



## JISMONIY TARBIYA MASHG'ULOTIDA O'YIN VA MUSOBAQA METODLARIDAN FOYDALANISHNING DIDAKTIK ASOSLARI VA TA'LIMIY AHAMIYATI

Ergashev Yaxyo Nematjonovich,

Toshkent kimyo texnologiya instituti Ijtimoiy-siyosiy fanlar kafedrasida

katta o'qituvchisi.

DOI: <https://doi.org/10.54613/ku.v18iB.1686>

MAQOLA HAQIDA/O STAT'YE

**Qabul qilindi:** 18-may 2026-yil

**Tasdiqlandi:** 21-may 2026-yil

**Jurnal soni:** 18-B

**Maqola raqami:** 27

KALIT SO'ZLAR/КЛЮЧЕВЫЕ СЛОВА

jismoniy tarbiya, musobaqa metodi, pedagogik texnologiya, motivatsiya, raqobat, jismoniy sifatlar

ANNOTATSIYA/АННОТАЦИЯ

Ushbu maqolada jismoniy tarbiya jarayonida musobaqa metodining nazariy va amaliy asoslari o'rganilgan. Musobaqa metodining talabalarda jismoniy sifatlarni rivojlantirish, motivatsiyani oshirish, raqobatbardoshlik va tezkor qaror qabul qilish ko'nikmalarini shakllantirishdagi roli tahlil qilingan. Shuningdek, metodning pedagogik va psixologik xususiyatlari hamda uni ta'lim jarayonida samarali qo'llash yo'llari yoritilgan. Tadqiqotda o'yin va musobaqa metodlarining jismoniy tarbiya mashg'ulotlaridagi didaktik imkoniyatlari, ularning ta'lim oluvchilarning bilish faolligi, mustaqil fikrlashi hamda kasbiy-amaliy kompetensiyalarini rivojlantirishdagi o'rni tahlil etilgan. O'yin va musobaqa faoliyatining pedagogik-psixologik mexanizmlari asosida talabalarda jamoada ishlash, liderlik, kommunikativlik, refleksiv fikrlash va strategik qaror qabul qilish ko'nikmalarini shakllantirish imkoniyatlari yoritilgan. Shuningdek, mazkur metodlarning jismoniy sifatlarni kompleks rivojlantirish, ta'lim jarayonining samaradorligini oshirish hamda bo'lajak jismoniy tarbiya va sport mutaxassislarini kasbiy faoliyatga tayyorlashdagi didaktik ahamiyati ilmiy jihatdan asoslab berilgan. Maqolada jismoniy tarbiya mashg'ulotlarini tashkil etishda o'yin va musobaqa metodlarining o'zaro integratsiyalashgan holda qo'llanishi talabalarning harakat faolligini oshirish, o'quv materialini samarali o'zlashtirish hamda ta'lim jarayonining interaktivligini ta'minlashdagi ahamiyati ochib berilgan. O'yin va musobaqa faoliyatlari orqali ta'lim oluvchilarda tashabbuskorlik, mas'uliyatlilik, ijtimoiy moslashuvchanlik va sog'lom turmush tarziga oid qadriyatlarini shakllantirish imkoniyatlari tahlil qilingan.

ABOUT THE PAPER

**Accepted:** 18 may 2026

**Approved:** 21 may 2026

**Volume:** 18-B

**Paper number:** 27

KEYWORDS

physical education, competitive method, pedagogical technology, motivation, competition, physical abilities

ANNOTATION

This article examines the theoretical and practical foundations of the competitive method in physical education. It analyzes its role in developing physical abilities, increasing motivation, fostering competitiveness, and improving decision-making skills among students. The pedagogical and psychological features of the method and ways of its effective application in the educational process are also discussed. The study analyzed the didactic potential of game and competition methods in physical education classes, their role in developing students' cognitive activity, independent thinking, and professional and practical competencies. The possibilities of forming teamwork, leadership, communication, reflective thinking, and strategic decision-making skills in students based on the pedagogical and psychological mechanisms of game and competition activities were highlighted. Also, the didactic significance of these methods in the complex development of physical qualities, increasing the effectiveness of the educational process, and preparing future physical education and sports specialists for professional activity was scientifically substantiated. The article reveals the importance of the integrated use of game and competition methods in organizing physical education classes in increasing students' motor activity, effectively mastering educational material, and ensuring interactivity of the educational process. The possibilities of forming values related to initiative, responsibility, social adaptability, and a healthy lifestyle in learners through game and competition activities were analyzed.

