

ТАЛАБА ЁШЛАРНИ ТАРБИЯЛАШДА ТИКЛАНИШ ВОСИТАЛАРИНИНГ ПЕДАГОГИК ИМКОНияТЛАРИНИ РИВОЖЛАНТИРИШ

Бектошева Г.Г.

ЧДПУ., Жисмоний тарбия ва спорт машғулоти назарияси ва методикаси таълим
йўналиши 24/1- гуруҳ магистри.

<https://doi.org/10.5281/zenodo.15803985>

Аннотация. Мазкур мақолада талаба ёшларнинг шахсий камолотида тикланиш воситаларининг аҳамияти ва уларнинг педагогик имкониятлари таҳлил қилинади.

Психологик, маънавий, жисмоний ва интеллектуал тикланиш воситалари орқали талабаларда мустақил фикрлаш, масъулият ҳисси ва руҳий барқарорликни шакллантиришнинг самарали йўллари кўрсатиб ўтилган. Шунингдек, олий таълим муассасаларида мазкур воситаларни тарбия жараёнига интеграция қилишга доир тавсиялар ҳам берилган.

Калит сўзлар: тикланиш воситалари, педагогик имконият, маънавий тарбия, руҳий барқарорлик, рефлексия, талабалар, тарбия тизими.

Кириш.

Ҳозирги глобаллашув ва ахборотлашган жамиятда талаба ёшларнинг маънавий-ахлоқий камолотини таъминлаш, уларда масъулият ҳиссини уйғотиш, муаммоларга тўғри ёндашиш қобилиятини шакллантириш таълим тизимининг муҳим вазифаларидан бирига айланди. Бу борада тикланиш воситаларидан самарали фойдаланиш талабаларнинг шахсий ривожланишида муҳим ўрин тутди.

Асосий қисм.

1. Тикланиш воситаларининг мазмуни ва таснифи

Тикланиш — инсоннинг руҳий, жисмоний ва интеллектуал ҳолатини тиклашга қаратилган восита ва жараёнларни ифодалайди. Талабалар ҳаётида бу ҳолатлар таълим юки, шахсий муаммолар ва ижтимоий босимлар таъсирида бузилиши мумкин. Шу боис тикланиш воситаларини қуйидагича таснифлаш мумкин:

- **Психологик тикланиш:** стресс ва руҳий зўриқишни камайтириш (медитация, психологик тренинглар).
- **Жисмоний тикланиш:** спорт машғулоти, дам олиш, соғлом овқатланиш.
- **Руҳий-ахлоқий тикланиш:** маънавий суҳбатлар, диний-маърифий тадбирлар.
- **Интеллектуал тикланиш:** янги билимларни эгаллаш орқали ижобий руҳият яратиш.
- **Рефлексив тикланиш:** ўз хатоларини таҳлил қилиш, шахсий тажриба орқали хулоса чиқариш.

2. Педагогик имкониятлар.

Тикланиш воситалари орқали талаба шахсини ривожлантиришда қуйидаги педагогик имкониятлар амалга ошади:

- **Шахсий ўсиш:** талабалар ўзини англаш, имкониятларини баҳолаш, мақсад қўйиш ва унга эришиш салоҳиятига эга бўладилар.

- **Маънавий тарбия:** инсонпарварлик, бағрикенглик, инсоний фазилатлар ривожланади.

- **Руҳий барқарорлик:** стрессларга чидамлик ортиб, таълим самарадорлиги ошади.

- **Жамоавий муносабатлар яхшиланади:** талабалар бир-бирига нисбатан ҳурмат ва ҳамкорлик кўникмаларига эга бўладилар.

3. Олий таълим муассасаларида тикланиш воситаларини жорий этиш.

Тикланиш воситаларини таълим-тарбия жараёнига интеграция қилиш учун қуйидаги фаолиятлар амалга оширилиши мақсадга мувофиқ:

- Рефлексив кундаликлар ёритиш;
- Ижодий машғулотлар (театр, расм, мусиқа);
- Психологик тренинглар ва арт-терапия;
- Маънавий-маърифий суҳбатлар ва волонтерлик фаолияти;
- Талабаларнинг ҳаётга ижобий муносабатини шакллантирувчи мотивацион курслар.

