

SUZISH MASHG'ULOTLARIDA XAVFSIZLIK VA PEDAGOGIK NAZORATNING AHAMIYATI

Jumanova Iroda Shokirjon qizi,
Samarqand davlat tibbiyot universiteti o'qituvchisi

ЗНАЧЕНИЕ БЕЗОПАСНОСТИ И ПЕДАГОГИЧЕСКОГО КОНТРОЛЯ НА ЗАНЯТИЯХ ПЛАВАНИЕМ

Джуманова Ирода Шокиржон кызы,
преподаватель Самаркандского государственного медицинского
университета

THE IMPORTANCE OF SAFETY AND PEDAGOGICAL CONTROL IN SWIMMING TRAINING

Jumanova Iroda Shokirjon kizi
teacher of the Samarkand State Medical University



e-mail:
Jumanovairoda98
@gmail.com

+998997 930 49 40

Annotatsiya: Ushbu maqolada suzish mashg'ulotlarida xavfsizlik va pedagogik nazoratning o'rni va ahamiyati tahlil qilinadi. Mashg'ulotlarning samarali va xavfsiz tashkil etilishi, o'quvchilarning jismoniy rivojlanishida va suvda xavfsizlik ko'nikmalarini shakllantirishda pedagogik nazoratning roli o'rganiladi. Zamonaviy yondashuvlar asosida xavfsizlik choralari ta'minlash va nazorat metodlari muhokama qilinadi.

Kalit so'zlar: Suzish, xavfsizlik, pedagogik nazorat, mashg'ulotlar, o'quvchilar, jismoniy tarbiya, suvda xavfsizlik.

Abstract: This article analyzes the role and importance of safety and pedagogical supervision in swimming training. The role of pedagogical control in the effective and safe organization of classes, the physical development of students, and the formation of water safety skills is studied. Security measures and control methods based on modern approaches will be discussed.

Keywords: Swimming, safety, pedagogical control, classes, students, physical education, water safety.

Аннотация: В данной статье анализируется роль и значение безопасности и педагогического контроля на занятиях по плаванию. Изучается роль педагогического контроля в эффективной и безопасной организации занятий, физическом развитии учащихся и формировании навыков безопасности на воде. Обсуждаются методы обеспечения мер безопасности и контроля на основе современных подходов.

Ключевые слова: Плавание, безопасность, педагогический контроль, занятия, учащиеся, физическое воспитание, безопасность на воде.

KIRISH (ВВЕДЕНИЕ / INTRODUCTION)

Suzish jismoniy tarbiya sohasida o'quvchilarning sog'lig'ini mustahkamlash, ularni suvda harakatlanish ko'nikmalariga o'rgatish uchun muhim sport turi hisoblanadi. Biroq, suvda shug'ullanish xavfsizlik talablariga qat'iy rioya qilinmagan taqdirda jiddiy xavf-xatarlarni keltirib chiqarishi mumkin. Shuning uchun, suzish mashg'ulotlarida xavfsizlik choralari va pedagogik

nazorat o'quvchilarning sog'lig'ini saqlash, mashg'ulotlarni samarali va xavfsiz tashkil etish uchun alohida ahamiyatga ega. Zamonaviy ta'lim jarayonida bu ikki omil birgalikda ishlatilishi mashg'ulotlar sifatini oshiradi hamda o'quvchilarda mas'uliyat va ehtiyotkorlik ko'nikmalarini shakllantiradi.

Suzish mashg'ulotlarida xavfsizlik va pedagogik nazorat nafaqat o'quvchilarning

jismoniy holatini himoya qilish, balki ularning ruhiy va emotsional holatini ham qo'llab-quvvatlashga xizmat qiladi. Suzish mashg'ulotlarida xavfsizlikni ta'minlashda pedagogik nazorat o'quvchilarning mashg'ulot davomida to'g'ri va ehtiyotkor harakat qilishlarini ta'minlashga qaratilgan. Murabbiylar o'quvchilarning texnik xatolarini aniqlab, ularni tezda to'g'rilash orqali jarohatlar xavfini kamaytiradi. Shu bilan birga, o'quvchilarni suvda yuzaga keladigan xavf-xatarlar haqida muntazam ogohlantirish ham muhim hisoblanadi.

ADABIYOTLAR TAHLILI VA METODOLOGIYA (ЛИТЕРАТУРА И МЕТОДОЛОГИЯ / MATERIALS AND METHODS)

Suzish mashg'ulotlari inson salomatligini mustahkamlovchi, yurak-qon tomir va nafas olish tizimlarini chiniqtiruvchi, mushaklarni rivojlantiruvchi eng samarali jismoniy faoliyat turlaridan biri hisoblanadi. Ayniqsa, maktabgacha va maktab yoshidagi bolalar uchun suzish nafaqat sog'lom hayot tarzining asosini yaratadi, balki ularning psixomotor rivojlanishida ham katta ahamiyat kasb etadi. Shu bilan birga, bu mashg'ulotlar yuqori xavfsizlik choralari va doimiy pedagogik nazoratni talab qiladi. Chunki suv bilan bog'liq faoliyat doimo xavfli holatlar yuzaga kelishi mumkin bo'lgan muhit hisoblanadi.