**Kirish.** Jismoniy tarbiya va sport sohasida mutaxassislar tayyorlash tizimida qo'llaniladigan pedagogik metodlar talabalarning kasbiy kompetensiyalarini shakllantirish va rivojlantirishda muhim ahamiyat kasb etadi. Mazkur jarayonda qat'iy reglamentlashtirilgan mashq metodlari asosiy metodik vositalardan biri sifatida e'tirof etilsa-da, ular ta'lim jarayonida yuzaga keladigan barcha pedagogik vaziyatlarni to'liq qamrab ololmaydi. Oliy ta'lim muassasalarida bo'lajak jismoniy tarbiya va sport mutaxassislarini tayyorlash jarayonida talabalar faoliyatining ijodiyligi, mustaqilligi va tashabbuskorligini rivojlantirishga xizmat qiluvchi qisman reglamentlashtirilgan metodlardan foydalanish alohida ahamiyatga ega. Shu nuqtayi nazardan, o'yin va musobaqa metodlari kasbiy tayyorgarlikning samaradorligini oshiruvchi muhim pedagogik vositalar sifatida namoyon bo'ladi.

Bugungi kunda ta'lim tizimini modernizatsiya qilish sharoitida jismoniy tarbiya mashg'ulotlarini tashkil etishning samarali pedagogik texnologiyalarini ishlab chiqish va amaliyotga joriy etish dolzarb vazifalardan biri hisoblanadi. Ayniqsa, talabalarning jismoniy faolligini oshirish, sog'lom turmush tarzini shakllantirish hamda ularning jismoniy va psixologik tayyorgarligini takomillashtirishda innovatsion metodlardan foydalanish muhim ahamiyat kasb etadi. Shu nuqtayi nazardan, o'yin va musobaqa metodlari jismoniy tarbiya mashg'ulotlarining samaradorligini oshirishga xizmat qiluvchi zamonaviy pedagogik vositalar sifatida alohida e'tiborga loyiqdir.

Jismoniy tarbiya jarayonida o'yin va musobaqa metodlari nafaqat harakat faoliyatini faollashtiradi, balki ta'lim oluvchilarning bilish jarayonlari, motivatsiyasi va ijtimoiy faolligiga ham sezilarli ta'sir

ko'rsatadi. Mazkur metodlar orqali talabalar o'zlarining jismoniy imkoniyatlarini namoyon qilish, mustaqil qaror qabul qilish, jamoa bilan hamkorlikda faoliyat yuritish hamda raqobat muhitida o'zini boshqarish tajribasini egallaydilar. Bu esa jismoniy tarbiyaning ta'limiy, tarbiyaviy va rivojlantiruvchi vazifalarini samarali amalga oshirish imkonini yaratadi.

**Adabiyotlar tahlili.** Jismoniy tarbiya mashg'ulotlarida o'yin va musobaqa metodlaridan foydalanish masalasi jismoniy tarbiya nazariyasi va metodikasi bo'yicha olib borilgan ko'plab ilmiy tadqiqotlarda o'z aksini topgan. Mazkur metodlarning nazariy asoslari, didaktik imkoniyatlari hamda shaxs rivojlanishiga ta'siri mahalliy va xorijiy olimlar tomonidan keng o'rganilgan.

Jismoniy tarbiya nazariyasining asoschilaridan biri hisoblangan L.P. Matveev jismoniy mashqlarni tashkil etish metodlarini tahlil qilar ekan, o'yin va musobaqa metodlarini shaxsning harakat faolligini oshiruvchi hamda jismoniy sifatlarni rivojlantiruvchi muhim pedagogik vositalar sifatida baholaydi. Olimning ta'kidlashicha, o'yin faoliyati shug'ullanuvchilarning tabiiy ehtiyojlari va qiziqishlariga mos kelganligi sababli ta'lim jarayonida yuqori motivatsiyani ta'minlaydi, musobaqa metodi esa maksimal natijaga erishishga bo'lgan intilishni kuchaytiradi [1, 214–218-b.].

