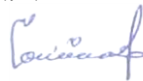


ДОНИШГОҲИ ДАВЛАТИИ ОМУЗГОРИИ
ТОҶИКИСТОН БА НОМИ САДРИДДИН АЙНӢ

Бо ҳуқуқи дастнавис



ВБД: 371+376.5:796/799(575,3)

САИДАЛИЗОДА УМЕДЧОН РАМАЗОН

**ХУСУСИЯТҲОИ ТАШКИЛӢ-ПЕДАГОГИИ
ТАШАККУЛИ МАЙЛУ РАҒБАТИ НАВРАСОНИ
ДУШВОРТАРБИЯ БА ВАРЗИШ ВА ТАРБИЯИ
ҶИСМОНӢ (ДАР МИСОЛИ БОЗИҶОИ
ВАРЗИШИИ МИЛЛӢ)**

Автореферати

диссертатсия барои дарёфти унвони
номзади илмҳои педагогӣ аз рӯи ихтисоси 5.3. - Педагогика
(5.3.1. – Педагогикаи умумӣ, таърихи педагогика
ва таҳсилот)

ДУШАНБЕ – 2026

Диссертатсия дар заминаи кафедраи педагогикаи умумидонишгоҳии Донишгоҳи давлатии омӯзгории Тоҷикистон ба номи Садриддин Айни иҷро шудааст.

Рохбари илмӣ: **Солеҳзода Мадина Солеҳ** – номзади илмҳои педагогӣ, дотсенти кафедраи психологияи умумӣ ва педагогии факултети психологияи ДДОТ ба номи С.Айни

Муқарризони расмӣ: **Сафаров Шодӣ Асомуродович**, доктори илмҳои педагогӣ, Президенти Академияи таҳсилоти Тоҷикистон;

Ализода Сабринисо Тиллав – номзади илмҳои педагогӣ, дотсенти кафедраи забон ва адабиёти руси Донишгоҳи байналмилалӣ сайёҳӣ ва соҳибкорӣ Тоҷикистон.

Муассисаи пешбар: Донишкадаи тарбияи ҷисмонӣ Тоҷикистон ба номи Саидмуъмин Раҳимов

Ҳимояи диссертатсия санаи 11.12.2026, соати 11:00 дар Шурои диссертатсионӣ 6D.KOA-147 назди Донишгоҳи давлатии Кӯлоб ба номи Абуабдуллоҳи Рӯдакӣ (735360, ш. Кӯлоб, кӯчаи С. Сафаров, 16), ошёнаи 3-юми бинои маъмурӣ, толори Шурои диссертатсионӣ баргузор мегардад. E-mail: davlatzodamirali1980@mail.ru; рақами телефони котиби илмӣ: (+992) 980-00-00-54.

Бо матни диссертатсия ва автореферати он тавассути сомонаи www.kgu.tj ва дар китобхонаи илмӣ Донишгоҳи давлатии Кӯлоб ба номи Абуабдуллоҳи Рӯдакӣ (735360, ш. Кӯлоб, кӯчаи С. Сафаров, 16) шинос шудан мумкин аст.

Автореферат санаи «___» _____ 2026 фиристода шуд.

Котиби илмӣ Шурои диссертатсионӣ,
номзади илмҳои педагогӣ,
и.в. дотсент:



Давлатзода М.А.

МУҚАДДИМА

Мубрамии мавзуи таҳқиқот. Тағйироти ҷомеаи имрӯза дар баробари дигар зинаҳо, соҳаи маорифро низ фарогир буда, масъалаи афзоиши теъдоди кӯдакону наврасони душвортарбия, корҳои пешгирӣ ва ислоҳи шаклҳои гуногуни нуксонҳои рафтори ин гурӯҳ аз мадди назари ҳукумати кишвар низ безътибор намондааст.

Новобаста аз ин, бухрони иҷтимоию иқтисодии ҷомеаи муосир, ба муассисаҳои таҳсилоти миёнаи умумӣ, аз ҷумла муассисаҳои таҳсилоти махсус (мактаб-интернатҳо, хонаи кӯдакон ва ғайра) низ таъсири манфии худро расонида, тафовут байни табақаҳои ҷомеа, коҳиши тавачҷуҳи насли ҷавон (кӯдакон, наврасон ва ҷавонон) ба тарбияи ҷисмонӣ ва варзиш боиси афзоиши тамоюлҳои манфӣ дар рафтори ин гурӯҳ гардидааст. Муносибати манфӣ ва бефарқ ба зиндагӣ дар бисёр хонандагон ҳисси бепарвоя, фишори психологӣ ва бетафовутӣ нисбат ба худ ва атрофиёро ба вучуд оварда, дар натиҷа сатҳи ҷинояткорӣ миёни хонандагони муассисаҳои таълимӣ, бахусус дар синни наврасӣ меафзояд.

Вобаста ба ин, тавре маълум аст, яке аз марҳалаҳои муҳимми ташаккули шахсияти бачагон, давраи мактабӣ буда, маҳз дар ҳамин давра вақт асосҳои шахсият гузошта шуда, тамоми хислатҳои асосии рафтор ва муносибат ба ҷомеаву худ ташаккул меёбанд. Барои ҳалли ин вазифаҳо фанҳои таълимӣ, дар радифи тарбияи ҷисмонӣ ва варзиш низ нақшгузор бошанд ҳам, вале сарфи назар аз имконияти мавҷуда, раванди тарбияи ҷисмонӣ ва варзиш бештар ба азхудкунии маҳорат ва малақаҳои амалӣ нигаронида шуда, вазифаи тарбияи ахлоқӣ ва маънавӣ ба ҷои дуҷум гузошта мешавад. Ҳалли ин мушкилот имконпазир аст, яъне тавассути ҷалби наврасон ба фаъолиятҳои иҷтимоии муҳим, ки истифодаи мақсадноки воситаҳои усулҳои тарбияи ҷисмонӣ ва истифодаи корҳои ислоҳӣ имкон

медихад, ҳолати ҷисмонӣ, ахлоқӣ ва психологии хонандагон баргараф гарданд.

Вобаста ба масъалаи таҳқиқшаванда, чойгоҳ ва сахми Пешвои муаззами миллат, Президенти кишвар, мухтарам Эмомалӣ Раҳмон дар пешрафту инкишофи низоми соҳаи маориф нисбати соҳаҳои дигар назаррас мебошад. Аз ҷумла, дар яке аз баромадхояшон махсус таъкид гардидааст, ки: «Мо бояд наврасону ҷавонро дар руҳияи эҳтиром ба муқаддасоти миллӣ, қонун, тартибот ва риояи ҳатмӣ тарбия намоем, бо талаботи қонун онҳоро аз таъсири харобиовари падидаҳои номатлуби ҷаҳони муосир, аз қабилӣ ифротгарӣ, нашъамандӣ, умуман, аз ҳама гуна ҷинойтҳо ҳифз намуда, то ҳадди имкон дар байни онҳо тарзи ҳаёти солимро тарғиб намоем» [61, с.36]. Мазмунӣ ин гуфтаҳо маънии муносири педагогиро дар самти тарбияи наврасон ва ҷавонон инъикос менамояд, ки асоси онро ташаккули низоми устувори арзишҳои маънавӣ шаҳрвандӣ ташкил медиҳад. Дар маркази ин раванд тарбияи эҳтиром ба муқаддасоти миллӣ, риояи қонун ва нигоҳдории тартиботи ҷамъиятӣ қарор дошта, онҳо ҳамчун унсурҳои муҳими худшиносии миллӣ ва шаҳрвандӣ баромад мекунанд.

Дар ин замина, аҳамияти махсус ба тарбияи пешгирикунанда дода мешавад, ки ба ҳифзи шахсият аз таъсири манфии равандҳои ҷаҳонишавӣ ва иҷтимоӣ равона гардидааст. Зикри чунин падидаҳо, ба мисли ифротгарӣ, нашъамандӣ ва ҷинойткорӣ, зарурати ташаккули устувори психологӣ, тафаккури интиқодӣ ва масъулияти иҷтимоӣ ҷавонро таъкид менамояд. Аз ин лиҳоз, тарбия на танҳо воситаи интиқоли меъёр ва арзишҳо, балки омили муҳими таъмини амнияти шахсӣ ва ҷамъиятӣ низ ба ҳисоб меравад.

Ҳамзамон, таъкид ба тарғиби тарзи ҳаёти солим аз хусусияти мукаммали раванди тарбия дарак медиҳад, ки он ҷанбаҳои ҷисмонӣ, ахлоқӣ ва психологии рушди шахсиятро дар бар мегирад. Ташаккули муносибати

мусбат ба тарзи ҳаёти солим ҳамчун воситаи пешгирии душвортарбиягӣ ва таҳкими саломатии равонию ҷисмонии наврасон ва ҷавонон арзёбӣ мегардад.

Дар ин радиф, асосҳои меъёрӣ-ҳуқуқии мавзӯи таҳқиқот дар Қонуни Ҷумҳурии Тоҷикистон «Дар бораи маориф» [40], Қонуни Ҷумҳурии Тоҷикистон «Дар бораи масъулият барои таълиму тарбияи кӯдак» аз 20 июни 2024, №2049. [41], «Консепсияи миллии тарбия дар Ҷумҳурии Тоҷикистон» [37], Қонуни Ҷумҳурии Тоҷикистон «Дар бораи ҳифзи ҳуқуқҳои кӯдак» [42], «Барномаи рушди тарбияи ҷисмонӣ ва варзиш дар Ҷумҳурии Тоҷикистон барои солҳои 2022-2026: замима ба қарори Ҳукумати Ҷумҳурии Тоҷикистон аз 30 декабри соли 2021, №568» [13] ва ғайраҳо ба таври мушаххас дарҷ гардидаанд.

Робита ба ин, масъалаи вайроншавии ахлоқи наврасон яке аз нуктаҳои ба шумор меравад, ки ҳамеша зери назорати омӯзгорон, ҳуқуқшиносон, сотсиологон, психологон, волидон ва дигарон қарор дорад. Одатан, наврас олами ҷиссиёти худро таҳлил ва ба рафтори худ баҳогузорӣ намуда, ҳушро ҳамеша бо калонсолон муқоиса мекунад. Бо мақсади ташаккул ва ислоҳи арзишҳои маънавии шахсият, ҷуброни норасоӣҳои тарбияи оилавӣ, инчунин баланд бардоштани сатҳи саломатии ҷисмонӣ ва психикии наврасони душвортарбия, муассисаҳои таҳсилоти миёнаи умумӣ ва муассисаҳои таълимии махсус бо истифодаи роҳи усулҳои муосири тарбия фаъолияти худро ба роҳ мондаанд.

Ҳарчанд фаъолияти тарбияи ҷисмонӣ ва варзишӣ имконияти зиёдеро барои таъсир ба саломатии ҷисмониву психикии наврасон ва рафтори онҳо дар бар мегирад, вале тартиби муосири ташаккулёфтаи чунин фаъолият бо наврасон имкон намедихад, ки иқтидори инсонгароии тарбияи ҷисмонӣ ва варзиш самаранок истифода бурда шавад. Ин нукта воситаҳои тарбияро пешниҳод мекунад, ки онҳо самти равшан ифодаёфтаи инсонгарой дошта, барои ҳалли як қатор вазифаҳои педагогӣ-психологӣ оид

ба тарбия, таҳсил ва ташкили фароғати наврасон пешбинӣ шудаанд. Барои ҳалли ин вазифаҳо қатори яклухти иқдомҳои педагогӣ-психологӣ истифода шуда, миёни онҳо бозихҳои варзишии миллӣ низ бетаъсир нестанд.

Ҳамин тавр, ихтилофҳо дар чараёни корҳои педагогӣ-психологӣ бо наврасони душвортарбия, татбиқи технологияҳои нави таълиму тарбия, аз ҷумла истифодаи бозихҳои варзишии миллӣ, ки таъсири инсонгарой ба шахсияти онҳоро пешбинӣ менамоянд ва таҳқиқи нокифояи назариявӣ усули методии асосҳои он, мушаххас набудани истифодаи бозихҳои варзишии миллӣ дар таълиму тарбия ва корҳои илмӣ бо наврасони душвортарбия ошкор ва **мубрамиати** мавзуи илмӣ муайян гардид.

Дарачаи таҳқиқи мавзуи илмӣ. Масъалаҳо оид ба қори тарбиявӣ бо наврасон, аз ҷумла душвортарбиягон, дар асарҳои олимону мутахассисони ватаниву хориҷӣ Лутфуллоев М. [46], Шарифзода Ф. [80], Каримова И. Х. [33], Қодиров Б. [32], Нуров А. [56], Шарипов В. Д. [81], Мачидова Б. [48], Шукуров Т. [83], Зубайдов У. [27], Суяркулов Т. [74], Сафаров В.Д. [68], Файзализода Ҷ. [77], Намозов Т. [53], Алемаскин М. А. [2], Баженов В. Г. [10], Беличева С.А. [15], Вертсинская Н. Н. [19], Зотов Ю. И. [28], Кочетов А.И. [36], Макаренко А. С. [49], Мариенко И.С. [50], Натазон Э.Ш. [54], Невский И.А. [55], Петровский А.В. [60], Сухомлинский В.А. [73], Фелдштейн Д. И. [79] ва дигар муаллифони баррасӣ шудаанд. Ба тасдиқи онҳо, усули самараноктари баргараф кардани душвортарбиягии наврасон ва ҷалби онҳо ба фаъолияти таълиму тарбия ва ҳаёти ҷамъиятӣ, аз ҷумла тарбияи ҷисмонӣ ва варзиш (дар мисоли бозихҳои варзишии миллӣ) бо тағйири минбаъдаи нишонаҳои мусбӣи ҳислат махсус меёбад.