4. Педагог ва психологнинг ўрни.

Педагоглар ва психологлар талаба ёшлар билан ишлашда тикланиш воситаларини танлаш ва қўллашда етакчи рол ўйнайдилар. Улар:

- Ишончли муҳит яратиб бериш;
- Инсонпарварлик тамойилларини тарғиб қилиш;
- Талабанинг шахсий эҳтиёжлари ва руҳий ҳолатини ҳисобга олишлари лозим.

Хулоса ва тавсиялар.

Тикланиш воситаларини талабалар тарбиясига самарали интеграция қилиш, нафақат уларнинг таълимга бўлган муносабатини яхшилайти, балки ҳаётда тўғри қарорлар қабул қилиш қobiliятини ҳам ривожлантиради. Бунинг учун:

- Олий таълим муассасаларида махсус психологик хизматлар фаолиятини кучайтириш;
- Педагоглар учун тикланишга оид малака ошириш курсларини ташкил этиш;
- Талабалар учун рефлексив ва маънавий тарбия машғулотларини жорий этиш тавсия этилади.

Фойдаланилган манба ва адабиётлар рўйхати:

1. Djalilova S., Tursunboyeva L., Kazakhov R. ENGAGING ENGLISH LANGUAGE LEARNING THROUGH SPORTS //Modern Science and Research. – 2024. – Т. 3. – №. 10. – С. 386-395.
2. Tursunboyeva L., Djalilova S., Kazoqov R. ABOUT TEACHING SPEAKING //Modern Science and Research. – 2024. – Т. 3. – №. 10. – С. 376-385.
3. Kazoqov R. et al. MARKETING TIZIMINI TAKOMILLASHTIRISH ORQALI SPORT TASHKILOTLARI FAOLIYATI SAMARADORLIGINI OSHIRISH YOLLARI //Modern Science and Research. – 2024. – Т. 3. – №. 10. – С. 572-578.
4. Aripov Y. Y. et al. PROFESSIONAL SPORTNI BOSHQARISH MODELLARI //Modern Science and Research. – 2024. – Т. 3. – №. 10. – С. 597-587.

5. Jumayev U. X. et al. SPORT SOHASIDA MARKETING FAOLIYATINI RIVOJLANTIRSH //Modern Science and Research. – 2024. – Т. 3. – №. 10. – С. 588-597.
6. Умаров Д. Х. и др. USE OF NATIONAL-SPIRITUAL VALUES IN EDUCATIONAL ACTIVITIES OF PRE-SCHOOL EDUCATIONAL INSTITUTIONS //Modern Science and Research. – 2024. – Т. 3. – №. 10. – С. 455-462.
7. Керимов Ф. А. и др. ORGANIZATION OF SPIRITUAL AND EDUCATIONAL WORK IN PRE-SCHOOL EDUCATIONAL INSTITUTIONS AND FAMILY COOPERATION //Modern Science and Research. – 2024. – Т. 3. – №. 10. – С. 463-470.
8. Kazoqov R. T. et al. USE OF NATIONAL-SPIRITUAL VALUES IN EDUCATIONAL ACTIVITIES IN EDUCATIONAL INSTITUTIONS //Modern Science and Research. – 2024. – Т. 3. – №. 5. – С. 911-918.
9. Жумаев У. Х., Казоков Р. Т., Жумаев М. Х. ЗНАЧЕНИЕ ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ В ПОДГОТОВКЕ СПЕЦИАЛИСТОВ В ОБЛАСТИ ФИС //Modern Science and Research. – 2024. – Т. 3. – №. 12. – С. 789-796.
10. Шанасирова З. Ю. и др. МАКТАБГАЧА ТАЪЛИМ МУАССАСАЛАРИДА БОЛАЛАРНИ САНОҚКА ЎРГАТИШНИНГ ИЛМИЙ-АМАЛИЙ АСОСЛАРИ //Modern Science and Research. – 2025. – Т. 4. – №. 5. – С. 1826-1829.