V.N. Platonov jismoniy tayyorgarlik va sport mashg'ulotlari tizimini tadqiq etib, musobaqa metodining sportchi organizmiga ko'rsatadigan kompleks ta'sirini yoritadi. Uning fikricha, musobaqa sharoitida organizmning funksional imkoniyatlari maksimal darajada safarbar qilinadi, bu esa tezkorlik, chidamlilik va kuch sifatlarning rivojlanishiga

xizmat qiladi. Muallif musobaqa faoliyatini sport tayyorgarligining ajralmas tarkibiy qismi sifatida e'tirof etadi [2, 326–331-b.].

V.I. Lyax tomonidan olib borilgan tadqiqotlarda o'yin metodining pedagogik imkoniyatlari batafsil tahlil qilingan. Olim harakatli o'yinlar o'quvchilarning koordinatsion qobiliyatlarini rivojlantirish, harakatlarni boshqarish aniqligini oshirish va jismoniy yuklamalarni emotsional jihatdan yengillashtirishga xizmat qilishini qayd etadi. Shuningdek, o'yin faoliyati ta'lim oluvchilarning mustaqilligi va ijodiy fikrlashini rivojlantirishga yordam berishi ta'kidlanadi [3, 97–103-b.].

V.K. Balsevichning ilmiy qarashlarida jismoniy tarbiya jarayonini individuallashtirish va faol metodlardan foydalanish masalalari markaziy o'rin egallaydi. Tadqiqotchining fikricha, o'yin va musobaqa elementlarini o'quv mashg'ulotlariga kiritish shug'ullanuvchilarning jismoniy faolligini oshirish bilan birga, ularda sog'lom raqobat va o'z-o'zini rivojlantirish motivlarini shakllantiradi [4, 145–149-b.].

V.N. Krasnov jismoniy madaniyat pedagogikasi bo'yicha tadqiqotlarida o'yin va musobaqa metodlarini tarbiyaviy vosita sifatida baholaydi. Uning ta'kidlashicha, mazkur metodlar orqali shaxsda intizomlilik, mas'uliyatlilik, qat'iyatlilik va jamoada ishlash ko'nikmalari shakllanadi. Ayniqsa, musobaqa faoliyati yoshlarning irodaviy sifatlarini rivojlantirishda muhim pedagogik omil hisoblanadi [5, 168–172-b.].

O'zbekistonlik olim Sh.R. Yo'ldoshev jismoniy tarbiya metodikasi bo'yicha tadqiqotlarida o'yin metodining ta'lim jarayonidagi ahamiyatini yoritib, uning o'quvchilarning qiziqishi va motivatsiyasini oshirishdagi rolini alohida ta'kidlaydi. Muallif o'yin texnologiyalari orqali nazariy bilimlarni amaliy faoliyat bilan uyg'unlashtirish imkoniyatlari kengayishini qayd etadi [6, 122–126-b.].

A.K. Karimov sport pedagogikasiga oid ilmiy ishlarida musobaqa metodining kasbiy tayyorgarlikdagi ahamiyatiga e'tibor qaratadi. Uning fikriga ko'ra, musobaqa jarayonida talabalar murakkab vaziyatlarda tezkor qaror qabul qilish, o'z faoliyatini boshqarish va natijalarni tahlil qilish ko'nikmalarini egallaydilar. Bu esa bo'lajak jismoniy tarbiya mutaxassislarining kasbiy kompetensiyalarini rivojlantirishda muhim omil hisoblanadi [7, 84–89-b.].

So'nggi yillarda jismoniy tarbiya va sport faoliyatida innovatsion texnologiyalarni qo'llash masalasi ham dolzarb ahamiyat kasb etmoqda. Cardinale va Varley tadqiqotlarida zamonaviy monitoring texnologiyalarining sport mashg'ulotlari va musobaqa faoliyatidagi ahamiyati tahlil qilingan. Mualliflar sportchilarning yuklamalarini nazorat qilish va musobaqa faoliyatining samaradorligini baholashda raqamli texnologiyalarning imkoniyatlari kengayib borayotganini ta'kidlaydilar [8, p. 255–259].