Омузиши сабабҳои пайдоиш ва ташаккули рафтори зиддиҷамъиятии кӯдакону наврасон ва илҳами он, аз ҷумла бо истифодаи воситаҳои тарбияи ҷисмонӣ ва варзиш (дар

мисоли бозихои варзишии миллӣ), мавзуи таҳқиқоти психологӣ-педагогӣ буда, чунин таҳқиқотҳо дар чараёни машғулиятҳои варзишии гуногун (Асоев М.Х. [8], Намозов Т. [53], Саидова Ш.А. [65], Сафаров Ш.А. [67], Турсунов Н.Н. [76], Зотов Ю.И. [28], Кабачков В.А. [31], Синякин М.П. [70] ва диг.) гузаронда шудаанд. Машғул шудан ба машқҳои ҷисмониро воситаи муҳимми инкишофи ахлоқӣ, ҷисмонӣ, психикӣ ва дигар ҷиҳатҳои инкишофи муносиби шахсият ҳисоб кардан мумкин аст (Сафаров Ш.А. [67], Намозов Т. [53], Давлятов Х.С. [24], Қурбонова Г. [38], Лубишев Л.И. [47], Лесгафт П.Ф. [44], Виленский М.Я. [20] ва диг.). Вазифаҳои тарбияи ҷисмонӣ ва варзиш бевосита тавассути таъсир ба ҷаҳони маънавӣ ва ҳиссиӣ шахсият, дар заминаи мусбати ҳоси онҳо зоҳир мешаванд (Ғадоев М. [23], Фозилов С. [78], Кабачков В.А. [31], Лубишев Л.И. [47], Биховская И.М. [16], Столяров В.И. [71] ва диг.).

Робитаи таҳқиқот бо барномаҳо (лоиҳаҳо) ва ӯ мавзӯҳои илмӣ. Рисолаи илмӣ мазкур дар доираи нақшаи корҳои илмӣ-таҳқиқотӣ кафедраи тарбияи ҷисмонӣ ва мудофияи граждани ва педагогикаи умумидонишгоҳии ДДОТ ба номи С. Айнӣ мавриди пажӯҳиш қарор гирифта, мазмун ва мундариҷаи он бо барномаҳои таълимии ихтисосҳои педагогӣ - психологӣ робитаи зич дорад. Мақсад ва вазифаҳои рисолаи мазкур дар самти татбиқи усулҳои муосири таълим ва тарбияи наврасони душвортарбия, ки иҷрои онҳо дар барномаҳои давлатӣ таъкид ҷӯфтааст, мусоидат мекунад. Мазмун ва мундариҷаи рисола дар амалӣ намудани талаботи Қонуни Ҷумҳурии Тоҷикистон «Дар бораи маориф» (2013), Қонуни Ҷумҳурии Тоҷикистон «Дар бораи масъулият барои таълим ва тарбияи кӯдак» (2024), Қонуни Ҷумҳурии Тоҷикистон «Дар бораи тарбияи ҷисмонӣ ва варзиш» (2012), Барномаи рушди тарбияи ҷисмонӣ ва варзиш дар Ҷумҳурии Тоҷикистон барои солҳои 2022–2026 (2021), «Консепсияи миллии тарбия дар Ҷумҳурии Тоҷикистон» (2006), саҳм дорад.

Инчунин, вобаста ба мавзуи таҳқиқот дар рисолаҳои Сангинов Б.К. [64], Шарипов В.Д. [82], Мачидзода У.Ҳ., [52], Қахрамонов Г.С. [39] ва дигарон андешаҳои ҷолиб баён шудааст.

ТАВСИФИ УМУМИИ ТАҲҚИҚОТ

Таҳқиқот ба масъалаи ташкилӣ-педагогии ташаккули майлу рағбати наврасони душвортарбия ба варзиш ва тарбияи ҷисмонӣ дар асоси истифодаи бозихҳои варзишии миллӣ мавриди омӯзиш қарор гирифтааст.

Дар раванди таълиму тарбия наврасони душвортарбия тавассути ҷалб ба машғулиятҳои тарбияи ҷисмонӣ ва бозихҳои варзишии миллӣ бо фарҳанг, анъана ва арзишҳои таърихӣ миллӣ ошно гардида, муносибати масъулиятнокона ва эҳтиромонаро нисбат ба тандурустӣ, тарзи ҳаёти солим ва атрофиён меомӯзанд. Илова ба ин, истифодаи бозихҳои миллии варзишӣ дар муассисаҳои таълимӣ ба рушди ҷисмонӣ, беҳтар гардидани ҳолати равонӣ эҳсосӣ ва ислоҳи рафтори наврасон мусоидат мекунад. Хонандагон аз ин гуна машғулиятҳо лаззати маънавӣ бурда, эҳсосот ва сифатҳои иродавии ҳудро ташаккул медиҳанд. Яъне, ҳангоми иштирок дар бозихҳои варзишии миллӣ наврасон бо ҳамсолон ҳамкорӣ карда, ҳисси масъулиятшиносӣ ва интизомро аз сар мегузаронанд, ки ин тартиб дар тарбияи маънавӣ-ахлоқӣ ва иҷтимоикунонии онҳо нақши муҳим мебозад.

Мақсади таҳқиқот - аз ҷиҳати назариявӣ ва амалӣ асоснок намудани самаранокии истифодаи бозихҳои варзишии миллӣ дар ҷараёни таълим ва тарбияи наврасони душвортарбия.

Вазифаҳои таҳқиқот:

1. Дар асоси омӯзиш ва таҳлили адабиёти илмӣ-методӣ муайян намудани дараҷаи таҳқиқи масъалаҳои тарбияи ҷисмонӣ ва варзиши наврасони душвортарбия.

2. Ошкор кардани сабаб ва омилҳои педагогӣ-психологӣ вобаста ба пайдоиши нуқсонҳо дар рафтори наврасони душвортарбия.

3. Муайян кардани хусусиятҳои ҳолат ва инкишофи омодагии ҷисмонӣ ва хусусиятҳои педагогӣ-психологӣ наврасони душвортарбия.

4. Маълумотнокӣ ва ғаълонокии наврасони душвортарбия дар масъалаҳои ҳифзи саломатӣ ва ҳавасу мароми онҳоро ба машқҳои ҷисмонӣ, дар мисоли бозиҳои варзишии миллии дақиқ намудан.

5. Омӯзиш ва санҷиши машғулиятҳои тарбияи ҷисмонии наврасони душвортарбия бо назардошти истифодаи бозиҳои варзишии миллии.

Объекти таҳқиқот - раванди ташкили тарбияи ҷисмонии наврасони душвортарбия дар муассисаҳои таҳсилоти миёнаи умумӣ.

Предмети таҳқиқот - хусусиятҳои ташкилӣ ва педагогӣ-психологӣ ташаккули майлу рағбати наврасони душвортарбия ба варзиш ва тарбияи ҷисмонӣ (дар мисоли бозиҳои варзишии миллии).

Фарзияи таҳқиқот: Самаранокии тарбияи ҷисмонӣ ва варзиши наврасони душвортарбия ҳангоми татбиқи маҷмӯи талаботҳои зерин таъмин мегардад:

1. Мундариҷа ва ташкили барномаҳои таълимии машғулиятҳои тарбияи ҷисмонии наврасон хусусиятҳои синнусолӣ, ҷисмонӣ, педагогӣ ва фардӣ-психологӣ наврасонро ба инобат гирад;

2. Шароитҳои педагогӣ-психологӣ таъминкунандаи ташаккули ҳавасмандгардонии устувори наврасон ба машғулиятҳои тарбияи ҷисмонӣ татбиқи гардад;

3. Ба ҷараёни таълимии муассисаҳои таҳсилоти махсус (дарсҳои тарбияи ҷисмонӣ) тадриҷан бозиҳои миллии варзишӣ бо назардошти синнусолӣ ворид карда шаванд;

4. Маҳсулнокии ворид намудани бозиҳои миллии варзишӣ ба ҷараёни таълими муассисаҳои таҳсилоти махсус аз рӯи нишондиҳандаҳои инкишофи ҷисмонӣ ва

омодагӣ, ҳолати психоэмотсионалӣ ва ислоҳи рафтори наврасон баҳогузори гардад.

Марҳала, макон ва давраи таҳқиқот. Таҳқиқот давра ба давра дар се марҳала гузаронида шудааст (солҳои 2021-2025).

Марҳалаи якум—чустучӯй-назариявӣ (солҳои 2021-2022). Чамъоварӣ ва омӯзиши адабиёти мавҷуда дар доираи мавзуи таҳқиқот, ташҳис, таҳлил ва баҳогузори ҳолати мавҷудаи таҳқиқот ва ташкили давраи муқарраротии озмоиш.

Марҳалаи дуюм—таҷрибавӣ-озмоишӣ (солҳои 2022-2023). Иҷрои давраи ташаккулдиҳандаи қисми озмоиш, ки дар ҷараёни он сифатнокии муносибатҳо, асос, шакл ва роҳи усулҳо муайян карда шуда, шароитҳои таъмини ташаккули майлу рағбати наврасони душвортарбия ба варзиш ва тарбияи ҷисмонӣ, дар мисоли бозигиҳои варзишии миллии муқаррар гардиданд.

Марҳалаи сеюм—ҷамъбасти (солҳои 2024-2025). Ҷамъбаст ва таҳлили натиҷаҳои қори таҳқиқотии назариявӣ ва амалӣ, таҳлилу баррасии натиҷаи қори озмоишӣ-таҳқиқотӣ, қорқарди оморӣ ва таҳияи маводи диссертатсионӣ.

Асосҳои назариявӣ-методологии таҳқиқотро ташкил медиҳанд: муқаррарот дар бораи инкишоф ва ташаккули шахсият, (Қаримова И. [33], Нуrow А. [56], Раҳимзода Х. [62], Иматзода Л. [30], Қотибова Ш. [35], Обидова М. [57], Дадобоева М.С.[25], Ананиев В.П. [6], Афана́сиев В.П. [9], Бода́лев А.А. [17], Леонтев А.А. [45] ва дигарон); муқаррарот дар бораи хусусиятҳои синнусолӣ ва инфиро́дии шахсият ва рафтори наврасон (Юносова Н. [84], Маҷидова Б. [48], Сафарова З. [69], Саидзода Б. [66], Қотибова Ш. [34], Пиа́же Ж. [59], Виготский Л.С. [22], Раттер М. [63] ва дигарон); муқаррарот дар бораи моҳият ва мазмуни ҷараёни қорҳои ислоҳии наврасони душвортарбия (Латифзода С. [43], Зайтметов Х. [26], Баротова Г. [14], Вайзман Н.И. [18], Алмазов Г.Н. [4], Обухова Е.А. [58] ва дигарон);

муқаррарот дар бораи асосҳои назариявӣ-методи истифодаи воситаҳои тарбияи ҷисмонӣ ва варзиш дар инкишофи маънавӣ ва ҷисмонии шахсият (Сафаров Ш.А. [67], Раҳимзода Х. [62], Гадоев М. [23], Намозов Т. [53], Қурбонова Г. [38], Матвеев Л.П. [51], Баландин Г.А. [11], Илйин Е.П. [29], Балсевич В.К. [12], Тихвинский С.Б. [75], Кабачков В.А. [31] ва дигарон).

Сарчашмаи маълумот. Ба сифати сарчашмаи асосии диссертатсия китобҳои дарсӣ, матни авторефератҳо ва диссертатсияҳо илмӣ муҳаққиқони хориҷӣ ва ватанӣ истифода шудаанд.

Заминаҳои эмпирикӣ: суҳбат, таҳлил ва ҷамъбасти адабиёти илмӣ-методӣ; таҳлили ҳуҷҷатҳои педагогӣ-психологӣ, тест; пурсиши анкетӣ; мушоҳида ва озмоиши педагогӣ; оморӣ математикӣ.

Пойгоҳи таҳқиқотӣ: Дар таҳқиқот 200 нафар наврасони синни 11-14-солаи муассисаи таҳсилоти миёнаи умумии №10-и н. И. Сомони ш. Душанбе, муассисаҳои таҳсилоти махсус барои кӯдакони ҷаҳилони шаҳри Душанбе ва мактаб-интернати ҷумҳуриявӣ барои наврасони душвортарбия дар ш.Душанбе иштирок карданд.

Навгониҳои илмӣ таҳқиқот:

1. Бори аввал низомии тарбияи ҷисмонии наврасони душвортарбияи синни 11-14-сола дар заминаи истифодаи бозӣҳои миллии варзишӣ таҳия гардид;

2. Шароитҳои педагогии таъминкунандаи истифодаи самараноки бозӣҳои миллии варзишӣ дар низомии тарбияи ҷисмонии наврасони душвортарбия муайян карда шуданд;

3. Меъёрҳо ва нишондиҳандаҳои баҳодихии самараноки тарбияи ҷисмонии наврасони душвортарбия тавассути истифодаи бозӣҳои миллии варзишӣ таҳия гардиданд;

4. Хусусиятҳои таъсири бозӣҳои миллии варзишӣ ба рушди ҷисмонӣ, ҳолати равонӣ эмотсионалӣ ва ташаккули ангежаи иштироки фаълонаи наврасони

душвортарбия дар машғулиятҳои тарбияи ҷисмонӣ ошкор шуданд;

5. Дар натиҷаи таҳқиқоти таҷрибавӣ самаранокии низоми пешниҳодшудаи тарбияи ҷисмонӣ бо истифодаи бозихҳои миллии варзишӣ дар беҳтар намудани омодагии ҷисмонӣ ва ислоҳи рафтори наврасони душвортарбия ба таври таҷрибавӣ исбот карда шуд.

