

Sport va musiqaning inson tarbiyasidagi psixologik omillari: integratsiyali yondashuv va tarbiyaviy ta'siri

Fazliddin Odiljon o'g'li Inatullayev

Annotatsiya: Sport va musiqa inson tarbiyasida muhim o'rin tutib, uning ruhiy, emotsional va intellektual rivojlanishiga ijobiy ta'sir ko'rsatadi. Sport iroda, jismoniy va ruhiy barqarorlikni rivojlantirsa, musiqa esa insonning emotsional va ijodiy tafakkurini shakllantiradi. Bu yondashuv fanlararo bog'liqlikni ta'minlab, o'quvchilarning chuqur bilimga ega bo'lishiga hamda ularni amaliy hayotga tayyorlashga xizmat qiladi. integratsiyali yondashuv nafaqat o'quvchilarning bilim darajasini oshirishga, balki ularning ma'naviy va axloqiy jihatdan yetuk shaxs bo'lib shakllanishiga ham xizmat qiladi. O'qituvchilar va ta'lim tizimi mutaxassislari integratsiyali yondashuvni samarali qo'llash orqali kelajak avlodni har tomonlama yetuk shaxs sifatida tarbiyalashlari mumkin.

Kalit so'zlar: kelajak avlod, integratsiya, fanlararo bog'liqlik, sport va musiqa, o'quvchilar, integratsiyali yondashuv, ma'naviy va axloqiy jihat

Psychological factors of sports and music in human education: an integrated approach and educational impact

Fazliddin Odiljon o'glu Inatullayev

Abstract: Sports and music play an important role in human education and have a positive effect on their spiritual, emotional and intellectual development. While sports develop willpower, physical and mental stability, music forms a person's emotional and creative thinking. Therefore, sports and music should take a special place in the life of every person. This approach provides interdisciplinary connections, helps students gain deep knowledge and prepares them for practical life. An integrated approach not only increases the level of knowledge of students, but also helps them become spiritually and morally mature individuals. Teachers and education system specialists can educate the future generation as comprehensively mature individuals by effectively applying an integrated approach.

Keywords: future generation, integration, interdisciplinary connection, sports and music, students, integrated approach, spiritual and moral aspect

Zamonaviy ta'lim jarayonida integratsiyali yondashuv muhim o'rin tutadi. Bu yondashuv fanlararo bog'liqlikni ta'minlab, o'quvchilarning chuqur bilimga ega

bo'lishiga hamda ularni amaliy hayotga tayyorlashga xizmat qiladi. Shu bilan birga, tarbiya jarayoni ham uzviy ravishda integratsiyalashgan holda olib borilsa, o'quvchilarning axloqiy, estetik va ma'naviy jihatdan rivojlanishiga katta ta'sir ko'rsatadi. Ushbu maqolada integratsiyali yondashuvning ta'lim va tarbiyadagi roli keng qamrovli yondashuv asosida tahlil qilinadi.

Integratsiyali yondashuvning mohiyati. Integratsiyali yondashuv turli fanlarni o'zaro bog'lash orqali bilimlarni yaxlit holda o'zlashtirishga imkon beradi. Bu yondashuv quyidagi tamoyillarga asoslanadi:

1. Fanlararo bog'liqlik - har xil fanlarning umumiy jihatlari va ular o'rtasidagi aloqadorlikni ochib berish.

2. Amaliy yo'naltirilganlik - nazariy bilimlarni real hayotga tatbiq etish imkoniyati yaratish.

3. Tarbiyaviy yondashuv - bilim berish jarayonida axloqiy va ma'naviy qadriyatlarni shakllantirish.

4. Mustaqil fikrlashni rivojlantirish - o'quvchilarning turli fanlar bo'yicha umumiy xulosalar chiqarish qobiliyatini shakllantirish.

5. Ijodiy yondashuv - o'quvchilarning yangilik yaratish va muammolarga innovatsion echim topish qobiliyatini rivojlantirish.

