jismoniy tarbiya yo'nalishidagi bo'lajak o'qituvchilarning kasbiy-shaxsiy identifikatsiyasini aniqlash metodikasi" orqali tajriba hamda nazorat guruhidan olingan qiyosiy natijalar tahlili (170)

Shkalalar nomi	Guruhlar	N	Dastlabki o'rtacha rang	Keyingi o'rtacha rang	U	Z	p
O'zini kasbda ko'rish	Tajriba guruhi	60	132,45	156,82	4895,0	-3,42	0,0006**
	Nazorat guruhi	110	139,34	140,22	8720,0	-0,84	0,401
Maqsadlar	Tajriba guruhi	60	130,86	154,47	4968,0	-3,95	0,000***
	Nazorat guruhi	110	137,25	138,16	8635,5	-0,92	0,358
Mas'uliyatlar	Tajriba guruhi	60	129,42	153,91	4782,0	-3,02	0,002**
	Nazorat guruhi	110	141,72	142,34	8812,0	-0,73	0,466

N-sinaluvchilar, U-Manna Uitniy noparametrik ko'rsatkichlar statistik farqini aniqlovchi mezon,

Z-tafovutlar, p-ahamiyatlilik darajasi.

Tajriba guruhi talabalari orasida "O'zini kasbda ko'rish" omilida dastlabki va keyingi natijalar o'rtasida sezilarli farq kuzatildi ($Z=-3,42$; $p=0,0006$). Bu natija shuni ko'rsatadiki, psixologik ta'sir dasturi ularning kasbiy identifikatsiyasini ancha yuqori darajaga olib chiqdi. O'zini kasbda yanada aniqroq tasavvur qilgan talaba pedagogik faoliyatdagi rolini barqarorroq anglaydi. Tajriba guruhidagi talabalarining o'zini kasbiy jihatdan tasavvur qilishi nazorat guruhidagi talabalarga nisbatan keskin o'sishni ko'rsatdi. Bu jarayon shuni anglatadiki, maqsadli trening va mashg'ulotlar kasbiy o'zlikni anglashni faollashtiruvchi muhim psixologik

mexanizmdir. O'zini kasbda ko'rish qobiliyati ortishi talabani o'z faoliyatiga nisbatan mas'uliyatli yondashuvini mustahkamlaydi. Kasbiy o'zlikni anglashning o'sishi shaxsiy rivojlanish va kasbiy samaradorlikni bir vaqtda ta'minlaydi. Shu asosda aytish mumkinki, psixologik aralashuv kasbiy barqarorlikning shakllanishiga bevosita hissa qo'shadi. Natijalar ko'rsatmoqdaki, o'zini kasbda ko'rish o'quvchilarning motivatsion va intellektual salohiyatini rivojlantirishda strategik omil bo'lib xizmat qiladi. Bu jarayon, ayniqsa, bo'lajak jismoniy tarbiya o'qituvchilarida kasbiy yo'nalishning aniq shakllanishiga ko'maklashadi.

Tajriba guruhi ishtirokchilarida "Maqsadlar" ko'rsatkichida dastlabki va keyingi bosqich natijalari o'rtasida yuqori farq aniqlandi ($Z=-3,95$; $p=0,000$). Bu shuni anglatadiki, trening jarayoni talabalar maqsadlarini aniqroq belgilash va ularni kasbiy faoliyat bilan bog'lash imkonini yaratdi. Maqsadlar ko'rsatkichining oshishi shaxsning rejalilik va istiqbolga yo'naltirilganligini ifodalaydi. Bu esa kasbiy o'sishda muhim psixologik resurs hisoblanadi. Tajriba guruhi natijalarining nazorat guruhidan sezilarli ustunligi dastur samaradorligini tasdiqlaydi. Maqsadlarni aniq belgilash kasbiy o'zlikni anglash va motivatsion jarayonlar barqarorligiga xizmat qiladi. Natijalar shuni ko'rsatadiki, trening davomida talabalar o'z oldilariga qo'ygan maqsadlarni ijtimoiy ehtiyojlar bilan uyg'unlashtira boshlaganlar. Shu orqali ularning kasbiy yo'nalishi yanada ravshanlashib, barqarorlik kasb etdi. Maqsadlarning kuchayishi shaxsiy qaror qabul qilish jarayonini ham mustahkamlaydi. Umuman olganda, maqsadlarning kuchayishi shaxsiy va kasbiy rivojlanishning uyg'unlashgan mexanizmi sifatida izohlanadi.