Нуктаҳои ба ҳимоя пешниҳодшаванда:

1. Исбот карда шудааст, ки дар шароити тағйироти ҷомеаи муосир, мушкилоти афзоиши теъдоди наврасони душвортарбия, коҳиши тавачҷуҳи онҳо ба тарбияи ҷисмонӣ ва афзудани тамоюлҳои манфӣ дар рафтори онҳо, таҳия ва татбиқи низоми тарбияи ҷисмонӣ дар заминаи истифодаи бозихҳои миллии варзишӣ барои ташаккули маркази ягонаи таъсири тарбиявӣ ва ислоҳӣ замина фароҳам меорад. Муқаррар карда шудааст, ки истифодаи ин гуна бозихҳо дар муассисаҳои таълимӣ ба пешгирии рафторҳои зиддиҷамъиятӣ, бартаарафсозии нуқсонҳои рафтор ва барқарор намудани муҳити солими тарбиявӣ мусоидат мекунад. Аз ин рӯ, низоми тарбияи ҷисмонӣ дар асоси бозихҳои миллии дар марҳилаҳои гузариш ҳамчун механизми асосии ислоҳи рафтор, таъмини сулҳи психологӣ, таҳкими устувории шахсият ва беҳтарсозии саломатии наврасони душвортарбия ташаккул ёфт;

2. Муайян карда шудааст, ки тарбияи ҷисмонӣ ва варзиш ҳамчун воситаи таҳкими саломатии ҷисмонӣ, рушди қобилиятҳо ва мутобикшавии иҷтимоӣ вазифаи муттаҳидсозии наврасон ва ҷамоаҳангсозии манфиатҳои онҳоро дар ҷараёни фаъолияти дастаҷамъона иҷро менамояд. Асоснок карда шудааст, ки суботи раванӣ ва рушди сифатҳои иродавии наврасони душвортарбия бо фаъолияти институтсионалӣ ва роҳбарии мақсадноки омӯзгорону мураббӣён робитаи мустақим дошта, таҳкими фаъолияти ҳаракатӣ ба пешгирияти аномия ва таъсири манфии муҳити кӯча мусоидат намуд. Воситаҳои тарбияи ҷисмонӣ дар баробари таъмини устувории рафторӣ, барои

муаррифии шахсияти наврас ҳамчун субъекти мустақил ва фаъоли ҷомеа замина фароҳам оварданд;

3. Асоснок карда шудааст, ки амсилаи тарбияи ҷисмонӣ ва истифодаи бозихои миллии варзишӣ дар Ҷумҳурии Тоҷикистон хусусиятҳои ҷомеа ва анъанаҳои давлатию миллиро дар худ таҷассум намуда, шакли ҳоси рушди ниҳодҳои тарбиявиро ба вучуд овардааст. Ибтӣ карда шудааст, ки раванди ислоҳи рафтори наврасон, ки самтҳои онро талаботи қонунгузорӣ ва барномаҳои давлатӣ муайян менамоянд, ба таҳкими фарҳанги саломатӣ ва амнияти психологӣ наврасон мусоидат мекунанд. Дар шароити мушкilotи иҷтимоӣ, ташаккули низомӣ мутамаккизи тарбиявӣ на танҳо ҳамчун ҳадафи педагогӣ, балки ҳамчун воситаи наҷоти наврасон аз қарафторӣ, ҳифзи саломатии онҳо ва қаролати рушди минбаъдашон дар фазои иҷтимоӣ баромад намуд;

4. Ошқор карда шудааст, ки дар шароити таҳаввулотӣ ҷомеаҳо ниҳоди тарбияи ҷисмонӣ ва бозихои миллии варзишӣ метавонанд на танҳо унсури идоракунии таълимӣ, балки субъекти фаъоли ислоҳи рафтор, таҳкими суботи эмотсионалӣ ва таъмини рушди устувори шахсият бошанд. Муқаррар карда шудааст, ки таъба анъанаҳои миллии, ба назар гирифтани хусусиятҳои синнусолӣ ва равонии наврасон ва нақши роҳбарияти педагогӣ боиси ташаккули амсилаи ҳоси ислоҳи рафтор дар Тоҷикистон гардид. Дар ин раванд фаъолияти омӯзгорон ва мутахассисон дар таҳкими пояҳои тарбия, барқарорсозии сулҳи эҳсосӣ ва рушди рафтори мусбати наврасон аҳаммияти қалидӣ қасб намуд. Ҳамзамон, асоснок карда шудааст, ки истифодаи бозихои миллии варзишӣ дар сатҳҳои амалии муассисаҳои таълимӣ тавассути иштироки фаъолонии наврасон дар мусобақаҳо ва фаъолияти дастаҷамъона ба таъмини муҳити солими равонӣ ва пешгирии ҳуқуқвайронкуниҳо мусоидат менамояд.

Аҳаммияти назариявии таҳқиқот аз он иборат аст, ки назарияву методикаи варзиш ва тарбияи ҷисмонӣ,

донишҳои навро дар бораи таъмини мақсаднок, мазмуннок, ташкилӣ-методи тарбияи ҷисмонӣ ва варзиши наврасони душвортарбия такмил медиҳанд.

Аҳамияти амалии таҳқиқот асос меёбад ба татбиқи ин натиҷаҳо дар шароити муассисаҳои таълимӣ наврасони барои душвортарбиягирандагон самаранокии баланди ислоҳи психологӣ-педагогӣ душвортарбиягии наврасонро тавассути паст кардани сатҳи шиддати психикӣ, баланд бардоштани худбаҳодиҳӣ, мустаҳкам кардани саломатии ҷисмонӣ ва психикӣ, баланд бардоштани сатҳи инкишоф ва омодагии ҷисмонӣ, ташаккули ҳавасҳои устувори шугл ба машқҳои ҷисмонӣ, дар мисоли бозӣҳои варзишии миллӣ таъмин мекунад.

Натиҷаҳои таҳқиқотро инчунин, дар фаъолияти амалии мураббӣёну омӯзгорон, омӯзгори тарбияи ҷисмонӣ, роҳбари синф, педагог-психолог ва маъмурияти муассисаи таълимӣ ҳангоми кор бо наврасони душвортарбия истифода бурдан мумкин аст.

Рисолаи илмӣ мазкурро дар чараёни ташкил ва гузарондани дарс, семинар, лексия, курсҳои махсус ва такмили ихтисоси кадрҳои омӯзгорӣ низ истифода бурдан мумкин аст.

Дарачаи эътимоднокии натиҷаҳои диссертатсия **хулосаҳо ва муқаррароти асосии ба ҳимоя пешниҳодшаванда бо таърифи муқаррароти асосии назарияи педагогӣ - психологӣ инкишофи ташаккули шахсият,** донишҳои психологияи синнусолӣ ва педагогӣ, асарҳои илмӣ оид ба масъалаҳои моҳият ва мазмуни кор бо наврасони душвортарбия, асосҳои назариявӣ-методи истифодаи воситаҳои тарбияи ҷисмонӣ ва варзиш, дар мисоли бозӣҳои варзишии миллӣ дар инкишофи маънавӣ ва ҷисмонии шахсият таъмин карда шудаанд.

Мубоқати диссертатсия ба шиносномаи ихтисоси илмӣ. Мазмуни қисми диссертатсионӣ ба мазмуни шиносномаи ихтисоси 5.3. - Педагогика (5.3.1.-

Педагогикаи умумӣ, таърихи педагогика ва таҳсилот) мувофиқат мекунад.

Саҳми шахсии довталаби дарачаи илмӣ аз муайян кардани мақсад, вазифаҳо, объект, предмет, фарзия ва масъалаҳои таҳқиқот ва матраҳ сохтани масъалаҳои мубрами таҳқиқот, таҳлилу баррасии иттилооти бадастовардашуда иборат аст. Таҳлили назариявӣю методологӣ, таҳқиқи амалӣ ва санҷидани фарзияи гузошташуда, коркарди пешниҳод ва хулосаҳо, ки муҳтавои диссертатсияро тартиб медиҳанд, маҳз натиҷаи таҳқиқоти мустақилона маҳсуб меёбанд.

Тасвиб ва амалисозӣ. Мазмун ва муҳтавои диссертатсия дар конференсияҳои ҷумҳуриявӣ ва байналмилалӣ илмӣ-амалӣ, тренинго, мизҳои мудаवвар ва семинаро оид ба масъалаҳои таҳқиқшаванда; дар гузориш ва муҳокимаҳои мунтазам дар ҷаласа ва семинарҳои илмӣ-методӣ; дар конференсияҳои илмӣ-амалии ҳайати профессорону омузгорони ДДОТ ба номи С. Айни шунида ва мавриди баррасӣ ва муҳокимаи мутахассисон қарор дода шудааст.

Интишорот аз рӯйи мавзӯи диссертатсия. Муқаррароти асосӣ ва натиҷаҳои таҳқиқот зимни маърузаҳо дар конференсияҳои илмӣю амалӣ (солҳои 2019-2026), семинар ва мизҳои мудаवвар муҳокима шуда, дар 13 мақолаи илмӣ ба табърасида инъикос ёфтаанд, ки аз он 4 адад дар нашрияҳои тавсиянамудаи КОА-и назди Президенти Ҷумҳурии Тоҷикистон нашр шудааст.

Сохтор ва ҳаҷми диссертатсия. Диссертатсия аз муқаддима, 3 боб, 7 зербоб, хулосаву тавсия ва рӯйхати адабиёти истифодашуда иборат аст. Матни диссертатсия дар ҳаҷми 188 саҳифаи ҷопӣ, 20 ҷадвал ва 4 диаграмма инъикос ёфтааст. Рӯйхати адабиёти истифодашуда 156 номгӯй маводи назариявӣю методӣ ва дигар сарчашмаву маъхазҳоро фаро мегирад.

МАЗМУНИ АСОСИИ ТАҲҚИҚОТ

Дар **муқаддимаи** рисола мубрамияти мавзӯи интихобшудаи таҳқиқот асоснок гардида, аҳаммияти илмӣ ва амалии он ошкор карда шудааст. Ҳамзамон, дараҷаи омӯзиши масъалаи мавриди таҳқиқ дар адабиёти илмии ватанӣ ва хориҷӣ мавриди таҳлили ҳамаҷониба қарор гирифтааст. Объект, предмет, ҳадаф ва вазифаҳои таҳқиқот муайян гардида, асосҳои назариявӣ методологии он, инчунин маҷмӯи усулҳои илмӣ истифодашуда муаррифӣ шудаанд. Дар муқаддима нағзҳои илмӣ таҳқиқот, аҳаммияти назариявӣ ва амалии натиҷаҳои бадастомада, нуктаҳои асосии барои ҳимоя пешниҳодшаванда, инчунин маълумот оид ба мубоҳиқат ва татбиқи натиҷаҳои таҳқиқот низ инъикос ёфтаанд.

Боби якум рисола «Асосҳои назариявӣ омӯзиши хусусиятҳои инкишофи психологӣ ва ҷисмонӣ синни наврасӣ» номгузорӣ гардида, баррасии ҷанбаҳои назариявӣ методологии масъалаи таҳқиқшавандаро дар бар гирифтааст. Дар он қонуниятҳои инкишофи психологӣ ва ҷисмонӣ наврасон, хусусиятҳои ташаккули шахсият дар ин марҳалаи синнусолӣ, инчунин таъсири омилҳои педагогӣ-психологӣ ба ин раванд таҳлил гардидаанд. Таҳлили анҷомдодашуда нишон медиҳад, ки синни наврасӣ дар низоми инкишофи синнусолии инсон мавқеи хосро ишғол менамояд, зеро маҳз дар ҳамин марҳала хусусиятҳои устувори равонӣ шахс ташаккул ёфта, самтгирӣҳои асосии иҷтимоӣ ва ҷолабҳои рафторӣ ба вуҷуд меоянд, ки онҳо дар рушди минбаъдаи шахсият таъсири амиқ ва муайянкунанда мерасонанд.

Зербоби якум боби мазкур таҳти унвони «Қонуниятҳои умумӣ инкишофи психологӣ ва ҷисмонӣ синни наврасӣ» хусусиятҳои синнусолии наврасон, пеш аз ҳама, вижагӣҳои рушди онҳоро омӯзиш ва шарҳ додааст.

Дар асоси таҳқиқоти илмӣ муайян гардид, ки синни наврасӣ яке аз марҳалаҳои мураккабтарин ва масъулиятноктарини инкишофи инсон ба ҳисоб меравад,

зеро маҳз дар ин давра тағйироти босуръати анатомӣ, физиологӣ, психологӣ ва иҷтимоӣ ба амал омада, гузариши бачаро аз давраи кӯдакӣ ба давраи ҷавонӣ таъмин менамоянд. Маҳз дар ҳамин марҳала, заминаҳои ташаккули муҳимтарин сифатҳои шахсият, ҷаҳонбинӣ, мавқеи зиндагӣ ва низоми арзишҳои инсонӣ ба вучуд меоянд. Ба андешаи И.С. Кон: «Синни наврасӣ бо инкишофи босуръати ҷисмонӣ, балоғати ҷинсӣ ва тағйироти назарраси физиологӣ тавсиф мешавад. Маҳз ҳамин равандҳо барои ташаккули худшиносӣ, рушди соҳаи маърифатӣ, шаклгирии муносибатҳои иҷтимоӣ ва пайдоиши сифатҳои нави шахсият замина фароҳам меоранд» [3, с. 34-38]. Аз ин андеша метавон хулоса намуд, ки инкишофи мутаносиб, ҳамоҳанг ва ҳамаҷонибаи шахсият яке аз шартҳои муҳимтарини ташаккули комили наврас маҳсуб меёбад.

Ҳамзамон, аз нуқтаи назари Л.С.Виготский: «Дар синни наврасӣ инкишофи ҷисмонӣ, ҷинсӣ ва иҷтимоӣ ба вучуд ояд ҳам, вале суръат ва муҳлати камолоти онҳо ба ҳам мувофиқат намекунад ва маҳз ҳамин номувофикии равандҳо яке аз муҳимтарин хусусиятҳои синни наврасиро ташкил медиҳад» [1, с. 58]. Аз ин рӯ, ҳамоҳангии инкишофи ҷисмонӣ, психологӣ ва иҷтимоӣ барои ташаккули шахсияти мустақил, аз ҷиҳати психологӣ устувор ва қобили мутобиқшавии самаранок ба шароити муҳити иҷтимоӣ заминаи мусоид фароҳам месозад.