Tahlil qilingan ilmiy manbalar shuni ko'rsatadiki, o'yin va musobaqa metodlari jismoniy tarbiya mashg'ulotlarining didaktik samaradorligini oshirish, ta'lim oluvchilarning jismoniy sifatleri va kasbiy kompetensiyalarini rivojlantirish hamda ta'lim jarayoniga bo'lgan motivatsiyasini kuchaytirishda muhim pedagogik vosita hisoblanadi. Biroq oliy ta'lim muassasalarida mazkur metodlarning integratsiyalashgan holda qo'llanishining didaktik imkoniyatlarini chuqurroq tadqiq etish zamonaviy pedagogika oldida turgan dolzarb ilmiy vazifalardan biri bo'lib qolmoqda.

**Tadqiqot metodologiyasi.** Mazkur tadqiqotda jismoniy tarbiya mashg'ulotlarida o'yin va musobaqa metodlaridan foydalanishning didaktik asoslarini o'rganish maqsadida pedagogik kuzatish, ilmiy-metodik adabiyotlarni tahlil qilish, qiyosiy tahlil hamda umumlashtirish metodlaridan foydalanildi. Tadqiqot jarayonida mahalliy va xorijiy olimlarning jismoniy tarbiya nazariyasi va metodikasiga oid ilmiy ishlari o'rganildi hamda o'yin va musobaqa metodlarining ta'limiy imkoniyatlari tahlil qilindi. Shuningdek, ushbu metodlarning jismoniy sifatlarini rivojlantirish, motivatsiyani oshirish va kasbiy kompetensiyalarni shakllantirishdagi o'rni qiyosiy yondashuv asosida baholandi. Olingan natijalar tizimli tahlil qilinib, ilmiy xulosalar shakllantirildi.

**Natija.** O'yin metodi jismoniy tarbiya nazariyasi va metodikasida talabalarning bilish faolligini rag'batlantirish, ularning kasbiy qiziqishini kuchaytirish hamda amaliy ko'nikmalarini takomillashtirishga xizmat qiluvchi samarali metodlardan biri hisoblanadi. Mazkur metodni faqat harakatli o'yinlar bilan bog'lash to'liq ilmiy yondashuv hisoblanmaydi. Chunki o'yin metodining mazmuni pedagogik maqsad va vazifalarga muvofiq tashkil etilgan turli harakat faoliyatlari, kasbiy vaziyatlar, modellashirilgan topshiriqlar va interaktiv mashg'ulotlarni ham qamrab oladi. Oliy ta'lim sharoitida ushbu metod bo'lajak jismoniy tarbiya o'qituvchilari va sport mutaxassislarining nazariy bilimlarini amaliy faoliyat bilan integratsiyalash imkonini yaratadi.

Tadqiqotlar natijalari shuni ko'rsatadiki, o'yin metodidan foydalanish talabalarning ta'lim jarayoniga bo'lgan motivatsiyasini sezilarli darajada oshiradi, ularning psixologik tayyorgarligini mustahkamlaydi hamda kasbiy faoliyat uchun zarur bo'lgan jismoniy va funksional sifatlarini rivojlantirishga xizmat qiladi. O'yin faoliyati talabalarda vaziyatni tez tahlil qilish, muammoli holatlarda optimal qaror qabul qilish, o'z

faoliyatini rejalashtirish va natijalarni baholash kabi muhim kompetensiyalarning shakllanishiga yordam beradi. Shu bilan birga, o'yin metodi nazariy bilimlarni amaliyotda qo'llash, ilgari o'zlashtirilgan harakat ko'nikmalari va malakalarini mustahkamlash hamda takomillashtirish uchun qulay pedagogik muhit yaratadi.