Tajriba guruhi ishtirokchilarida "Mas'uliyatlar" omili bo'yicha dastlabki va keyingi natijalar orasida ijobiy va sezilarli farq qayd etildi ($Z=-3,02$; $p=0,002$). Bu shuni ko'rsatadiki, trening dasturi talabalarda mas'uliyat hissini sezilarli darajada kuchaytirgan. Mas'uliyatning ortishi shaxsning o'z faoliyatiga nisbatan ongli va jiddiy yondashishini anglatadi. Tajriba guruhi natijalari nazorat guruhiga qaraganda ancha yuqori ko'rsatkichlarga ega bo'ldi. Bu esa amaliy mashg'ulotlar shaxsiy mas'uliyatni shakllantirishda samarali ekanini tasdiqlaydi. Mas'uliyat kuchaygan sari shaxs o'z faoliyatini ijtimoiy qadriyatlar va talabalar bilan uyg'unlashtiradi. Shu bilan birga, mas'uliyatning rivojlanishi talabalarda o'zini boshqarish va o'zini nazorat qilish qobiliyatini oshiradi. Bu natijalar mas'uliyatning shaxsiy va kasbiy barqarorlikda qanchalik muhimligini ko'rsatmoqda. Talaba o'z mas'uliyatini anglagan sari kasbiy faoliyatda ko'proq ishonch va qat'iyatlilik namoyon qiladi. Shu bois, mas'uliyat bo'lajak o'qituvchining psixologik kompetensiyalarini mustahkamlovchi asosiy omillardan biridir. Natijalar shuni tasdiqlaydiki, trening dasturlari orqali mas'uliyat hissini rivojlantirish kasbiy samaradorlikni oshirishga xizmat qiladi. Bu jarayon shaxsiy va kasbiy rivojlanishning barqarorligini ta'minlashda muhim ahamiyat kasb etadi.

S.N.Chistyakovaning "Kasbiy o'zini anglash diagnostikasi" orqali tajriba hamda nazorat guruhidan olingan qiyosiy natijalar tahlili (170)

Shkalalar nomi	Guruhlar	N	Dastlabki o'rtacha rang	Keyingi o'rtacha rang	U	Z	p
Kasbga qiziqish	Tajriba guruhi	60	130,42	158,74	4886,0	-3,18	0,002**
	Nazorat guruhi	110	138,25	139,82	8711,0	-0,79	0,427
Kasbiy maqsadlarni belgilay olish	Tajriba guruhi	60	131,76	156,28	4953,5	-2,94	0,004**
	Nazorat guruhi	110	137,83	138,67	8682,0	-0,87	0,382

Ichki motivatsiya	Tajriba guruhi	60	134,52	152,91	5042,0	-2,12	0,034*
	Nazorat guruhi	110	139,65	140,43	8739,5	-0,71	0,478
Kasbda o'z o'rni va rolining aniqligi	Tajriba guruhi	60	128,47	160,15	4762,0	-3,56	0,000***
	Nazorat guruhi	110	138,27	139,02	8726,0	-0,74	0,462

N-sinaluvchilar, *U*-Manna Uitniy noparametrik ko'rsatkichlar statistik farqini aniqlovchi mezon,

Z-tafovutlar, *p*-ahamiyatlilik darajasi.

Tajriba guruhi ishtirokchilarida "Kasbga qiziqish" omili bo'yicha dastlabki va keyingi natijalar orasida sezilarli farq qayd etildi ($Z=-3,18$; $p=0,002$). Bu shuni anglatadiki, trening dasturi ularning kasbiy qiziqishlarini faol ravishda rag'batlantirdi. Kasbga qiziqishning ortishi talabaning kelajak faoliyatiga nisbatan ijobiy munosabatini mustahkamladi. Kasbiy qiziqish shaxsning bilimlarni egallashga bo'lgan ichki rag'batini kuchaytirib, uning professional o'sishini jadallashtiradi. Shu bilan birga, bu omil kelgusida pedagogik faoliyatda ijodiy yondashuvni shakllantirishga ham yordam beradi. Nazorat guruhida esa bunday ijobiy o'zgarish kuzatilmadi, bu esa trening dasturining samaradorligini yaqqol ko'rsatadi. Qiziqish kuchaygan sari shaxs o'zining kasbiy maqsadlarini yanada aniqroq belgilashga intiladi. Bu jarayon kasbiy identifikatsiyaning mustahkamlanishi uchun psixologik tayanch vazifasini bajaradi. Natijalar shuni ko'rsatadiki, kasbga qiziqishning oshishi bo'lajak o'qituvchilarni kelajakdagi faoliyatga ongli ravishda yo'naltiradi. Shu bois, qiziqishni rivojlantirish kasbiy shakllanishda asosiy shartlardan biri sifatida qaralishi lozim.