Бо воситаи зербоби дуюми боби якум «Таснифи мафҳуми душвортарбиягӣ ва хусусиятҳои зуҳури он дар синни наврасӣ» моҳият, хусусиятҳои хос ва омилҳои ташаккули душвортарбиягӣ дар байни наврасон таҳқиқ гардидааст.

Дар ин замина, таҳлили осори илмӣ муҳаққиқони ватанӣ ва хориҷӣ нишон медиҳад, ки то имрӯз дар илми педагогика ва психология нисбат ба мафҳуми «душвортарбиягӣ» таснифоти ягона ва аз ҷониби ҳамагон эътирофшуда мавҷуд нест. Аксари муҳаққиқон

(Л.С.Виготский, И.С.Кон, А.Е.Личко, М.И.Рожкова, Х.Раҳимзода, Ф.Шарифзода, З.Сафарова, С.Латифзода ва дигарон) ҳангоми таснифи наврасони душвортарбия сатҳи мутобиқшавии иҷтимоии онҳо, хусусияти душвортарбиягӣ, таъсири муҳити оилавӣ, вижагиҳои муносибат бо муассисаи таълимӣ, инчунин дараҷаи устувории қачрафториро ҳамчун меъёрҳои асосӣ ба ҳисоб мегиранд. Чунин таснифот имконият фароҳам меорад, ки қорҳои психологӣ -педагогӣ бо дарназардошти хусусиятҳои ҳар як гурӯҳи наврасон таҳия ва татбиқ карда шаванд.

Вобаста ба ин, оила, муассисаи таълимӣ, гурӯҳи ҳамсолон ва ҷомеа дар маҷмӯъ низоми ягонаи муносибатҳои иҷтимоиро ташкил медиҳанд, ки дар доираи он ташаккули шахсият ва рушди иҷтимоии наврас сурат мегирад. Агар муҳити иҷтимоӣ барои наврас намунаҳои мусбати рафтор, муносибатҳои солими байнишахсӣ ва дастгирии зарурии иҷтимоиро таъмин карда натавонад, эҳтимоли ташаккули қачрафторӣ ва дигар шаклҳои он ба таври назаррас афзоиш меёбад.

Маълум аст, ки ташаккули шахсият ва азхудкунии арзишҳои иҷтимоӣ, пеш аз ҳама, дар ҷараёни муошират ва фаъолияти муштарак бо калонсолон ва ҳамсолоне амалӣ мегардад, ки дорои ҷаҳонбинии ахлоқии барқамол ва мавқеи иҷтимоии устувор мебошанд. Маҳз дар раванди чунин ҳамкорӣ, наврас таҷрибаи иҷтимоӣ андӯхта, меъёрҳо ва арзишҳои ҷомеаро аз худ менамояд ва тадриҷан ҳамчун шахсияти мустақил, масъулиятшинос ва аз ҷиҳати иҷтимоӣ барқамол ташаккул меёбад.

Дар зербоби сеюми боби якум «Омилҳо ва сабабҳои пайдоиши душвортарбиягӣ дар наврасон» таҳлили омилҳои иҷтимоӣ, педагогӣ ва психологие, ки ба ташаккули душвортарбиягӣ ва зуҳури душвортарбиягӣ дар синни наврасӣ мусоидат менамоянд, анҷом дода шудааст.

Аз ҷумла, муайян гардид, ки душвортарбиягӣ падидаи мураккаб ва бисёрҷанбаи иҷтимоию педагогӣ ва психологӣ буда, дар натиҷаи таъсири ҳамзамони маҷмӯи

омилҳои дохилӣ ва берунӣ ташаккул меёбад. Таҳлили адабиёти илмӣ собит месозад, ки сабабҳои асосии пайдоиши рафтори зиддичамбиятӣ, пеш аз ҳама, бо хусусиятҳои муҳити оилавӣ, сатҳи таъсири тарбиявии муассисаҳои таълимӣ, таъсири гурӯҳҳои ғайрирасмӣ ҳамсолон, инчунин таъсири манфии муҳити иҷтимоии кӯча алоқаманд мебошанд.

Дар робита ба ин, муҳаққиқи тоҷик З. Сафарова махсус таъкид менамояд: «Ба шумори омилҳои асосие, ки қарафториро ба вучуд меоранд, дохил мешаванд: гурехтан аз хона ҳамчун шакли эътироз нисбат ба душвории таҳсил, ақибмонӣ дар омӯзиш ва муносибатҳои носолим бо падару модар ё омӯзгорон; таъсири гурӯҳи ҳамсолон ва тақлид ба рафтори иштирокчиёни гурӯҳҳои ғайрирасмӣ; тарс аз ҷазо, маҳкумшавӣ ё муносибати аз ҳад саҳтгиронаи калонсолон; кӯшиши қонеъ намудани ниёзҳои қонеънашудаи эҳсосӣ, иҷтимоӣ ва психологӣ; муносибати дағалона, бераҳмона ва зӯроварона дар оила; истифодаи маҷбуркунӣ, таҳдид ва фишори психологӣ дар ҷараёни тарбия, инчунин набудани эҳсоси амният, муҳаббат ва дастгирии психологӣ аз ҷониби шахсони наздик» [8, с. 17]. Омилҳои зикршуда шаҳодат медиҳанд, ки беназоратӣ ва оворагардии наврасон на он қадар натиҷаи интиҳоби фардии онҳо, балки бештар маҳсули таъсири маҷмӯии омилҳои иҷтимоӣ, оилавӣ, психологӣ ва тарбиявӣ мебошанд.

Дар низоми қорҳои пешгирикунанда ва ислоҳӣ баланд бардоштани фарҳанги педагогии падару модар, тақмили муносибатҳои дохилиоилавӣ ва таҳкими ҳамкориҳои муассисаи таълимӣ бо оила аҳамияти махсус касб менамояд. Танҳо дар заминаи ҳамкориҳои самаранокӣ оила, муассисаи таълимӣ ва дигар ниҳодҳои иҷтимоӣ метавон шароити устуворро барои пешгирии душвортарбиягӣ ва таъмини рушди ҳамаҷонибаи наврасон фароҳам сохт.

Дар ин радиф, ба андешаи М. Солеҳзода: «Аз байн рафтани низоми анъанавии тарбия, заиф гардидани арзишҳои маънавию ахлоқӣ, коҳиш ёфтани нақши тарбиявии оила, инчунин таъсири манфии баъзе омилҳои муҳити иҷтимоӣ метавонанд боиси ҳалалдор шудани раванди иҷтимоишавии наврасон гарданд. Дар чунин шароит наврасон бештар таҳти таъсири муҳити ғайрирасмӣ ва гурӯҳҳои дорои самти зиддиҷамъиятӣ қарор мегиранд. Бешубҳа, яке аз вазифаҳои муҳимтарини ҷомеа, оила ва муассисаҳои таълимӣ сари вақт муайян намудани омилҳои мутобиқ нашудан (дезадаптатсия)-и иҷтимоии кӯдакон ва наврасон, инчунин ташкили низоми муассири дастгирии педагогӣ-психологӣ ва иҷтимоист» [9, с. 548-553].

Муайян намудани саривактии омилҳои ҳавф ва расонидани кумаки мақсаднок имконият медиҳад, ки ташаккули шаклҳои гуногуни қачрафторӣ, беназоратӣ ва оворагардӣ дар байни наврасон пешгирӣ карда шавад. Аз ҳамин сабаб, дар низоми корҳои пешгирикунанда ва ислоҳии педагогӣ-психологӣ таваҷҷуҳи махсус ба баланд бардоштани фарҳанги педагогии падару модар, таҳкими муносибатҳои мусбати дохилиоилавӣ ва рушди ҳамкории ҷамоаи оила бо муассисаҳои таълимӣ равона мегардад.

Таҷрибаи педагогӣ-психологӣ мушаххас нишон медиҳад, ки танҳо дар асоси ҳамкории созанда ва ҳадафманди оила, муассисаи таълимӣ ва дигар ниҳодҳои иҷтимоӣ метавон шароити устуворро дар пешгирии душвортарбиягӣ ва таъмини рушди ҳамаҷонибаи наврасон фароҳам овард.

Боби дуюми рисола «Асосҳои педагогӣ, психологӣ ва иҷтимоии корҳои ислоҳӣ бо наврасони душвортарбия» аз се зербоб иборат аст.

Дар ин боб самтҳои асосӣ, шаклҳо ва низоми ташкили корҳои пешгирикунанда ва ислоҳӣ бо наврасони душвортарбия таҳлил гардида, инчунин имкониятҳои истифодаи воситаҳои педагогӣ- психологӣ ва иҷтимоӣ, ки

ба ислоҳи рафтор ва баланд бардоштани сатҳи мутобиқшавии иҷтимоии онҳо равона шудаанд, мавриди омӯзиш қарор гирифтаанд.

Дар зербоби якуми ин боб «Пешгирӣ ва қорҳои ислоҳӣ бо наврасони душвортарбия» шакл, усул ва технологияҳои муносири пешгирӣ ва ислоҳи душвортарбиягӣ муайян гардидааст.

Тавре аз мазмуни зербоби мазкур бармеояд, самаранокии фаъолияти ислоҳию тарбиявӣ, пеш аз ҳама, аз муайян намудани саривактии сабабҳо ва омилҳои воқеие вобаста аст, ки боиси ташаккули душвортарбиягӣ мегарданд. Қисми зиёди наврасони душвортарбия дорои худбаҳодиҳии ноустувор буда, ба имкониятҳои шахсии худ эътимоди кофӣ надоранд, аз худ қаноатманд нестанд ва дар барқарор намудани муносибатҳои байнишахсӣ бо атрофиён ба мушкilotи муайян рӯ ба рӯ мешаванд. Яке аз вазифаҳои муҳимтарини омӯзгор ва психолог фароҳам овардани шароити мусоид дар ошкор, рушд ва татбиқи иқтидори мусбати шахсии наврас, ошкор сохтани қобилиятҳо, захираҳои дохилӣ ва имкониятҳои ӯ мебошад. Ин раванд ба мутобиқшавии муваффақонаи иҷтимоӣ ва рушди мусбати шахсияти наврас мусоидат мекунад.

Дар баробари ин, омӯзиши шахсияти наврас таҳлили муносибати ӯ нисбат ба худ, сатҳи худбаҳодиҳӣ, хусусиятҳои худшиносӣ, тарзи дарки рафтори шахсӣ, инчунин муносибати атрофиёро нисбаташ дар бар мегирад. Таҳқиқи ин ҷанбаҳо имконият медиҳад, ки қоидаҳои худидоракунии, худтанзимкунии ва ташаккули мавқеи шахсии наврас амиқтар дарк карда шаванд. Худбаҳодиҳӣ, ҳамчун яке аз ҷузъҳои марказии сохтори шахсият, ба хусусиятҳои рафтор, муносибатҳои байнишахсӣ ва сатҳи мутобиқшавии иҷтимоии наврас таъсири бевосита мерасонад. Аз ин рӯ, омӯзиши сатҳи худшиносӣ ва муносибати шахс нисбат ба имкониятҳо ва маҳдудиятҳои худ барои муайян намудани самтҳои асосии

корҳои минбаъдаи ислоҳию тарбиявӣ аҳаммияти муҳими назариявӣ - амалӣ дорад.

Ба андешаи К. Роджерс: «Танҳо дар фазои қабул, эҳтиром ва ҳамдардӣ шахсият имконияти воқеии ошкор намудан ва рушди қобилиятҳои худро пайдо мекунад» [7, с. 218]. Аз ин нуқтаи назар, истифодаи чораҳои маҷбуркунӣ ва усулҳои ҷазодихӣ дар фаъолияти педагогӣ-психологӣ бо наврасони душвортарбия самаранокӣ зарурро таъмин намекунад. Баръакс, фароҳам овардани муҳити эътимодбахш, муносибати эҳтиромона ба шахсияти наврас ва расонидани дастгирии эмотсионалӣ дар ташаккули эҳсоси амнияти психологӣ, эътимод ба неруи худ ва масъулиятшиносӣ нисбат ба кирдор ва рафтори шахсӣ мусоидат менамояд.

Дар заминаи зербоби дуюми боби дуум «Таъсири бозӣҳои миллии варзишӣ ба ташаккули сифатҳои психологӣ ва ҷисмонии наврасон» иқтидори тарбиявии фаъолияти ҷисмонӣ ва бозӣҳои миллии варзишӣ ҳамчун воситаи муассири рушди шахсият таҳқиқ шудааст.

Дар ин зербоб таъкид мегардад, ки ҷомеаи муосир ба шахсияти фаъоли эҷодкор, аз ҷиҳати иҷтимоӣ мутобиқшуда ва ҳамаҷониба рушдёфта эҳтиёҷ дорад. Чунин шахс бояд дорои фарҳанги баланди маънавӣ, сифатҳои волои ахлоқӣ, ҷаҳонбинии муосир, саломатии мустаҳкамаи ҷисмонӣ ва устувории психологӣ бошад.

Ҳамзамон, Ҷумҳурии Тоҷикистон низ дар баробари кишварҳои пешрафтаи ҷаҳон, бо воситаи сиёсати давлатӣ тарғиби тарзи ҳаёти солим ва рушди тарбияи ҷисмонӣ ва варзишро дар байни ҷавонон ба сифати самтҳои афзалиятноки сиёсати иҷтимоии давлат арзёбӣ ва ҳамаҷониба дастгирӣ менамояд.