Oliy ta'lim tizimida o'yin metodining muhim afzalliklaridan biri uning talabalarning koordinatsion qobiliyatlarini rivojlantirishga qaratilgan kompleks ta'siridir. Xususan, harakatlarni boshqarish aniqligi, fazoviy orientatsiya, muvozanatni saqlash, harakat reaksiyalarining tezkorligi va turli harakat faoliyatlarini uyg'unlashtirish qobiliyatlari samarali rivojlanadi. Bu esa bo'lajak jismoniy tarbiya pedagoglari uchun zarur bo'lgan kasbiy-amaliy tayyorgarlikning muhim tarkibiy qismini tashkil etadi.

Bundan tashqari, o'yin metodi talabalarning shaxsiy va kasbiy sifatlarini rivojlantirishda ham muhim o'rin egallaydi. Mazkur metod orqali liderlik, kommunikativlik, jamoada ishlash kompetensiyasi, mas'uliyat, tashabbuskorlik, mustaqil fikrlash va refleksiv tahlil qilish ko'nikmalari shakllanadi. O'yin jarayonida yuzaga keladigan o'zaro hamkorlik va raqobat muhiti talabalarni kelgusidagi pedagogik faoliyatda uchrashi mumkin bo'lgan turli kasbiy vaziyatlarga tayyorlash imkonini beradi. Shuningdek, ushbu metod ularda pedagogik etika, kasbiy madaniyat, ijtimoiy mas'uliyat va innovatsion fikrlash kabi sifatlarining rivojlanishiga ijobiy ta'sir ko'rsatadi.

Shunday qilib, qisman reglamentlashtirilgan metodlar tarkibiga kiruvchi o'yin metodi oliy ta'lim muassasalarida bo'lajak jismoniy tarbiya va sport mutaxassislarini tayyorlashning muhim pedagogik mexanizmlaridan biri hisoblanadi. Uning qo'llanilishi talabalarning kasbiy kompetensiyalarini kompleks rivojlantirish, nazariy va amaliy tayyorgarlik o'rtasidagi integratsiyani ta'minlash hamda kelajakdagi pedagogik faoliyat samaradorligini oshirishga xizmat qiladi.

Musobaqa metodi jismoniy tarbiya va sport nazariyasi hamda metodikasida muhim pedagogik yondashuvlardan biri bo'lib, u talabalarning jismoniy va funksional imkoniyatlarini maksimal darajada faollashtirishga xizmat qiladi. Mazkur metodning asosiy mazmuni harakat faoliyatini raqobat sharoitida tashkil etish orqali natijadorlikni oshirish va sport faoliyatiga xos bo'lgan psixofiziologik holatlarni modellashirishdan iborat.

Oliy ta'lim muassasalarida musobaqa metodidan foydalanish bo'lajak jismoniy tarbiya va sport mutaxassislarining kasbiy kompetensiyalarini shakllantirishda alohida ahamiyatga ega. Chunki ushbu metod talabalarda nafaqat jismoniy sifatlarini rivojlantiradi, balki ularda irodaviy barqarorlik, stressga chidamlilik, tezkor qaror qabul qilish va raqobat sharoitida samarali harakat qilish ko'nikmalarini ham shakllantiradi.

Musobaqa jarayonida raqobat omili va natijaga erishish motivatsiyasi kuchayganligi sababli, talabalarda yuqori darajadagi emotsional va psixik zo'riqish holati yuzaga keladi. Bu esa organizmning funksional tizimlarini maksimal darajada safarbar etishga olib keladi hamda tezkorlik, kuch, chidamlilik va chaqqonlik kabi asosiy jismoniy sifatlarining rivojlanishini jadallashtiradi.

Mazkur metodning muhim pedagogik xususiyatlaridan biri shundaki, u talabalarga real sport faoliyatiga yaqin sharoitni yaratib beradi. Shu orqali ular nazariy bilimlarni amaliy vaziyatlarda qo'llash, strategik fikrlash, raqib harakatlarini tahlil qilish va optimal qaror qabul qilish kabi kasbiy ko'nikmalarni egallaydilar. Bundan tashqari, musobaqa metodi jamoaviylik, mas'uliyat, o'zaro hurmat va sport etikasi kabi ijtimoiy-xalqiy sifatlarini shakllantirishga ham xizmat qiladi.