Integratsiyali yondashuvning tarbiyaviy ta'siri. Ta'lim jarayonida integratsiyali yondashuv qo'llanilganda, tarbiya ham shunga mos ravishda olib boriladi. Bu usul quyidagi tarbiyaviy natijalarga erishishda yordam beradi:

1. Axloqiy tarbiya - o'quvchilar turli fanlar orqali insoniy fazilatlarni o'zlashtiradilar. Masalan, adabiyot darslarida insonparvarlik, mehr-oqibat kabi qadriyatlar o'rgatiladi, bu esa amaliyotda ijtimoiy munosabatlarga ta'sir qiladi.

2. Estetik tarbiya - san'at, adabiyot va tarix fanlari bilan integratsiyalashgan holda o'quvchilarning go'zallikni his qilish qobiliyati rivojlanadi. Bu jarayon rasm chizish, musiqiy ta'lim, me'moriy yodgorliklar haqida bilim berish orqali amalga oshiriladi.

3. Vatanparvarlik tarbiyasi - tarix, geografiya va adabiyot fanlari orqali milliy g'urur va vatanparvarlik hissini shakllantirish. Bu yondashuv yosh avlodga o'z xalqining tarixi va madaniyatini chuqur anglash imkonini beradi.

4. Ijodiy fikrlashni rivojlantirish - fanlararo bog'liqlik orqali o'quvchilarni yangilik yaratishga undash. Bu usul muammolarni hal qilish qobiliyatini oshirishga, innovatsion g'oyalarga asoslangan bilimlarni shakllantirishga xizmat qiladi.

5. Ekologik tarbiya - biologiya, kimyo va geografiya fanlari orqali o'quvchilarda tabiatga nisbatan hurmat hissini uyg'otish. Bu orqali ular atrof-muhit muhofazasiga oid mas'uliyatni his etadilar.

Integratsiyali yondashuvning amaliyotda qo'llanilishi. Integratsiyali yondashuvning samaradorligini oshirish uchun quyidagi amaliy usullar qo'llanilishi mumkin:

1. Loyiha asosida o'qitish - turli fanlarni birlashtirgan holda loyiha ishlari orqali bilimlarni mustahkamlash.

2. Interfaol mashg'ulotlar - guruhlarda ishlash, muhokama va bahs-munozara orqali mavzularni yanada chuqurroq o'rganish.

3. Tajribaviy ta'lim - amaliy tajribalar orqali o'quvchilarning bilimlarini real hayotga tatbiq etish imkoniyatini yaratish.

4. Madaniy-tarixiy ekskursiyalar - fanlarni hayot bilan bog'lash maqsadida tarixiy joylarga, muzeylarga tashrif buyurish.

Sport va musiqa insonning jismoniy va ma'naviy kamolotida katta ahamiyat kasb etadi. Ular insonning ruhiy holatiga, irodasiga va hayotga bo'lgan qarashlariga ijobiy ta'sir ko'rsatadi. Quyida sport va musiqaning inson tarbiyasidagi asosiy psixologik omillarini ko'rib chiqamiz.

Sport insonning nafaqat jismoniy, balki ruhiy holatini ham yaxshilaydi. Quyidagi psixologik omillar sport bilan shug'ullanish natijasida shakllanadi:

Iroda va intizom - Sport bilan shug'ullanuvchi inson o'z oldiga aniq maqsadlar qo'yib, ularga erishish uchun intizomli bo'lishi lozim. Bu esa uning kundalik hayotida ham foydali ko'nikmalar hosil qiladi.

Stressni kamaytirish - Jismoniy mashg'ulotlar vaqtida inson organizmida endorfin (baxt gormoni) ajralib chiqadi, bu esa kayfiyatni yaxshilaydi va stressni kamaytiradi.

O'ziga ishonch - Sport bilan muntazam shug'ullangan inson o'z jismoniy va ruhiy imkoniyatlariga ishonch hosil qiladi, bu esa uning hayotiy faoliyatida ham namoyon bo'ladi.