Вобаста ба ин, Президенти Ҷумҳурии Тоҷикистон, муҳтарам Эмомалӣ Раҳмон, дар суҳанронҳои худ пайваستا ба масъалаи ҷалби насли наврас ба тарбияи ҷисмонӣ ва варзиш таваҷҷуҳи махсус зоҳир намуда, таъкид мекунанд, ки: «Замоне фаро расидааст, ки дар баробари

қабули санадҳои меъёрии ҳукукии дахлдор мо бояд барои наврасон чунин шароитро фароҳам созем, ки онҳо ба машғулиятҳои варзишӣ ва пешбурди тарзи ҳаёти солим ҳарчи бештар ҷалб карда шаванд» [5]. Мазмунӣ ин андеша шаҳодат медиҳад, ки аҳаммияти баланди иҷтимоӣ ва тарбиявии тарбияи ҷисмонӣ ва варзиш ҳамчун воситаи самараноки пешгирии душвортарбиягӣ, таҳкими саломатии ҷисмонӣ, рушди маънавияю ахлоқӣ ва ташаккули шахсияти ҳамаҷонибаи наврасон арзёбӣ мегардад.

Ҷанбаҳои назариявӣ ва амалии истифодаи воситаҳои тарбияи ҷисмонӣ ва варзиш дар фаъолияти таълимӣ ва тарбиявӣ дар **зербоби сеюми боби дуюм** «Хусусиятҳои педагогӣ, психологӣ, истифодаи воситаҳои тарбияи ҷисмонӣ ва варзиш дар қорҳои тарбиявӣ бо наврасони душвортарбия» масъалагузорӣ гардидааст.

Дар зербоби мазкур пеш аз ҳама, диққати асосӣ ба ошкор намудани қоидаҳои педагогӣ-психологӣ, аз ҷумла таъсири фаъолияти ҷисмонӣ ба ташаккули шахсияти наврас, рушди сифатҳои аз ҷиҳати иҷтимоӣ муҳим ва пешгирии шаклҳои гуногуни душвортарбиягӣ равона гардидааст.

Дар ҷараёни таҳқиқ дар доираи масъалаи омӯхташанда, таъкид гардидааст, ки: «Тарбияи ҷисмонӣ ҳамчун падидаи иҷтимоӣ ва воситаи ҷалби шахсият ба фаъолияти ҳаракатӣ ва психологӣ баромад намуда, ба раванди таълиму тарбия таъсири мақсаднок мерасонад. Маҳз тарбияи ҷисмонӣ ҷиҳати рушди қобилиятҳои табиӣ инсон, ҳифзи саломатӣ, таҳкими вазъи ҷисмонӣ ва психологӣ, махсусан баланд бардоштани сатҳи сифатҳои ахлоқӣ, шароити мусоид фароҳам меорад ва дар натиҷа сифати зиндагии шахс ҳам дар сатҳи инфиродӣ ва ҳам дар сатҳи иҷтимоӣ беҳтар мегардад» [3, с.36]. Бешубҳа, фаъолияти тарбияи ҷисмонӣ ва варзиш баҳри ташаккули маҷмӯи васеи сифатҳои муҳим заминаи мусоид фароҳам меорад. Дар ҷараёни машғулиятҳои мунтазам дар наврасон интизомнокӣ, масъулиятшиносӣ, матонат, ҳадафмандӣ,

мустақилият ва қобилияти худназоратӣ пайдарпай инкишоф меёбанд.

Барои наврасони душвортарбия ин сифатҳо аҳаммияти махсус доранд, зеро маҳз нокифоя будани сатҳи ташаккули онҳо аксаран ба яке аз заминаҳои пайдоиши душвортарбиягӣ мубаддал мегардад. Ҳамзамон, тарбияи ҷисмонӣ ва варзиш дар ташаккули эҳсос ва иродаи шахсият низ таъсири назаррас мерасонанд. Иштироки мунтазами наврасон дар ғайолияти варзишӣ ба коҳиш ёфтани изтироб, бадахлоқӣ ва шиддати эҳсосӣ мусоидат намуда, эътимодро ба неруи худ таҳким мебахшад ва муносибати мусбатро нисбат ба муҳити атроф ташаккул медиҳад. Дар шароити раванди махсус ташкилшудаи педагогӣ-психологӣ машғулиятҳои варзишӣ дар ба даст овардани таҷрибаи мусбати ҷамъиятӣ, рушди малакаҳои худназоратӣ ва ташаккули усулҳои созандаи ҳамкорӣ бо ҳамсолон шароити мусоид муҳайё месозанд.

Таъкид бояд намуд, ки дар ин радиф, бозихҳои миллии варзишӣ дар низоми тарбияи ҷисмонӣ мавқеи муҳимро ишғол менамоянд, зеро дорои таъсири назарраси педагогӣ-психологиянд. Аҳаммият ва арзиши онҳо танҳо бо таҳкими қобилиятҳои ҷисмонӣ ва мусоидат ба бехтар гардидани саломатӣ маҳдуд набуда, ба ташаккули эҳтиром нисбат ба мероси фарҳангии миллий, рушди малакаҳои муошират ва ғанӣ гардидани таҷрибаи ғайолияти дастаҷамъона мусоидат менамоянд. Бо роҳи ҳамоҳанг намудани ғайолияти ҳаракатӣ, муҳтавои ахлоқӣ ва анъанаҳои миллий, бозихҳои миллии варзишӣ ҳамчун воситаи муассири таъмини рушди ҷисмонӣ, маънавӣ ва иҷтимоии наврасон хизмат мекунанд.

Истифодаи мақсадноки воситаҳои тарбияи ҷисмонӣ ва пеш аз ҳама бозихҳои миллии варзишӣ яке аз самтҳои самараноки ғайолияти тарбиявӣ ва корҳои ислоҳии педагогӣ-психологӣ ба ҳисоб меравад. Ба таври мунтазам ворид намудани онҳо ба раванди таълим барои ташаккули шахсияти ҷисман рушдёфта, аз ҷиҳати иҷтимоӣ

мутобиқшуда ва ахлоқан баркамол мусоидат намуда, дар наврасон арзишҳои устувори ҳаёти, ангеаи мусбат ва омодагиро барои ҳамкориҳои созанда дар ҷомеа ташаккул медиҳад.

Боби сеюми рисола «Ташхис ва арзёбии сатҳи омодагии наврасони душвортарбия ба машғулиятҳои тарбияи ҷисмонӣ ва варзиш» сатҳи омодагии наврасони душвортарбия ба фаъолияти тарбияи ҷисмонӣ ва варзиш, муносибати онҳо ба тарбияи ҷисмонӣ, хусусиятҳои соҳаи ангеаишӣ ва дараҷаи ҷалбшавии онҳо ба машғулиятҳои варзиширо бо воситаи таҷриба муайян намудааст.

Дар ин боб натиҷаҳои марҳалаи ташхисии озмоиши педагогӣ пешниҳод гардида, сатҳи омодагии ҷисмонии наврасон тавсиф гардида, хусусиятҳои психологӣ, муносибати онҳо нисбат ба саломатии худ, инчунин шавқу ҳаваси онҳо ба тарбияи ҷисмонӣ, варзиш, аз ҷумла бозиҳои миллии варзишӣ таҳлил карда шудаанд.

Зербоби якуми боб «Омузиши омодагии наврасони душвортарбия ба тарбияи ҷисмонӣ дар асоси бозиҳои анъанавии варзишӣ» баррасии масъалаҳои назариявие фарогир аст, ки аҳамияти тарбияи ҷисмониро ҳамчун раванди иҷтимоию педагогӣ, ки ба таҳкими саломатӣ, рушди қобилиятҳои ҷисмонӣ ва ташаккули ҳамоҳанги шахсияти наврас равона гардидааст, инъикос менамоянд.

Дар шароити муосир тарбияи ҷисмонӣ на танҳо ҳамчун воситаи тақмили ҷисмонӣ, балки ҳамчун ҷузъи муҳими тарбияи ахлоқӣ, шахрвандӣ ва иҷтимоӣ арзёбӣ мегардад, ки ба рушди интизомнокӣ, масъулиятшиносӣ ва ташаккули мавқеи фаъоли ҳаётии наврасон мусоидат мекунад.

Ҳамчун воситаҳои асосии тарбияи ҷисмонӣ машғулиятҳои варзишӣ, фаъолияти сайёҳӣ, бозиҳои серҳаракат ва бозиҳои миллии варзишӣ, инчунин дигар намудҳои фаъолияти ҳаракатӣ истифода мешаванд, ки онҳо пояи асосии тарзи ҳаёти солимро ташкил медиҳанд.

Барои наврасони душвортарбия фаъолияти ҷисмонӣ дорои аҳаммияти махсуси педагогӣ -психологӣ буда, маҳз дар чараёни фаъолияти ҳаракатӣ ҷиҳати қонё гардонидани эҳтиёҷи табиӣ наврасон ба ҳаракат, муошират ва худтатбиққунӣ шароити мусоид фароҳам меояд. Машғулиятҳои мунтазами тарбияи ҷисмонӣ ва варзиш на танҳо ба таҳкими саломатӣ мусоидат менамоянд, балки ба рушди сифатҳои иродавии шахсият, аз ҷумла матонат, масъулиятшиносӣ ва қобилияти ҳамкориҳои созанда бо атрофиён низ таъсири мусбат мерасонанд. Ҳамзамон, таваҷҷуҳи наврасон ба тарзи ҳаёти солим афзоиш ёфта, ангезаи устувор барои машғулиятҳои мунтазами тарбияи ҷисмонӣ ташаккул меёбад.

Бо мақсади омӯзиши муносибати наврасон нисбат ба саломатии худ, муайян намудани сатҳи таваҷҷуҳи онҳо ба масъалаҳои тарзи ҳаёти солим, ошкор сохтани муносибати онҳо ба тарбияи ҷисмонӣ ва варзиш, инчунин муайян намудани ангезаҳои асосии иштироки онҳо дар фаъолияти тарбияи ҷисмонӣ ва варзишӣ пурсиши анкетавӣ ташкил карда шуд. Дар таҳқиқот 200 нафар навраси синни 11-14-сола иштирок намуданд. Ҳамчун воситаи ҷамъовари маълумоти эмпирикӣ саволномаи махсус истифода гардид, ки аз низоми саволҳои пӯшида иборат буда, имконият меод оид ба ҳар як нишондиҳандаи таҳқиқшаванда маълумоти воқеӣ ва бозғайнимод ба даст оварда шавад. Дар марҳалаи ташхисии озмоиши педагогӣ усули анкетагузаронӣ ҳамчун усули асосии таҳқиқот интихоб карда шуд.

Сохтори саволнома ба иштирокчиён имконият фароҳам овард, ки ҷавобҳои бештар мувофиқро мутобиқ ба андешаи худ интихоб ва дараҷаи аҳаммияти онҳоро муайян созанд. Истифодаи ин усул имконият дод, ки маълумоти воқеӣ оид ба муносибати наврасон нисбат ба масъалаҳои ҳифзи саломатӣ, тарбияи ҷисмонӣ ва варзиш, инчунин ангезаҳои асосие, ки иштироки онҳоро дар

шаклҳои гуногуни фаъолияти ҳаракатӣ муайян менамоянд, ба даст оварда шавад.

Дар чараёни таҳқиқот ба омӯзиши баҳодиҳии субъективии наврасон нисбат ба вазъи саломатии худ диққати махсус дода шуд. Бо ин мақсад ба иштирокчиёни озмоиш саволи зерин пешниҳод гардид: «Шумо вазъи саломатии худро чӣ гуна арзёбӣ мекунед?» (Ҷадвали 1).

Таҳлили ҷавобҳои бадастомада имконият дод, ки хусусиятҳои дарки наврасон нисбат ба вазъи ҷисмонии худ ва дараҷаи дарки аҳаммияти саломатӣ ҳамчун шартҳои муҳими рушди комили шахсият муайян карда шавад. Муайян гардид, ки хусусияти баҳодиҳии субъективии саломатӣ ба сатҳи фаъолияти ҳаракатии наврасон, муносибати онҳо нисбат ба машғулиятҳои тарбияи ҷисмонӣ ва варзиш, инчунин омодагии онҳо дар риояи талаботҳои тарзи ҳаёти солим таъсири бевосита мерасонад. Таҳлили муқоисавии натиҷаҳои анкетагузаронӣ имкон дод, ки фарқиятҳои муайян дар баҳодиҳии субъективии вазъи саломатии худ миёни хонандагони муассисаҳои таҳсилоти миёнаи умумӣ ва тарбиятгирандагони муассисаҳои махсуси таълимӣ ошкор карда шаванд.

Ҷадвали 1.

Вазъияти худбаҳодии саломатии наврасон

№	Саволномаи анкета (шифохӣ)	11-14 -сола (МТМУ)			11-14 -сола (МТМ)		
		паст	миёна	баланд	паст	миёна	баланд
1	Ту саломатии худро чӣ гуна баҳогузорӣ мекуни?	32%	45%	23%	38%	32%	30%

Барои гурӯҳи яқум бештар сатҳи миёнаи худбаҳодиҳии саломатӣ хос буда, маҳз ин ҷавобро 45%-и пурсидашудагон интихоб намуданд. Ин аз он дарак медиҳад, ки аксари хонандагони муассисаҳои таҳсилоти миёнаи умумӣ вазъи ҷисмонии худро қаноатбахш арзёбӣ намуда, онро на ба сатҳи баланд ва на ба сатҳи паст мансуб медонанд. Манзараи дигар дар байни

тарбиятгирандагони муассисаҳои махсуси таълимӣ мушоҳида гардид. Дар ин гурӯҳ наврасоне бартарӣ доштанд, ки саломатии худро нокифоя арзёбӣ менамуданд. 38%-и иштирокчиёни таҳқиқот сатҳи пасти худбаҳодиҳии саломатии худро қайд карданд, ки ин аз муносибати интиқодии бештар нисбат ба вазъи ҷисмонии онҳо шаҳодат дода, метавонад ба мавҷудияти омилҳои ишора намояд, ки ба ташаккули чунин тасаввурот таъсир мерасонанд.