Ilmiy yondashuv nuqtayi nazaridan musobaqa metodini qo'llashda pedagogik jarayonning maqsad va vazifalari, talabalarning individual tayyorgarlik darajasi, yosh va psixofiziologik xususiyatlari inobatga olinishi lozim. Noto'g'ri tashkil etilgan musobaqa jarayoni ortiqcha zo'riqish yoki jarohatlanish xavfini oshirishi mumkinligi sababli, yuklamalar me'yoriylashtirilgan va metodik jihatdan asoslangan bo'lishi zarur.

O'yin metodi asosan talabalarning motivatsion faolligini oshirish, harakat ko'nikmalarini tabiiy va emotsional sharoitda shakllantirish hamda ijodiy yondashuvni rivojlantirishga yo'naltirilgan bo'lsa, musobaqa metodi yuqori darajadagi psixik zo'riqish, raqobat muhiti va maksimal funksional faollikni talab etishi bilan ajralib turadi. Shu jihatdan, musobaqa jarayoni talabalarning real sharoitda tezkor qaror qabul qilish, irodaviy barqarorlikni saqlash hamda o'z imkoniyatlarini to'liq namoyon etish qobiliyatini rivojlantiradi.

Mazkur ikki metodning umumiy jihati shundan iboratki, ular jismoniy sifatlarini – kuch, tezkorlik, chidamlilik va chaqqonlikni kompleks rivojlantirish uchun qulay pedagogik sharoit yaratadi. Shu bilan birga, har ikkala metod ham koordinatsion qobiliyatlarni takomillashtirish, harakatlarni boshqarish samaradorligini oshirish hamda talabalarda kasbiy refleksiv fikrlashni shakllantirishga xizmat qiladi.

O'yin va musobaqa metodlarining samaradorligi ularni ilmiy asoslangan holda, pedagogik maqsadlarga muvofiq ravishda qo'llash bilan belgilanadi. Ushbu metodlarni tanlashda talabalar individual

tayyorgarlik darajasi, yosh xususiyatlari hamda ta'lim jarayonining didaktik vazifalari inobatga olinishi zarur.

#### O'yin va musobaqa metodlarining qiyosiy tahlili

Mezoni	O'yin metodi	Musobaqa metodi
Psixologik holat	Emotsional, ijobiy motivatsiya ustun	Yuqori psixik zo'riqish, raqobat muhiti
Maqsad	Harakat ko'nikmalarini shakllantirish va mustahkamlash	Maksimal natijaga erishish va funksional imkoniyatlarni sinash
Jismoniy yuklama	O'rtacha, moslashuvchan	Yuqori, maksimal darajaga yaqin
Rivojlantiruvchi ta'sir	Koordinatsiya, chaqqonlik, umumiy rivojlanish	Kuch, tezkorlik, chidamlilik, irodaviy sifatlar
Faoliyat xarakteri	Ijodiy va erkin harakat	Raqobatga asoslangan qat'iy faoliyat
Ta'limiy ahamiyati	Motivatsiya va ko'nikma shakllantirish	Real sharoitga yaqin kasbiy tayyorgarlik

**Muhokama.** Tadqiqot natijalari jismoniy tarbiya mashg'ulotlarida o'yin va musobaqa metodlaridan foydalanish ta'lim jarayonining samaradorligini oshirishda muhim pedagogik omil ekanligini ko'rsatdi. Mazkur metodlar nafaqat jismoniy sifatlarini rivojlantirish, balki ta'lim oluvchilarning bilish faolligini oshirish, kasbiy kompetensiyalarini shakllantirish va shaxsiy sifatlarini rivojlantirishga ham xizmat qiladi. Shu jihatdan ular zamonaviy ta'limning shaxsga yo'naltirilgan va kompetensiyaviy yondashuvlari talablariga mos keladi.