Tajriba guruhi talabalarida "Kasbiy maqsadlarni belgilay olish" ko'rsatkichi bo'yicha sezilarli farq aniqlandi ($Z=-2,94$; $p=0,004$). Ushbu natija shuni bildiradiki, psixologik ta'sir dasturi ularda maqsadlarni aniq belgilash va ularga erishishga intilishni kuchaytirdi. Maqsadlarning ravshanligi shaxsning kasbiy rivojlanishida strategik yo'nalishni ta'minlaydi. Bu jarayon kasbiy identifikatsiya va motivatsiyaning uyg'unlashuvi sifatida talqin etiladi. Bu shuni anglatadiki, maqsadlarni belgilash qobiliyatini rivojlantirish bo'lajak o'qituvchilarning professional tayyorgarligini yangi bosqichga olib chiqadi.

Tajriba guruhi ishtirokchilarida "Ichki motivatsiya" omili bo'yicha dastlabki va keyingi natijalar o'rtasida sezilarli farq qayd etildi ($Z=-2,12$; $p=0,034$). Bu natija shuni ko'rsatadiki, trening jarayoni talabalarda ichki rag'batni kuchaytirishga samarali ta'sir ko'rsatdi. Ichki motivatsiya shaxsning tashqi mukofotlarga qaram bo'lmay, faoliyatdan o'zi qoniqish olishiga yordam beradi. Shu bilan birga, ichki motivatsiyaning ortishi talabalarda mustaqil qaror qabul qilish qobiliyatini rivojlantiradi. Tajriba guruhi natijalarining ijobiy o'zgarishi trening dasturining amaliy ahamiyatini isbotladi. Nazorat guruhida esa bunday farq kuzatilmadi, bu jarayonning faqat maxsus aralashuv natijasi ekanini ko'rsatadi. Ichki motivatsiya ortgan sari talaba kasbiy jarayonlarga ko'proq mas'uliyat bilan yondashadi. Bu jarayon shaxsning o'zini anglash va kasbiy barqarorlik darajasini mustahkamlaydi. Shu bois, ichki motivatsiyaning rivojlantirish pedagogik jarayonda muhim psixologik vazifa hisoblanadi. Natijalar shuni tasdiqladiki, ichki rag'bat talabaning kasbiy muvaffaqiyatida yetakchi omil sifatida qaralishi lozim. Bu esa o'z navbatida shaxsning kasbiy shakllanish jarayonida ichki kuchlarni faollashtiradi. Shu tarzda, ichki motivatsiyaning qo'llab-quvvatlash bo'lajak o'qituvchilarning kasbiy identifikatsiyasini samarali rivojlantirishga xizmat qiladi.

Tajriba guruhi talabalarida "Kasbda o'z o'rni va rolining aniqligi" ko'rsatkichi

bo'yicha sezilarli o'sish kuzatildi ($Z=-3,56$; $p=0,000$). Ushbu natija shuni anglatadiki, trening dasturi talabalarining o'zlarini kasbiy faoliyatdagi o'rni va vazifalarini aniqroq belgilashlariga yordam berdi. Bu ko'rsatkichning oshishi shaxsiy va kasbiy identifikatsiyaning mustahkamlanishidan dalolat beradi. O'z o'rnini aniq bilgan shaxs pedagogik faoliyatda o'zini samaraliroq namoyon qiladi. Natijalar tajriba guruhida bu jarayonning sezilarli darajada kuchayganini ko'rsatdi. Nazorat guruhida esa bunday ijobiy o'zgarish kuzatilmadi, bu trening dasturining samarali ishlaganini tasdiqlaydi. Shu jihatdan, kasbiy rolining aniq shakllanishi talabaning pedagogik faoliyatda muvaffaqiyatga erishishi uchun muhim psixologik asos bo'lib xizmat qiladi.

Bizning xulosamizcha, tajriba guruhidagi bo'lajak jismoniy tarbiya o'qituvchilarida kasbiy-shaxsiy identifikatsiya hamda kasbiy o'zini anglash darajalari trening dasturi qo'llanilgandan so'ng sezilarli darajada oshgani aniqlangan. Xususan, "o'zini kasbda ko'rish" ($Z=-3,42$; $p=0,0006$), "maqsadlar" ($Z=-3,95$; $p=0,000$) va "mas'uliyatlar" ($Z=-3,02$; $p=0,002$) ko'rsatkichlari bo'yicha tajriba guruhi a'zolarida ijobiy o'sish qayd etilgan. Shuningdek, S.N. Chistyakovaning "Kasbiy o'zini anglash diagnostikasi" metodikasi natijalarida ham "kasbga qiziqish" ($Z=-3,18$; $p=0,002$), "kasbiy maqsadlarni belgilay olish" ($Z=-2,94$; $p=0,004$), "ichki motivatsiya" ($Z=-2,12$; $p=0,034$) va "kasbda o'z o'rnini va rolining aniqligi" ($Z=-3,56$; $p=0,000$) ko'rsatkichlarida sezilarli ijobiy o'zgarishlar kuzatilgan. Nazorat guruhida esa bu farqlar statistik jihatdan ahamiyatli darajada bo'lmagan. Ushbu natijalar tajriba dasturi bo'lajak jismoniy tarbiya o'qituvchilarining kasbiy o'zini anglash, motivatsion yo'nalganlik va mas'uliyat hissini kuchaytirishda samarali ta'sir ko'rsatganini tasdiqlaydi.