Ҳамзамон, таҳлили маълумоти бадастомада боз як хусусияти муҳимро ошкор сохт, яъне қисми зиёди наврасон, новобаста аз намуди муассисаи таълимӣ, вазъи саломатии худро дар сатҳи миёна ва ё паст арзёбӣ намудаанд. Баланд бардоштани ғайбӣ ҳаракатии хонандагон, ташкили машғулиятҳои мунтазами тарбияи ҷисмонӣ ва варзиш, ташаккули фарҳанги тарзи ҳаёти солим метавонанд ҳам ба беҳтар гардидани вазъи воқеии саломатии наврасон ва ҳам ба баланд шудани сатҳи баҳодиҳии субъективии онҳо нисбат ба саломатии худ таъсири мусбат расонанд. Бо мақсади омӯзиши амиқтари муносибати наврасон ба масъалаҳои ҳифзи саломатӣ ва тарбияи ҷисмонӣ барномаи таҳқиқот бо маҷмӯи саволҳои ба ҳам алоқаманд пурра карда шуд, ки имконият доданд масъалаи мавриди таҳқиқ ҳамаҷониба тавсиф карда шавад.

Дар чараёни анкетагузаронӣ муносибати наврасон ба саломатии худ, кӯшиши онҳо барои таҳкими он, тасаввуроти онҳо оид ба нақши машқҳои ҷисмонӣ дар ҳифзи саломатӣ, доираи шавқу ҳавас нисбат ба тарзи ҳаёти солим, муносибат ба одатҳои зараровар, сабабҳои иштироки нокифоя дар машғулиятҳои варзишӣ, сатҳи огоҳӣ оид ба бозигҳои миллии варзишӣ ва дараҷаи истифодаи амалии онҳо мавриди омӯзиш қарор гирифтанд. Маводи бадастомада бо истифода аз усулҳои таҳлили муқоисавӣ коркард шуда, дар шакли чадвалҳо ва диаграммаҳо пешниҳод гардид.

Бояд таъкид намуд, ки яке аз самтҳои муҳими таҳқиқот муайян намудани сатҳи огоҳии наврасон оид ба бозиҳои варзишӣ ва бозиҳои миллии варзишӣ буд. Бо ин мақсад ба иштирокчиёни озмоиш пешниҳод гардид, ки намудҳои маъруфи варзиш ва бозиҳои миллиро, аз ҷумла «Нишонзанӣ», «Чавгонбозӣ», «Бандкашӣ», «Кӣ зудтар?», «Сафедҷӯбак», «Чиликдангал», «Партофтанақ ба чуқурӣ», «Партофтани тӯб ба давра» ва дигар намудҳои мусобикаҳои миллиро номбар намоянд. Чунин равиш имконият дод, ки сатҳи дониш ва огоҳии наврасон оид ба бозиҳои миллии варзишӣ ба таври воқеӣ арзёбӣ карда шавад (Ҷадвалҳои 2, 3)

Ҷадвалҳои 2. Маълумотнокии наврасон оид ба намуди бозиҳои варзишӣ

Синну сол	Намуди бозиҳои варзишӣ							
	Футбол	Волейбол	Гушгингирӣ	Тенниси руимизӣ	Турниккашӣ	Шиноварӣ	Давидан	Ҷаҳидан
11-14 -сола (МТМУ)	23%	16%	14%	15%	10%	9%	6%	7%
11-14 -сола (МТМ)	28%	20%	16%	10%	15%	3%	4%	4%

Ҷадвали 3. Маълумотнокии наврасон оид ба намудҳои бозиҳои миллии варзишӣ (то озмоиш)

Синну сол	Намуди бозиҳои миллии варзишӣ							
	Нишонзанӣ	Чавгонбозӣ	Бандкашӣ	Кӣ зудтар?	Сафедҷӯбак	Чиликдангал	Партофтанақ ба чуқурӣ	Партофтани тӯб ба давра
11-14 - сола (МТМУ)	-	1%	26%	20%	-	23%	13%	11%
11-14 - сола (МТМ)	-	-	36%	10%	-	26%	15%	13%

Таҳлили ҷавобҳои иштирокчиён нишон дод, ки аксари пурсидашудагон танҳо бо баъзе намудҳои бозӣҳои миллии варзӣ, ки дар ҳаёти ҳаррӯза ё дар раванди таълиму тарбия истифода мешаванд, шиносӣ доранд.

Бо вучуди ин, дониши наврасон оид ба таърихи пайдоиш, қоидаҳои гузаронидан, хусусиятҳои ташкили бозӣҳои милли ва аҳамияти тарбиявии онҳо ҳанӯз ҳам нокифоя мебошад. Ин ҳолат аз зарурати такмили қорҳои иттилоотӣ маърифатӣ ва тарбиявӣ, ки ба ҳифз, тарғиб ва истифодаи васеи бозӣҳои миллии варзӣ дар раванди таълим равона гардидаанд, шаҳодат медиҳад.

Натиҷаҳои таҳқиқот, ки сатҳи огоҳии наврасонро оид ба намудҳои гуногуни варзӣ ва бозӣҳои миллии варзӣ инъикос менамоянд, имконият медиҳанд қонуниятҳои ошкоршударо ба таври равшан мушоҳида намуда, таҳлили муқоисавии маълумоти бадастомадаро анҷом дод. Бо мақсади таъмин намудани объективияти таҳлили муқоисавии минбаъда ҳамаи нишондиҳандаҳои ибтидоӣ вобаста ба ҳар як намуди бозӣҳои миллии варзӣ ба таври шартӣ 100% ғоиз қабул карда шуданд. Истифодаи чунин усули таҳлил имконият дод, ки сатҳи ибтидоии огоҳии наврасон ва дараҷаи ҷалбшавиашон ба бозӣҳои миллии варзӣ дақиқ арзёбӣ гардида, инчунин тағйироти баамаломада пас аз татбиқи барномаи таҷрибавӣ пайгирӣ карда шавад.

Маълумоти бадастомада нишон медиҳад, ки то огози озмоиши ташаккулдиҳанда иштироки наврасон дар бозӣҳои миллии варзӣ хусусияти пароканда ва ғайримунтазам дошт. Дар гурӯҳи таҷрибавии муассасҳои таҳсилоти махсус танҳо 20%-и наврасон мунтазам дар чунин фаъолиятҳо иштирок мекарданд, дар ҳоле ки 80%-и тарбиятгирандагон амалан ба машғулиятҳои мунтазами бозӣҳои миллии варзӣ ҷалб нашуда буданд. Айнан чунин вазъият дар байни хонандагони муассисаҳои таҳсилоти миёнаи умумӣ низ мушоҳида гардид, ки дар он 76%-и наврасон низ дар ин намуди фаъолияти тарбия

чисмонӣ ва варзишӣ ба таври мунтазам иштирок намекарданд.

Таҳлили натиҷаҳои анкетагузаронӣ нишон дод, ки яке аз сабабҳои асосии чунин сатҳи пасти фаъолият нокифоя будани огоҳии наврасон оид ба муҳтаво, таърихи пайдоиш, қоидаҳои баргузори ва иқтидори тарбиявии бозӣҳои миллии варзишӣ мебошад. Аз ҷумла, набудани донишҳои заруриро 78%-и тарбиятгирандагони муассасҳои таҳсилоти махсус ва 74%-и хонандагони муассисаҳои таҳсилоти миёнаи умумӣ қайд намуданд. Пас аз истифодаи мақсадноки бозӣҳои миллии варзишӣ дар раванди таълим ва тарбияи наврасон, махсусан дар чараёни дарсҳои тарбияи ҷисмонӣ ва ҷорабиниҳои варзишӣ, нишондиҳандаҳои сатҳи огоҳии иштирокчиёни таҳқиқот ба таври назаррас беҳтар гардиданд (Ҷадвали 4):

Ҷадвали 4.

Маълумотнокии наврасон оид ба бозӣҳои варзишии миллий (баъди озмоиш)

Синну сол	Намуди бозӣҳои миллии варзишӣ							
	Нишонзанӣ	Ҷавгонбозӣ	Бандкашӣ	Кӣ зудтар?	Сафедҷубак	Ҷиликдангал	Партофтанак ба ҷуқурӣ	Партофтани тӯб ба давра
11-14 -сола (МТМУ)	-	1%	26%	20%	-	23%	13%	11%
11-14 -сола (МТМ)	-	-	36%	10%	-	26%	15%	13%

Дар асоси нишондиҳандаҳои бадастомада хулоса кардан мумкин аст, ки дар амалияи муассисаҳои таълимӣ ба масъалаи тарғиб ва истифодаи бозӣҳои миллии варзишӣ тавачҷуҳ камтар аст. Дар натиҷа, имкониятҳои педагогӣ ва тарбиявии ин навъи бозӣҳо ба таври пурра мавриди истифода қарор намегиранд.

Пешбинӣ мегардад, ки ворид намудани мунтазами бозиҳои миллии варзиш ба муҳтавои машғулиятҳои тарбияи ҷисмонӣ, ташкили корҳои мақсадноки тарбиявӣ ва тавсеаи фаъолияти амалӣ барои зиёд намудани шавқу ҳаваси наврасон ба тарбияи ҷисмонӣ нисбат ба машғулиятҳои варзишӣ ва зиёд гардидани иштироки онҳо дар бозиҳои миллии варзишӣ мусоидат хоҳад кард.

Таҳлили муқоисавии маълумот имконият фароҳам овард, ки тағйироти сатҳи оғохӣ, шавқу ҳавасмандӣ ва иштироки амалии наврасон дар бозиҳои миллии варзишӣ пайгирӣ карда шавад. Меёри бадастомада дар ҷадвали 5. инъикос ёфтааст, ки дар он нишондиҳандаҳои то оғози корҳои таҷрибавӣ ва пас аз анҷоми онҳо ба таври муқоисавӣ пешниҳод шудаанд (**Ҷадвали 5.**):

Ҷадвали 5.

Нишондиҳандаҳои муқоисавӣ (то ва баъди озмоиш)

Меёриҳо	То озмоиш (МТМ)	Баъди озмоиш (МТМ)	То озмоиш (МТМУ)	Баъди озмоиш (МТМУ)
Шавқу ҳаваси баланд	24	46	20	48
Шавқу ҳаваси миёна	40	38	36	34
Шавқу ҳаваси паст	36	16	44	18

Таҳлили натиҷаҳои марҳалаи ташаккулдиҳандаи озмоиши педагогӣ нишон дод, ки дар сатҳи шавқу ҳаваси наврасон ба бозиҳои миллии варзишӣ, инчунин дар дараҷаи иштироки онҳо дар фаъолияти тарбияи ҷисмонӣ ва варзишӣ тағйироти мусбати назаррас ба амал омадааст. Маълумоти бадастомада самаранокии истифодаи бозиҳои миллии варзиширо дар раванди таълиму тарбияи наврасон тасдиқ намуда, аз натиҷабахшии баланди педагогии онҳо ҳамчун воситаи баланд бардоштани ангежа ба машғулиятҳои тарбияи ҷисмонӣ ва варзишӣ шаҳодат медиҳад. Муқоисаи нишондиҳандаҳои корҳои озмоишию таҷрибавӣ то оғози озмоиш ва баъд аз анҷоми он афзоиши

назарраси шавку ҳаваси аксари наврасонро нисбат ба бозиҳои миллии варзишӣ нишон дод.

Тағйироти бештар дар гурӯҳи таҷрибавии муассисаи махсуси таълимӣ ба қайд гирифта шуданд, ки дар он шумораи наврасони дорои сатҳи баланди шавку ҳавас аз 20% то 48% афзоиш ёфт, яъне 28% зиёд гардид. Ин меёри нишон медиҳад, ки ворид намудани мунтазами бозиҳои миллии варзишӣ ба муҳтавои корҳои таълимию тарбиявӣ ба ташаккули шавку ҳаваси устувор нисбат ба тарбияи ҷисмонӣ ва ғаёл гардидани иштироки наврасон дар ғаёлияти варзишӣ мусоидат мекунад.

Яке аз натиҷаҳои муҳими таҳқиқот инчунин коҳиш ёфтани шумораи наврасоне буд, ки нисбат ба бозиҳои миллии варзишӣ сатҳи пасти шавку ҳавас доштанд. Агар то оғози озмоиш чунин наврасон 44%-ро ташкил медоданд, пас баъд аз анҷоми барномаи таҷрибавӣ ин нишондиҳанда то 18% коҳиш ёфт. Меёри мазкур аз тағйироти сифатии соҳаи ангезишии иштирокчиёни таҳқиқот шаҳодат медиҳад. Яъне, наврасоне, ки қаблан нисбат ба бозиҳои миллии варзишӣ бепарвой ё муносибати манфӣ зоҳир менамуданд, баъд аз татбиқи барнома ба иштирокчиёни ғаёли ин намуди ғаёлият табдил ёфта, шавку ҳаваси устуворро нисбат ба он нишон доданд. Аз ин натиҷа хулоса кардан мумкин аст, ки ворид намудани бозиҳои миллии варзишӣ ба низоми тарбияи ҷисмонӣ барои ташаккули ангезаи устувори наврасон нисбат ба машғулиятҳои тарбияи ҷисмонӣ ва варзиш шароити мусоиди педагогиро фароҳам меорад.

Меёри мусбати нишондиҳандаҳои таҳқиқшаванда натиҷаи таъсири маҷмӯии барномаи педагогии татбиқшуда мебошад. Дар ба даст овардани чунин натиҷаҳо ташкили мунтазами машғулиятҳо, истифодаи унсурҳои рақобати солим, баланд бардоштани ҷолибияти муҳтавои раванди таълиму тарбия, инчунин ба инобат гирифтани хусусиятҳои синнусолӣ, психологӣ ва иҷтимоии наврасони душвортарбия нақши муҳим бозиданд. Дар баробари ин,

бозиҳои миллии варзишӣ, ки арзишҳои анъанавии фарҳанги миллиро таҷассум менамоянд, ба таҳкими шавқу ҳаваси устувори наврасон нисбат ба фаъолияти ҷисмонӣ, рушди ҳисси мансубияти иҷтимоӣ ва ташаккули муносибати эҳтиромона нисбат ба мероси фарҳангии миллий мусоидат карданд.