O'yin metodining asosiy afzalligi shundaki, u ta'lim oluvchilarning mashg'ulotlarga bo'lgan qiziqishini oshiradi va ularni faol ishtirok etishga undaydi. An'anaviy mashqlar bilan solishtirganda o'yin shaklida tashkil etilgan faoliyatlarda emotsional ko'tarinkilik yuqori bo'lib, bu holat o'quv materialining samaraliroq o'zlashtirilishiga yordam beradi. O'yin jarayonida talabalar o'zaro muloqot qiladi, hamkorlikda faoliyat olib boradi va turli vaziyatlarga mos ravishda qaror qabul qilishga harakat qiladi. Natijada ularda nafaqat harakat ko'nikmalari, balki kommunikativ kompetensiyalar, tashabbuskorlik va liderlik sifatleri ham rivojlanadi.

Tahlillar shuni ko'rsatadiki, o'yin metodi ayniqsa koordinatsion qobiliyatlarni rivojlantirishda samarali hisoblanadi. Harakatlarning tez o'zgarib turishi, vaziyatga moslashish zarurati va harakatlarni aniq boshqarish talabi natijasida shug'ullanuvchilarda fazoviy orientatsiya, muvozanatni saqlash, reaksiyaning tezligi hamda harakatlar uyg'unligi takomillashadi. Bu esa bo'lajak jismoniy tarbiya o'qituvchilari va sport mutaxassislari uchun muhim kasbiy-amaliy ahamiyatga ega.

Musobaqa metodining pedagogik imkoniyatlari esa, avvalo, uning yuqori motivatsion ta'siri bilan izohlanadi. Raqobat muhiti ta'lim oluvchilarning mavjud imkoniyatlarini safarbar etadi, ularda g'alabaga intilish va o'z natijalarini yaxshilash istagini kuchaytiradi. Musobaqa jarayonida talabalar o'zlarining jismoniy tayyorgarlik darajasini baholash, kamchiliklarini aniqlash va ularni bartaraf etish imkoniyatiga ega bo'ladi. Shu sababli musobaqa metodi jismoniy sifatlarini rivojlantirishning samarali vositalaridan biri sifatida qaraladi.

Musobaqa faoliyati sharoitida yuzaga keladigan emotsional va psixologik zo'riqishlar ham muhim pedagogik ahamiyatga ega. Bunday vaziyatlarda talabalar stressga bardosh berish, o'z hissiyotlarini boshqarish va qisqa vaqt ichida optimal qaror qabul qilish ko'nikmalarini egallaydilar. Kelgusida pedagogik yoki sport faoliyati bilan shug'ullanuvchi mutaxassislar uchun mazkur sifatlar kasbiy muvaffaqiyatning muhim omillaridan biri hisoblanadi.

Shuningdek, o'yin va musobaqa metodlari o'rtasida muayyan farqlar mavjud bo'lsa-da, ular bir-birini to'ldiruvchi pedagogik vositalar sifatida

namoyon bo'ladi. O'yin metodi ta'lim oluvchilarning qiziqishini shakllantirish, boshlang'ich ko'nikmalarni hosil qilish va faol ishtirokni ta'minlashga xizmat qilsa, musobaqa metodi erishilgan natijalarni sinash, takomillashtirish va yuqori darajadagi jismoniy hamda psixologik tayyorgarlikni shakllantirish imkonini beradi. Shu sababli jismoniy tarbiya mashg'ulotlarida ushbu metodlarni kompleks va izchil qo'llash yuqori pedagogik samaradorlikni ta'minlaydi.

Muhokama natijalari shuni ko'rsatadiki, o'yin va musobaqa metodlaridan maqsadli hamda ilmiy asoslangan tarzda foydalanish talabalarining jismoniy tayyorgarligini yaxshilash, sog'lom raqobat muhiti shakllantirish, ta'lim motivatsiyasini oshirish va kasbiy kompetensiyalarini rivojlantirishga xizmat qiladi. Shu bois mazkur metodlar zamonaviy jismoniy tarbiya mashg'ulotlarining muhim didaktik tarkibiy qismi sifatida keng qo'llanishi maqsadga muvofiqdir.

**Xulosa.** O'yin va musobaqa metodlari jismoniy tarbiya mashg'ulotlarining didaktik samaradorligini ta'minlovchi muhim pedagogik vositalar hisoblanadi. Ularning qo'llanilishi ta'lim oluvchilarning jismoniy faolligini oshirish, mashg'ulotlarga qiziqishini kuchaytirish hamda harakat ko'nikmalarini samarali shakllantirish imkonini beradi.