Jamoada ishlash ko'nikmasi - Jamoaviy sport turlari insonni hamkorlik qilishga, o'zaro hurmat va ishonchni shakllantirishga o'rgatadi.

Motivatsiya va maqsad sari harakat - Sportchi natijaga erishish uchun uzluksiz mehnat qiladi, bu esa hayotdagi boshqa maqsadlarga ham erishishga yordam beradi.

Musiqa inson ruhiyatiga katta ta'sir ko'rsatadi va uning ma'naviy kamolotida muhim o'rin tutadi. Musiqa orqali quyidagi psixologik omillar rivojlanadi:

Emotsional barqarorlik - Musiqa inson ruhiy holatini tartibga solib, depressiya va bezovtalikni kamaytiradi.

Ijodiy tafakkurni rivojlantirish - Musiqa bilan shug'ullanuvchi insonlarning ijodiy qobiliyatlari yuqori bo'ladi. Ular dunyoni yangicha ko'rish va ifodalashga intiladi.

Diqqatni jamlash - Musiqa asboblari chalish yoki qo'shiq kuylash odamni diqqatini jamlashga o'rgatadi, bu esa boshqa sohalarda ham muvaffaqiyatga erishishga yordam beradi.

Madaniy ong va estetik didni shakllantirish - Musiqa insonning san'atga bo'lgan qiziqishini oshirib, uning madaniy ongini yuksaltiradi.

Tinchlantiruvchi ta'sir - Klassik va instrumental musiqalar insonni tinchlantiradi, stress va asabiylilikni bartaraf etadi.

Xulosa qilib shuni aytish kerakki, integratsiyali yondashuv nafaqat o'quvchilarning bilim darajasini oshirishga, balki ularning ma'naviy va axloqiy jihatdan yetuk shaxs bo'lib shakllanishiga ham xizmat qiladi. Shuning uchun zamonaviy ta'lim tizimida ushbu yondashuvni kengroq joriy etish muhim ahamiyat kasb etadi. O'qituvchilar va ta'lim tizimi mutaxassislari integratsiyali yondashuvni samarali qo'llash orqali kelajak avlodni har tomonlama yetuk shaxs sifatida tarbiyalashlari mumkin. Shu sababli, ta'lim jarayoniga yangicha metodologiyalarni joriy etish va pedagoglarning malakasini oshirish ushbu yondashuvning natijadorligini yanada oshiradi. Sport va musiqa inson tarbiyasida muhim o'rin tutib, uning ruhiy, emotsional va intellektual rivojlanishiga ijobiy ta'sir ko'rsatadi. Sport iroda, jismoniy va ruhiy barqarorlikni rivojlantirsa, musiqa esa insonning emotsional va ijodiy tafakkurini shakllantiradi. Bu yondashuv fanlararo bog'liqlikni ta'minlab, o'quvchilarning chuqur bilimga ega bo'lishiga hamda ularni amaliy hayotga tayyorlashga xizmat qiladi. integratsiyali yondashuv nafaqat o'quvchilarning bilim darajasini oshirishga, balki ularning ma'naviy va axloqiy jihatdan yetuk shaxs bo'lib shakllanishiga ham xizmat qiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. К.Б. Холиков. Диезли мажор ва минор тоналлигини аниқлашнинг оптимал усуллари. Science and Education 3 (9), 416-421.
2. К.Б. Холиков. Бемолли мажор ва минор тоналлигини аниқлашнинг оптимал усуллари ва креативлиги. Science and Education 3 (10), 533-539.
3. К.Б. Холиков. Теоретические основы определения механических свойств музыкальных и шумовых звуков при динамических воздействиях.. Scenfific progress 2.
4. К.Б. Холиков. Место творческой составляющей личности преподавателя музыки и её роль в обучении детей общеобразовательной школе. Science and Education 3 (8), 145-150.
5. KB Kholikov. Harmony to voice exercise their role in the regulation of muscular activity in vocal music. Scopus, musical education., 705-709.
6. KB Kholikov. The content of a music lesson in a comprehensive school. Web of Science Magazine, 1052-1059.
7. KB Kholikov. Polyphonic forms of music based on traditional organizational principles. Web of Science Magazine, 375-379.
8. KB Kholikov. signs. The main elements of music, their formative action. Melody. Theme. Web of Science 2, 720-728.
9. KB Kholikov. The role of theory and application of information systems in the field of theory, harmony and polyphony of music. musical education - Web of Science, 1044-1051.