Хулосаи мазкур аҳаммияти назариявӣ ва амалии таҳқиқоти анҷомдодашударо ба таври назаррас ғанӣ гардонида, мувофиқ будани татбиқи васеи барномаи таҳияшударо дар фаъолияти муассисаҳои таҳсилоти миёнаи умумӣ ва муассисаҳои махсуси таълимӣ аз ҷиҳати илмӣ асоснок менамоянд.

Дар зербоби хотимавии боби сеюм «Роҳҳои ташаккули омодагии наврасони душвортарбия ба тарбияи ҷисмонӣ ва варзиш дар заминаи бозиҳои миллии варзишӣ» натиҷаҳои таҳқиқоти таҷрибавӣ ҷамъбаст ва таҳлили пурра анҷом дода шуда, дар ин зербоб тавачҷуҳи асосӣ ба асоснок намудани нақши тарбияи ҷисмонӣ ва варзиш, аз ҷумла бозиҳои миллии варзишӣ дар низоми корҳои тарбиявӣ бо наврасони душвортарбия равона гардидааст.

Ҷамъбасти натиҷаҳои таҳқиқот имконият медиҳад, ки бозиҳои миллии варзишӣ ҳамчун воситаи самараноки ташаккули омодагии ҷисмонии наврасон, рушди сифатҳои мусбати психологӣ ва иҷтимоии онҳо, инчунин пешгирӣ ва ислоҳи зухуроти душвортарбиягӣ арзёбӣ карда шаванд. Бо назардошти ин, истифодаи васеи бозиҳои миллии варзишӣ на танҳо дар доираи дарсҳои тарбияи ҷисмонӣ, балки инчунин дар низоми фаъолияти тарбиявии беруназдарсӣ ва беруназмактабӣ аз ҷиҳати педагогӣ мувофиқ ва асоснок мебошад.

Самаранокии иловагии педагогиро метавон тавассути ҳамгиро намудани бозиҳои миллии варзишӣ бо дигар шаклҳои фаъолияти ҳаракатӣ, аз ҷумла варзиши сабук, шиноварӣ, фаъолияти сайёҳӣ ва чорабиниҳои гуногуни фарҳангӣ варзишӣ таъмин намуд. Истифодаи маҷмӯии воситаҳои зикршуда барои баланд бардоштани

самаранокии корҳои тарбиявӣ, таҳкими саломатии наврасон ва таъмини рушди ҳамаҷонибаи шахсияти онҳо шароити мусоид фароҳам меорад.

ХУЛОСАҲОИ УМУМӢ

Таҳқиқоти мазкур ба ҳалли масъалаи муҳими педагогикаи муосир - таҳхис ва баҳодиҳии сатҳи омодагии ҷисмонии наврасони душвортарбия тавассути истифодаи бозӣҳои миллии варзишӣ бахшида шудааст. Натиҷаҳои бадастомада собит месозанд, ки тарбияи ҷисмонӣ дар заминаи бозӣҳои миллии на танҳо воситаи рушди ҷисмонӣ, балки механизми пуриқтидори ислоҳи рафтор ва мутобиқшавии иҷтимоии онандагон мебошад. Истифодаи равиши мазкур имкон медиҳад, ки дар низоми маориф талаботи гуманистии тарбия ба таври амалӣ татбиқ гардад.

Дар рафти кор таҳлили амиқи назариявӣ ва озмоишҳои таҷрибавӣ гузаронида шуданд, ки моҳияти иҷтимоию фарҳангии бозӣҳои миллиро ошкор намуданд. Исбот гардид, ки маҳз тавассути фаъолияти ҳаракатии мақсаднок метавон сифатҳои муҳими шахсият, аз қабيلي интизом, масъулиятшиносӣ, эҳтиром ба адолат ва фарҳанги муоширатро ташаккул дод. Раванди мазкур дар навбати худ ба пешгирии зухуроти манфии рафторӣ ва коҳиш додани дараҷаи душвортарбиягии наврасон мусоидати мустақим менамояд.

Дар асоси натиҷаҳои бадастомада, хулосаҳои зерин пешниҳод мегарданд:

1. Тарбияи ҷисмонӣ ва бозӣҳои миллии варзишӣ дорои иқтидори бузурги тарбиявӣ буда, истифодаи мунтазами онҳо рушди ҳамаҷонибаи сифатҳои зехнӣ, ахлоқӣ, психологӣ ва ҷисмонии шахсиятро таъмин менамояд. Бозӣҳои миллии варзишӣ ба ташаккули рафтори фаъоли иҷтимоӣ ва ҳисси масъулиятшиносии наврасон мусоидат намуда, ҳамчун воситаи тавоно барои бедор кардани шавқу завқ ба тарзи ҳаёти солим хизмат

мекунанд [1-М; 9-М];

2. Таҳқиқот нишон дод, ки сабабҳои асосии мутобик нашудани иҷтимоӣ ва пайдоиши душвортарбиягӣ дар наврасон асосан ба шароити номусоиди тарбияи оилавӣ, вазъи ноустувори иҷтимоии оила ва самаранокии нокифояи таъсири тарбиявии муҳити наздики онҳо вобастаанд. Дар ин замина, қисми зиёди наврасони таҳқиқшаванда нисбат саломатии худ муносибати сахлангорона дошта, сатҳи ангезаи онҳо барои машғулиятҳои варзишӣ нокифоя арзёбӣ гардид [3-М; 6-М];

3. Ташҳиси сатҳи омодагии ҷисмонӣ имкон медиҳад, ки мушкilotи инкишофи наврасон дар марҳилаҳои аввал муайян карда шаванд ва дар асоси онҳо барномаҳои инфиродии коррекционӣ таҳия гарданд. Исбот шуд, ки бозихҳои варзишӣ воситаи беҳтарини иҷтимоикунонӣ ва ислоҳи рафтор мебошанд, зеро онҳо дар баробари инкишофи ҷисмонӣ, интизом ва масъулиятро низ ташаккул медиҳанд [4-М; 10-М; 13-М];

4. Барои баланд бардоштани самаранокии кор, фароҳам овардани муҳити мусоиди педагог-психологӣ, ки ба ҳамкорӣ, эҳтироми мутақобила ва дастгирии мусбат таъя мекунад, муҳим аст. Истифодаи технологияҳои муосири педагог-психологӣ дар якҷоягӣ бо бозихҳои миллӣ, ки рақобатро дар сатҳи солими иҷтимоӣ нигоҳ медоранд, ба коҳиш додани стресс ва бартарафсозии қолабҳои шахшудаи манфии рафтори наврасон мусоидат мекунад [1-М; 7-М];

5. Машғулиятҳои мунтазами варзишӣ боиси беҳтар шудани ҳолати рӯҳии наврасон ва рушди ҳавасмандии устувор ба фаъолияти ҳаракатӣ мегарданд. Илова бар ин, ин раванд ба ташаккули арзишҳои ахлоқӣ, аз ҷумла ватандӯстӣ, худшиносии миллӣ ва муносибати эҳтиромона ба аъъанаҳои фарҳангии миллат мусоидат менамояд [3-М; 5-М];

6. Сатҳи пасти иштироки наврасон дар фаъолияти варзишӣ нишон медиҳад, ки муҳтаво, усул ва воситаҳои

тарбияи ҷисмонӣ бояд мувофиқи имкониятҳои синнусолӣ ва хусусиятҳои фардӣ-психологӣ хонандагон таҷдиди назар гарданд. Банақшагирии оқилонаи вақти холии наврасон тавассути густариши истифодаи бозихҳои миллии варзишӣ аз масъалаҳои мубрами соҳа ба ҳисоб меравад [2-М; 12-М].

Хулоса, натиҷаҳои таҳқиқот имкон медиҳанд ба хулосае оғем, ки оғодагии наврасони душвортарбия ба машғулиятҳои мунтазами тарбияи ҷисмонӣ танҳо дар шароити истифодаи пайдарпай, мақсаднок ва аз ҷиҳати педагогӣ-психологӣ асосноки бозихҳои миллии варзишӣ ташаккул меёбад. Равиши мазкур ҳамчун воситаи муассири таҳкими саломатии ҷисмонӣ, беҳсозии вазъи равонию эҳсосӣ ва баланд бардоштани сатҳи мутобиқшавии иҷтимоии наврасон баромад менамояд. Таъбиқи васеи ин таҳқиқот дар муассисаҳои таълимӣ ва махсус, асоси илмии устуворро барои иҷтимоишавии муваффақонаи насли наврас фароҳам меорад.

Тавсияҳо барои истифодаи амалии натиҷаҳои таҳқиқот

Барои дар амал таъбиқ намудани натиҷаҳои таҳқиқот ва беҳтар кардани кор бо наврасони душвортарбия, тавсияҳои зерин пешниҳод мешаванд:

1. Мураббӣён ва омӯзгорони тарбияи ҷисмонӣ бояд барои ҳар як навраси душвортарбия дар асоси натиҷаҳои таҳхис барномаҳои алоҳидаи машқҳои тартиб диҳанд;

2. Дар машғулиятҳои тарбияи ҷисмонӣ ҳиссаи бозихҳои варзишии миллиро зиёд намуда, онҳоро бо усулҳои ҷолибу муосири таълимӣ омезиш диҳанд;

3. Дар раванди машқҳо муҳити ором, рафоқат ва дастгирии ҳамдигарӣ эҷод карда шавад, то наврасон худро дар ҷомеа нолозим эҳсос накунанд;

4. Баҳодиҳии сатҳи оғодагии ҷисмонӣ бояд на танҳо дар ибтидо, балки дар давоми тамоми давраи тарбия низ гузаронида шавад, то самаранокии машғулиятҳо пайгирӣ

гардад;

5. Омӯзгорон бояд мунтазам аз болои худ кор карда, бо усулҳои психологияи наврасон ва методикаи муосири кор бо гурӯҳҳои душвортарбия мунтазам шинос шаванд.

Ҳарчанд дар доираи таҳқиқоти мазкур тавонистем ба саволҳои асосии илмии мавзӯи баррасишавада посух ёфта, роҳҳои самараноки ташхису баҳодиҳии омодагии ҷисмонии наврасони душвортарбияро муайян намоем, бояд эътироф кард, ки ин кор танҳо қадами аввалин дар ҳалли мушкилоти мазкур ба ҳисоб меравад. Масъалаҳои марбут ба тарбияи наврасони душвортарбия бисёрҷанба буда, дар доираи як таҳқиқоти имконияти ҳалли тамоми монеаҳои мавҷударо баррасӣ кардан ғайримикон аст. Дар робита ба ин, ҷиҳати идомаи таҳқиқот ва ҳалли мушкилоти мубрами соҳа, мавзӯҳои зеринро барои паҷӯшишҳои оянда пешниҳод менамоем:

1. Омӯзиши имкониятҳои истифодаи барномаҳои компютерӣ ва дастгоҳҳои муосир барои назорати пайвастаи тағйирот дар нишондиҳандаҳои физиологияи наврасони душвортарбия дар ҷараёни машқҳо;

2. Таҳқиқи робитаи байни муҳити зисти наврас ва иштироки фаъолонии ӯ дар ҷорабиниҳои тарбияи ҷисмонӣ, бо мақсади дарёфти роҳҳои ҳамкориҳои зичи мураббӣ бо волидайн;

3. Таҳияи барномаҳои махсуси омӯзишӣ барои муаллимони тарбияи ҷисмонӣ, ки ба онҳо имкон медиҳад донишҳои педагогӣ, психологӣ ва варзиширо барои муносибат бо наврасони дорои рафтори номутаносиб муттаҳид созанд.

ФЕҲРИСТИ ИНТИШОРОТИ ИЛМИИ ДОВТАЛАБИ ДАРАҶАИ ИЛМӢ САИДАЛИЗОДА УМЕДҶОН РАМАЗОН

I. Мақолаҳое, ки дар маҷаллаҳои тақризшаванда ва тавсиякардаи Комиссияи олии аттестатсионии назди Президенти Ҷумҳурии Тоҷикистон ба таъб расидаанд:

[1-М]Дадобоева М.С., Сайдалиев У.Р. Таснифоти педагогӣ-психологӣ мафҳуми «душвортарбия» ва хусусиятҳои зоҳиршавии он дар наврасон [Матн]/Сайдалиев У.Р.//Паёми донишгоҳи омӯзгорӣ. –Душанбе, 2023.–№ 4-2 (18).–С. 25-30.

[2-М]Сайдалиев У.Р. Таъсири арзишҳои муҳими варзишӣ ба ҳаёти наврасони душвортарбия [Матн]/Сайдалиев У.Р.//Паёми Пажуҳишгоҳи рушди маориф.–Душанбе, 2024.–№4 (48).–С.206-212.

[3-М]Сайдалиев У.Р. Кор бо наврасони душвортарбия: маслиҳати мутахассисон [Матн]/Сайдалиев У.Р.//Паёми Пажуҳишгоҳи рушди маориф.–Душанбе, 2025.–№6 (48).–С.15-23.

[4-М]Сайдалиев У.Р. Усулҳои ҳамкорӣ бо оилаҳои кӯдакони душвортарбия бо воситаи варзиш ва тарбияи ҷисмонӣ [Матн]/Сайдалиев У.Р.// Паёми донишгоҳи омӯзгорӣ.–Душанбе, 2026.–№2 (28).–С.34-45.

II. Мақолаҳои илмие, ки дар маҷмӯа ва дигар нашрияҳои илмӣ-амалӣ ҷоп шудаанд:

[5-М]Сайдалиев У.Р. Физическая культура в системе образования XIX начала XX веков в Республике Таджикистан[Матн]/Сайдалиев У.Р.//Сборник международной конференции: Современные тенденции языкового образования в Республике Таджикистан: опыт, проблемы, перспективы. –Душанбе, 2022. –С.364-368.