Yuqoridagi tadqiqot natijalarida shuni aytishimiz mumkinki, o'quv jarayonida interfaol metodlardan foydalanish, amaliy mashg'ulotlar va psixologik treninglardan foydalanish bo'lajak jismoniy tarbiya o'qituvchilarda kasbiy barqarorlikni shakllantirishda muhim vosita bo'lib xizmat qiladi. Shuningdek mazkur jarayon kasbiy-shaxsiy kompetensiyalarni rivojlantirishning amaliy imkoniyatlari, eng avvalo, ta'lim jarayonida yaratilgan shart-sharoitlarga tayanib faoliyat olib boriladi.

Xulosa. Olingan natijalar tahliliga ko'ra, "kasbda o'z o'rnini va rolining aniqligi" ko'rsatkichining yuqori natijalari bo'lajak o'qituvchilarda mas'uliyat hissining ortganini namoyon qildi. Talaba o'zining kasbiy roli va vazifasini anglagan sari, kelgusida pedagogik faoliyatda yanada samarali bo'lishi ta'minlanadi. Bu jarayon shaxsiy barqarorlikni kuchaytirib, o'zini jamiyatdagi kasbiy subyekt sifatida his qilishga yordam beradi.

Olingan natijalar psixologik aralashuvning samaradorligini isbotlash bilan birga, ta'lim jarayonida interfaol metodlardan foydalanish, rolli o'yinlar va psixologik treninglarning zarurligini ham ko'rsatdi. Bu metodlar nafaqat nazariy bilimlarni amaliyot bilan bog'lash, balki shaxsiy rivojlanish, ijtimoiylashuv va ijodkorlikni kuchaytirishga ham xizmat qildi. Natijalar shuni anglatadiki, kompetensiyalarni rivojlantirish jarayoni ko'p qirrali psixologik mexanizmlarga asoslanadi.

Tajriba guruhi natijalarining nazorat guruhiga nisbatan yuqori bo'lishi, bo'lajak jismoniy tarbiya o'qituvchilarida kasbiy-shaxsiy kompetensiyalarni rivojlantirish uchun ilmiy asoslangan psixologik dasturlarni ishlab chiqish zarurligini ko'rsatdi. Ushbu jarayon shaxsiy mas'uliyat, motivatsiya, refleksiya va kasbiy identifikatsiyani uyg'un holda rivojlantirishga imkon yaratadi. Shu bois, natijalar pedagogik amaliyotga tatbiq etilishi lozim bo'lgan muhim ilmiy-amaliy tavsiyalarni shakllantirish uchun asos bo'lib xizmat qiladi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO'YXATI

1. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining Farmoni, 28.01.2022 yildagi PF-60-son. "2022-2026 yillarga mo'ljallangan yangi O'zbekistonning taraqqiyot strategiyasi to'g'risida"//

<https://lex.uz/uz/pdfs/6396146> (murojaat sanasi: 12.04.2022).

2. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining Farmoni, 07.03.2022 yildagi PF-87-son 2022 yil 7 martdagi PF-87-son. "Oila va xotin-qizlarni tizimli qo'llab-quvvatlashga doir ishlarni yanada jadallashtirish chora-tadbirlari to'g'risida"// <https://lex.uz/uz/pdfs/5899498> (murojaat sanasi: 16.04.2022).
3. Ibragimov A.T. Bo'lajak jismoniy tarbiya o'qituvchilarining kasbiy shaxsiy kompetensiyalarini rivojlantirish O'zMU xabarlar jurnali// Toshkent 2023. B.117-120
4. Ibragimov A.T. Bo'lajak jismoniy tarbiya o'qituvchilarining kompetensiyaga asoslangan yondashuv asosida kasbiy tayyorgarlikni shakllantirish. O'zMU xabarlar jurnali// Toshkent 2023. B.70-74
5. Ibragimov A.T. Bo'lajak jismoniy tarbiya o'qituvchilarining kasbiy shaxsiy kompetensiyalarini rivojlantirishning psixologik xususiyatlari. Qo'qon DPI Ilmiy habarlari jurnali. 2025-yil 4-son B.107-113
6. Ibragimov A.T. Bo'lajak jismoniy tarbiya o'qituvchilarida kasbiy kompetensiyalarni shakllantirish jarayonining psixologik asoslari. Maktabgacha va maktab ta'limi jurnali Toshkent-2025-yil 8-son. B. 483-486