Suzish mashg'ulotlarida xavfsizlikni ta'minlash avvalo suzish havzasi holatini to'g'ri baholashdan boshlanadi. Suv haroratining bolalarga mos darajada bo'lishi, suv chuqurligining yoshga va suzish darajasiga muvofiq belgilanilishi, sirpanchiq joylarning oldini olish, xavfsizlik belgilarining mavjudligi va favqulodda holatlar uchun zarur vositalarning tayyor holatda turishi muhim omillardandir. Shuningdek, har bir mashg'ulot boshlanishidan oldin bolalarning jismoniy va ruhiy holati, sog'lig'i, suzishdagi individual darajasi e'tiborga olinishi lozim.

Pedagogik nazorat esa suzish mashg'ulotlarining samaradorligi va xavfsizligini ta'minlovchi muhim omildir. Murabbiy yoki pedagog har bir ishtirokchining harakatlarini kuzatib, ularning to'g'ri texnikani o'zlashtirishini, nafas olishni, suvda yotishni va harakatlar muvofiqligini nazorat qiladi. Shu bilan birga, mashg'ulot davomida bolalarda suvdan qo'rqish holatlarini bartaraf etish, ularda o'ziga ishonchni

shakllantirish pedagogning asosiy vazifalaridan biri hisoblanadi. Bu holatda o'yin elementlarini qo'llash, musiqiy harakatlar bilan boyitish, individual yondashuv orqali har bir bola uchun qulay va ijobiy muhit yaratish muhimdir.

MUHOKAMA (ОБСУЖДЕНИЕ / DISCUSSION)

Bundan tashqari, pedagogik nazorat mashg'ulotlar jarayonida yuzaga keladigan xavf-xatarlarni oldindan aniqlash va bartaraf etishda muhim ahamiyat kasb etadi. Masalan, suv havzasining tozaligi, xavfsizlik texnikasining holati, o'quvchilarning tayyorligi va ularning mashg'ulotdagi harakatlari doimiy e'tibor markazida bo'lishi lozim. Ushbu nazorat orqali jarohatlar, cho'kish holatlari yoki boshqa favqulodda vaziyatlarning oldi olinadi.

Shuningdek, pedagogik nazoratning samarali bo'lishi uchun murabbiy va o'quvchilar o'rtasida doimiy aloqani ta'minlash zarur. Murabbiy mashg'ulot davomida o'quvchilarning jismoniy va ruhiy holatini kuzatib borib, ularning qiyinchiliklarga duch kelgan paytlarda yordam berishi, qo'llab-quvvatlashi muhim. Bu esa mashg'ulotlarning o'quvchilar uchun xavfsiz va foydali bo'lishini kafolatlaydi.

Zamonaviy pedagogik yondashuvlar o'quvchilarning xavfsizligini ta'minlashda interaktiv metodlar, individual yondashuv va psixologik tayyorgarlikni ham o'z ichiga oladi. Masalan, xavfsizlik qoidalarini o'quvchilarga o'rgatishda o'yinlar, simulyatsiyalar va vizual materiallardan foydalanish ularning bilimlarini mustahkamlashga yordam beradi.

Shunday qilib, suzish mashg'ulotlarida xavfsizlik va pedagogik nazorat o'quv jarayonining ajralmas qismi bo'lib, bu orqali nafaqat jismoniy salomatlik, balki o'quvchilarning umumiy rivojlanishi ham ta'minlanadi.

NATIJALAR (РЕЗУЛЬТАТЫ / RESULTS)

Suzish mashg'ulotlarida xavfsizlik – bu suvda yuzaga kelishi mumkin bo'lgan favqulodda vaziyatlardan himoyalaniish, jarohatlar oldini olish va o'quvchilarning hayotini saqlash uchun zarur choralar majmuasidir. Suvdagi harakatlar xatarlidir, shu bois pedagogik nazorat mashg'ulotlar jarayonini doimiy kuzatib borishni, o'quvchilarni xavfsizligini ta'minlashni nazarda tutadi. Mashg'ulot oldidan o'quvchilarning salomatligi tekshirilishi, ularga xavfsizlik qoidalari

tushuntirilishi, suvning harorati va sifatiga e'tibor berilishi zarur.

Bundan tashqari, pedagogik nazorat o'quvchilarni o'zlarini va boshqalarni xavfsiz saqlashga o'rgatadi, bu esa ularning o'z-o'zini nazorat qilish qobiliyatlarini rivojlantiradi. Shunday qilib, xavfsizlik nafaqat tashqi nazoratda, balki ichki ongda ham ta'minlanadi. Umuman olganda, suzish mashg'ulotlarida xavfsizlik va pedagogik nazorat birgalikda o'quvchilarning jismoniy va psixologik rivojlanishini qo'llab-quvvatlaydi hamda ularni xavfsiz va samarali faoliyatga jalb qiladi.