O'yin metodi emotsional jihatdan qulay ta'lim muhiti yaratib, koordinatsion qobiliyatlarni, chaqqonlik, mustaqil fikrlash va ijodiy yondashuvning rivojlanishiga xizmat qiladi. Musobaqa metodi esa raqobat muhiti orqali kuch, tezkorlik, chidamlilik kabi jismoniy sifatlarini takomillashtirish bilan bir qatorda irodaviy barqarorlik, mas'uliyat va stressli vaziyatlarda tezkor qaror qabul qilish ko'nikmalarini shakllantiradi.

Mazkur metodlarning o'zaro uyg'unlashuvi jismoniy tarbiya mashg'ulotlarining ta'limiy, tarbiyaviy va rivojlantiruvchi imkoniyatlarini kengaytiradi. Ular talabalarda jamoada ishlash, liderlik, kommunikativlik, sport etikasi va sog'lom raqobat madaniyatini qaror toptirishga yordam beradi. Shuningdek, nazariy bilimlarning amaliy faoliyat bilan integratsiyalashuvini ta'minlab, bo'lajak jismoniy tarbiya va sport mutaxassislarining kasbiy kompetensiyalarini rivojlantirishga xizmat qiladi.

Jismoniy tarbiya mashg'ulotlarida o'yin va musobaqa metodlaridan pedagogik maqsadlarga muvofiq, tizimli va metodik jihatdan asoslangan holda foydalanish ta'lim sifatini oshirish, talabalarining jismoniy tayyorgarligini takomillashtirish hamda ularni kelajakdagi kasbiy faoliyatga puxta tayyorlashning muhim shartlaridan biri hisoblanadi.

#### Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati

1. Матвеев Л. П. Теория и методика физической культуры : учебник. – Москва : Физкультура и спорт, 1991. – 543 с.
2. Платонов В. Н. Теория и методика физической культуры. – Киев : Олимпийская литература, 2013. – 712 с.
3. Лях В. И. Методика физического воспитания школьников : учебное пособие. – Москва : Просвещение, 2012. – 191 с.
4. Бальсевич В. К. Физическая культура для всех и для каждого. – Москва : Физкультура и спорт, 2006. – 208 с.
5. Краснов В. Н. Педагогика физической культуры : учебное пособие. – Москва : Академия, 2008. – 176 с.
6. Ёлдошев Ш. Р. Жисмоний тарбия назарияси ва методикаси : ўқув қўлланма. – Тошкент : Ўқитувчи, 2015. – 256 б.
7. Каримов А. К. Спорт педагогикаси асослари : ўқув қўлланма. – Тошкент : Тафаккур, 2018. – 224 б.
8. Абдуллаев А., Хонкелдиев Ш. Х. Жисмоний тарбия назарияси ва методикаси : олий ўқув юртлири учун дарслик. – Тошкент : Ўқитувчи, 2005. – 300 б.

9. Саломов Р. С. Спорт машгулотларининг назарий асослари. – Тошкент : Ўқитувчи, 2007. – 238 б.
10. Верхошанский Ю. В. Основы специальной физической подготовки спортсменов. – Москва : Физкультура и спорт, 1988. – 331 с.
11. Неверович С. Д. Педагогика физической культуры и спорта. – Москва : Физическая культура, 2006. – 320 с.
12. Губа В. П., Родин А. В., Булькина Л. В., Зайнетдинов М. В. Теория и методика обучения базовым видам спортивных игр в системе физического воспитания : учебное пособие. – Москва : Советский спорт, 2023. – 286 с.
13. Standal Ø. Phenomenology and Pedagogy in Physical Education. – New York : Routledge, 2016. – 218 p.
14. Casey A., Kirk D. Applying Models-Based Practice in Physical Education. – London : Routledge, 2024. – 92 p.
15. Cardinale M., Varley M. C. Wearable training-monitoring technology: Applications, challenges, and opportunities // International Journal of Sports Physiology and Performance. – 2017. – Vol. 12, Suppl. 2. – P. S255–S262. – DOI: 10.1123/ijsp.2016-0537