10. К.Б. Холиков. Область применения фугированных форм. Тройные и четверные фуги. Фугетта и Фугато. *Scientific progress*, 2.
11. К.Б. Холиков. Форма музыки, приводящие к структурной, драматургической и семантической многовариантности произведения. Журнал *Scientific progress* 2 (№ 4), 955-960.
12. К.Б. Холиков. Проблематика музыкальной эстетики как фактическая сторона повествования. *Science and Education* 3 (5), 1556-1561.
13. К.Б. Холиков. Проблема бытия традиционной музыки Узбекистана. *Science and Education* 3 (5), 1570-1576.
14. К.Б. Холиков. Отличие музыкальной культуры от музыкального искусства в контексте эстетика. *Science and Education* 3 (5), 1562-1569.
15. К.Б. Холиков. Пение по нотам с сопровождением и без него по классу сольфеджио в высших учебных заведениях. *Science and Education* 3 (5), 1326-1331.
16. К.Б. Холиков. *Musical pedagogy and psychology*. *Bulletin of science and education*. 99 (21-2), 58-61.
17. К.Б. Холиков. Значение эстетического образования и воспитания в общеобразовательной школе. *Science and Education* 3 (5), 1549-1555.
18. К.Б. Холиков. Эстетическое воспитание молодёжи школьного возраста в сфере музыки. *Science and Education* 3 (5), 1542-1548.
19. К.Б. Холиков. *Methods of musical education through education in universities*. *musical education - Web of Science* 3 (66), 57-60.
20. К.Б. Холиков. Роль педагогических принципов метода моделирования, синтеза знаний при моделировании музыкальных систем. *Science and Education* 3 (3), 1032-1037.
21. К.Б. Холиков. Музыка как релаксатор в работе мозга и ракурс ресурсов для решения музыкальных задач. *Science and Education*. 3 (3), 1026-1031.
22. К.Б. Холиков. Музыкальное образование и имитационное моделирование процесса обучения музыки. *Science and Education* 3 (3), 1020-1025.
23. К.Б. Холиков. Теоретические особенности формирования музыкальных представлений у детей школьного возраста. *Scientific progress* 2 (4), 96-101.
24. К.Б. Холиков. Необходимые знание в области проектирования обучения музыкальной культуры Узбекистана. *Scientific progress* 2 (6), 952-957.
25. К.Б. Холиков. Некоторые методические трудности, возникающие при написании общего решения диктанта по предмету сольфеджио. *Scientific progress*. 2 (№3), pp. 734-742.
26. К.Б. Холиков. К вопросу вокальной музыке об адресате поэтического дискурса хора. *Scientific progress*. 2 (№ 3), pp. 1087-1093.

27. К.Б. Холиков. Роль электронного учебно-методического комплекса в оптимизации музыкального обучение в общеобразовательной школе. *Scientific progress* 2 (4), 114-118.

28. К.Б. Холиков. Модульная музыкальная образовательная технология как важный фактор развития учебного процесса по теории музыки. *Scientific progress* 2 (4), 370-374.

29. К.Б. Холиков. Вокал, вокалист, вокализ. Ария, ариозо и ариетта. *Science and Education* 3 (2), 1188-1194.

30. К.Б. Холиков. Характерная черта голоса у детей, певческая деятельность. *Science and Education* 3 (2), 1195-1200.