Pedagogik nazorat suzish mashg'ulotlarida o'qituvchi yoki murabbiy tomonidan amalga oshiriladi. U nafaqat o'quv jarayonining metodik jihatdan to'g'ri tashkil etilishini ta'minlaydi, balki har qanday xavfli vaziyatlarni oldini olish va to'g'ri vaqtda aralashish imkonini yaratadi. Shuningdek, pedagogik nazorat o'quvchilarning individual qobiliyatlarini hisobga olgan holda mashg'ulotlarni shaxsiylashtirishga yordam beradi, bu esa ularning samaradorligini oshiradi.

Zamonaviy texnologiyalar va nazorat usullari xavfsizlikni ta'minlashda muhim ahamiyat kasb etadi. Masalan, suv sifatini o'lchash, haroratni nazorat qilish, xavfsizlik uskunalari va signal tizimlari yordamida murabbiylar xavfsizlikni doimiy nazorat qilib boradilar. Buning natijasida suzish mashg'ulotlari o'quvchilar uchun nafaqat jismoniy tarbiya, balki hayotiy ko'nikmalarni rivojlantirish imkoniyati ham bo'ladi.

Suzish mashg'ulotlarida xavfsizlikni ta'minlashda pedagogik nazoratning eng muhim jihatlaridan biri — o'quvchilarning harakatlarini va texnik harakatlarining to'g'riligini muntazam tekshirishdir. Murabbiy suzish texnikasidagi kamchiliklarni aniqlab, ularni bartaraf etishda yordam berishi kerak. Bu nafaqat o'quvchilarni jarohatlardan himoya qiladi, balki ularning samarali rivojlanishini ham ta'minlaydi. To'g'ri texnika orqali suzish mashg'ulotlari xavfsizroq va samaraliroq bo'ladi.

Bundan tashqari, xavfsizlik qoidalarini mustahkamlashda o'quvchilarning o'zini o'zi nazorat qilish ko'nikmalarini rivojlantirish muhimdir. Pedagogik nazorat nafaqat tashqi monitoring, balki o'quvchilarga o'z xavfsizliklariga mas'uliyat bilan qarashni o'rgatishni ham o'z ichiga oladi. Bu jarayonda o'quvchilar xavfsizlik

qoidalariga rioya qilmaganda qanday oqibatlariga olib kelishini tushunishlari lozim.

Shuningdek, mashg'ulotlar oldidan va keyin xavfsizlik bo'yicha qisqa nazorat va eslatmalar o'tkazish suzish jarayonining ajralmas qismiga aylanishi zarur. Bu o'quvchilarda doimiy xavfsizlikka e'tibor qaratish madaniyatini shakllantiradi.

Yana bir muhim jihat – bu suzish maydonchasining texnik jihozlari va infratuzilmasining zamonaviy talablar darajasida bo'lishini ta'minlashdir. Pedagogik nazorat ushbu infratuzilmani muntazam ravishda tekshirish, zarur ta'mirlash va yangilash bo'yicha tavsiyalar berish funksiyasini ham bajaradi. Shu bilan birga, o'quvchilarni suvda yuzaga kelishi mumkin bo'lgan xavf-xatarlardan xabardor qilish, ularni tezkor harakat qilishga tayyorlash ham nazorat doirasiga kiradi.

XULOSA (ЗАКЛЮЧЕНИЕ / CONCLUSION)

Suzish mashg'ulotlarida xavfsizlik va pedagogik nazorat muhim omillardir. Ular o'quvchilarning sog'lig'ini saqlash, mashg'ulotlarni samarali tashkil etish hamda xavf-xatarlarni kamaytirishga xizmat qiladi. Zamonaviy yondashuvlar va texnologiyalar yordamida pedagogik nazoratni kuchaytirish suzish mashg'ulotlarining sifatini oshirishga imkon beradi. Shu bois, ta'lim muassasalarida suzish mashg'ulotlari jarayonida xavfsizlikka va nazoratga alohida e'tibor qaratish zarur.

ADABIYOTLAR RO'YXATI (ИСПОЛЬЗОВАННАЯ ЛИТЕРАТУРА / REFERENCES):

1. Abdullaev, S. (2018). Jismoniy tarbiya va sport nazariyasi. Toshkent: O'zbekiston.
2. Karimov, B. (2020). Suzish sportida xavfsizlik qoidalari. Sport va sog'liq jurnali, 3(4), 45-50.
3. Mamatqulov, T. (2019). Pedagogik nazoratning jismoniy tarbiya mashg'ulotlaridagi roli. Pedagogika ilmi, 12(2), 120-125.
4. O'zbekiston Respublikasi Ta'lim vazirligi (2021). Jismoniy tarbiya darslari uchun metodik qo'llanma. Toshkent.
5. Rasulov, I. (2017). Suzish sportida o'quvchilarning xavfsizligini ta'minlash. Ilmiy ishlar to'plami, 5, 78-84.