[6-М]Сайдалиев У.Р. Роль спорта в повышении экологического сознания молодежи[Текст]/Сайдалиев У.Р.//Маводи конференсияи ҷумҳуриявии илмӣ-назариявӣ

дар мавзӯи «Окилона истифодабарии табиат ва ҳифзи муҳити атроф дар шароити тағйирёбии иқлим». – Душанбе, 2023. – С.383-387.

[7-М] Сайдалиев У.Р. О взглядах современного учителя[Текст]/Сайдалиев У.Р.//Маводи конференсияи ҷумхуриявии назариявӣ-амалӣ дар мавзӯи «Омӯзгор-проблемаҳои таҳсилоти муосир», бахшида ба «Рӯзи омӯзгор». – Душанбе, 2024. – С.213-215.

[8-М] Сайдалиев У.Р. Хусусиятҳои ташкилӣ, педагогии ташаккули майлу рағбати наврасони душвортарбия ба варзиш ва тарбияи ҷисмонӣ[Матн]/Сайдалиев У.Р.//Сборник материалов республиканской научно-практической конференции «Мировые тенденции в области литературных связей-новое восприятие художественного текста», приурочный «Государственной программе совершенствования преподавания и изучения русского и английского языков в Республике Таджикистан на период до 2030 года». – Душанбе, 2025. – С.185-187.

[9-М] Сайдалиев У.Р. Формирования интереса трудновоспитуемых учащихся к занятиям физической культуры[Текст]/Сайдалиев У.Р.//Материалы международной научно-практической конференции профессорско-преподавательского состава на основе высутпления Лидера нации, Основателя мира и национального единства, Президента Республики Таджикистан, уважаемого Эмомали Рахмона, посвященному «Дню знаний» на тему «Роль и ответственность учителя в период независимости». – Душанбе, 2024. – 310-313.

[10-М] Сайдалиев У.Р. Особенности формирования у трудновоспитуемых учащихся склонности к физическому воспитанию[Текст]/Сайдалиев У.Р.// Материалы международной научно-практической конференции профессорско-преподавательского состава на основе высутпления Лидера нации, Основателя мира и национального единства, Президента Республики

Таджикистан, уважаемого Эмомали Рахмона, посвященному «Дню знаний» на тему «Роль и ответственность учителя в период независимости». –Душанбе, 2024.–314-318.

[11-М]Сайдалиев У.Р. Муносибати хонандагони душвортарбия нисбати тарбияи ҷисмонӣ дар Ҷумҳурии Тоҷикистон[Матн]/Сайдалиев У.Р.//Маводи конференсияи ҷумҳуриявии илмӣ-амалӣ дар мавзӯи «Масъалаҳои мубрами тарбияи ҷисмонии наврасону ҷавонон». –Душанбе, 2025.–С.79-84.

[12-М]Сайдалиев У.Р. Правильное питание - залог здоровья[Матн]/Сайдалиев У.Р.//Маводи конференсияи ҷумҳуриявии илмӣ-амалӣ дар мавзӯи «Масъалаҳои мубрами тарбияи ҷисмонии наврасону ҷавонон». –Душанбе, 2025.–С.63-68.

[13-М]Сайдалиев У.Р. Концепсияи муносири педагогӣ оид ба моҳияти таълими хусусӣ-тамоюлӣ[Матн]/Сайдалиев У.Р.//Маводи конференсияи ҷумҳуриявии илмӣ-амалӣ дар мавзӯи «Масъалаҳои мубрами тарбияи ҷисмонии наврасону ҷавонон». – Душанбе, 2025.–С.220-225.

**ТАДЖИКСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ
САДРИДДИНА АЙНИ**

На правах рукописи



УДК: 371+376.5:796/799(575,3)

САИДАЛИЗОДА УМЕДЖОН РАМАЗОН

**ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ
ОСОБЕННОСТИ ФОРМИРОВАНИЯ ИНТЕРЕСА
ТРУДНОВОСПИТУЕМЫХ ПОДРОСТКОВ К СПОРТУ И
ФИЗИЧЕСКОМУ ВОСПИТАНИЮ (НА ПРИМЕРЕ
НАЦИОНАЛЬНЫХ СПОРТИВНЫХ ИГР)**

Автореферат

диссертации на соискание ученой степени кандидата
педагогических наук по специальности 5.3. - Педагогика
(5.3.1. Общая педагогика, история педагогики и образования)

ДУШАНБЕ – 2026

Диссертация выполнена на базе общеуниверситетской кафедры педагогики Таджикского государственного педагогического университета имени Садриддина Айни.

Научный руководитель: **Солехзода Мадина Солех** - кандидат педагогических наук, доцент кафедры общей и педагогической психологии факультета психологии ТГПУ имени С. Айни

Официальные оппоненты: **Сафаров Шоди Асомуродович** - доктор педагогических наук, Президент Академии образования Таджикистана;

Ализода Сабринисо Тиллав - кандидат педагогических наук, доцент кафедры русского языка и литературы Международного университета туризма и предпринимательства Таджикистана.

Ведущая организация: Таджикский институт физической культуры имени Саидмумина Рахимова

Защита диссертации состоится 11.12.2026 года в 11:00 на заседании диссертационного совета 6D.KOA-147 при Кулябском государственном университете имени Абуабдуллох Рудаки (735360, г. Куляб, ул. С. Сафарова, 16), 3-й этаж административного здания, зал заседаний диссертационного совета. E-mail: davlatzodamirali1980@mail.ru; _номер телефона научного секретаря (+992) 980-00-00-54.

С текстом диссертации и её авторефератом можно ознакомиться на сайте www.kgu.tj и в научной библиотеке Кулябского государственного университета имени Абуабдуллох Рудаки (735360, г. Куляб, ул. С. Сафарова, 16).

Автореферат разослан « ____ » _____ 2026 года.

Учёный секретарь
диссертационного совета,
кандидат педагогических наук,
и.о. доцент:



Давлатзода М.А.

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность темы исследования. Изменения во всех сферах сегодняшнего общества, касались и систему образования. Вопросы демографии, в том числе рост трудоновоспитуемых детей и подростков, предупреждение и исправление различных видов негативных поведений этого контингента населения всегда были остаются в поле зрения правительства страны.

Кроме этого, социаль- экономический кризис в современном обществе отрицательно повлияли и на общеобразовательных учреждений, в том числе и специальные образовательные учреждения (специальные школы, школы-интернаты, детские дома и т.д.) Также ошутимое социальное неравенство в обществе, ухудшение желання молодого поколения (детей и подростков) к физическому воспитанию спорту в целом, стремительный рост негативного поведения таких групп резко возросли.

Безразличное отношения к жизни формируют у болшинства учащихся безразличия, психологическое воздействие на себя и окружающих и приводят к росту различных негативных последствий. Наблюдается рост преступлений среди учащихся общеобразовательных учреждений, особенно среди подростков.

В связи с этим известно, что одним из важных периодов становления детской личности является школьные годы и именно в этот жизненный период зарождаются основы личности ребенка. Именно в этот период у ребенка формируется основныепараметры поведения и отношения к окружающей его общества. Для решения этих задач учебные дисциплины, в том числе физическое воспитание и спорт играют немаловажную роль, хотя исходя из существующих возможностей эта дисциплина в основном направлена на приобретение навыков и умений спортивного направления, тогда как вопросы нравственных и моральных качеств у ребенка порой не учитываются. Эти проблемы решаемы, если воспитательная часть спортивных мероприятий и физическое

воспитание будут учтены совместно в едином учебном процессе, что позитивно влияют на физическое, нравственное и психологическое состояние учащихся.

Исследование и анализы свидетельствуют, что эта задача всегда находится в поле зрения Лидера нации, Основателя мира и национального согласия, Президента Республики Таджикистан, уважаемого Эмомали Рахмона. В своих постоянных обращениях и выступлениях он неоднократно напоминает, что: «мы должны воспитывать подростков и молодежь в духе уважения к национальным ценностям, соблюдении законности, общественного порядка и других негативных факторов, защитить их от разрушительного воздействия негативных факторов в том числе терроризма, наркомании и других угроз отрицательно влияющих на их морально-психологическое состояние. Наоборот пропагандировать и развивать среди них здоровы образ жизни» [61, с.36]. Осмысление этих напоминаний отражает современное педагогическое понятие в воспитании подростков и молодежи, основу которых составляют твердые моральные и гражданские ценности. В центре этих процессов стоит прежде всего воспитание уважения к национальным ценностям и охрана общественного порядка которые составляют основу национального самосознания и гражданского долга.

На таком уровне основное внимание должна направляться к предупреждающему воспитанию, направленному на защиту личности от воздействия негативных факторов социальных и глобальных угроз.

Напоминание таких факторов как, терроризм, наркомания и преступность требует особый подход к устойчивому психологическому состоянию, самокритичности и ответственности у молодежи. В связи с этим воспитание является не только средством трансформации норм но и основной фактор личной и общественной защиты.

Одновременное напоминание о пропаганде здорового образа жизни является полноценной характеристикой

процессов воспитания состоящих из физического и морально-психологического развития личности. Создание позитивного отношения к здоровому образу жизни является средством предупреждения таких факторов как трудоновоспитуемость и возможной пропагандой психо-физического состояния подростков и молодежи.

В этой связи основы нормативно-правовой базы темы исследования приведены в законах Республики Таджикистан «Об образовании» [40], «Об ответственности родителей в воспитании и обучении ребенка» от 20 июня 2024 года №2049 [41], «Национальной концепции воспитания в Республике Таджикистан» [37], Закона Республики Таджикистан «Правовая защита прав ребенка»[42], «Программа развития физического воспитания и спорта в Республике Таджикистан на 2022-2026 г.г.» приложение к Постановлению Правительства Республики Таджикистан от 30 декабря 2021 года №568 [13] и других нормативно-правовых актов.

В связи с этим вопросы ухудшения нравственности у подростков является одним из основных параметров которые всегда остается под пристальным вниманием педагогов, юристов, социологов, родителей и других ведомств. Обычно подросток всегда сравнивает себя и свои действия с поведением взрослых. С целью формирования и исправления моральных и личностных качеств, компенсации семейного воспитания, а также повышения уровня физического и психологического состояния трудоновоспитуемых подростков общеобразовательные учреждения и специальные образовательные школы должны построить систему на основе современных методов воспитания и обучения.

Хотя деятельность физического воспитания и спорта имеют большие возможности для воздействия на психику и поведения подростков и молодежи, однако современный порядок укоренившееся сейчас не позволяют им в полной мере использовать человеческий потенциал для достижений поставленных перед ними жизненные задачи.

Эта работа предлагает такой метод воспитания, в

которых предлагается гуманистическое направление для решения психолого-педагогических задач по вопросам воспитания, обучения и отдыха подростков.

Для решения этих задач наряду с другими используемыми психолого-педагогическими инициативами воздействия национальных спортивных игр имеют положительные влияния.

Таким образом, противостояния в процессе психолого-педагогические работы с трудновоспитуемыми подростками, использование современных технологий обучения и воспитания, в том числе и использование национальных спортивных игр в которых прежде всего включены гуманистические составляющие нашли свое отражение в работе. Кроме того в работе нашли свое отражение исследование недостатков использования национальных спортивных игр в образовательных и воспитательных работах с трудновоспитуемых подростков и определено актуальность научной работы.

Степень изученности научной темы. Вопросы воспитательной работы с подростками, в том числе и с трудновоспитуемыми наши свое отражение в работах отечественных и зарубежных ученых такие как: Лутфуллоев М. [46], Шарифзода Ф. [80], Каримова И. Х. [33], Қодиров Б. [32], Нуров А. [56], Шарипов В. Д. [81], Мачидова Б. [48], Шукуров Т. [83], Зубайдов У. [27], Суяркулов Т. [74], Сафаров В. Д. [68], Файзализода Ч. [77], Намозов Т. [53], Алемаскин М. А. [2], Баженов В. Г. [10], Беличева С.А. [15], Вертсинская Н.Н. [19], Зотов Ю. И. [28], Кочетов А. И. [36], Макаренко А.С. [49], Мариенко И.С. [50], Натазон Э.Ш. [54], Невский И.А. [55], Петровский А.В. [60], Сухомлинский В.А. [73], Фелдштейн Д.И. [79] и других авторов. По утверждению этих ученых эффективный метод для трудновоспитуемых и их использование в учебно-воспитательный процесс и адаптация в общественную жизнь, в том числе и в физическое воспитание и спорту (на примере национальных спортивных игр) могут повлиять на изменение их характера в будущем.

Изучение причины возникновения и формирования антиобщественного поведения детей и подростков и их исправления путем использования средств физического воспитания и спорта (на примере национальных спортивных игр) является основной темой психолого-педагогического исследования проведенных в процессе различных спортивных занятий таких ученых как; (Асоев М. Х. [8], Намозов Т. [53], Саидова Ш.А. [65], Сафаров Ш.А. [67], Турсунов Н.Н. [76], Зотов Ю.И. [28], Кабачков В.А. [31], Синякин М. П. [70] и др.)

Занятие физическим упражнением можно сказать является основным фактором нравственного, физического, психологического и других параметров развития личности, считают (Сафаров Ш.А. [67], Намозов Т. [53], Давлятов Х. С.[24], Қурбонова Г. [38], Лубишев Л.И. [47], Лесгафт П.Ф. [44], Виленский М.Я. [20] и др.).

Задачи физического воспитания и спорта непосредственно влияют на интеллектуальный и чувственный мир личности и в дальнейшем проявляется на их будущее положительно, считают (Гадоев М. [23], Фозилов С. [78], Кабачков В.А. [31], Лубишев Л.И. [47], Биховская И.М. [16], Столяров В.И. [71] и др.).

Связь исследования с проектами (программами) или научными темами. Данная научная работа была исследована в рамках кафедры физического воспитания, гражданской обороны и общеуниверситетской кафедрой педагогики ДГПУ им. С. Айни и тесно связаны со специальностями психолого-педагогического направления. Цели и задачи диссертации в воспитательном направлении соответствуют современным методам обучения и воспитания трудновоспитуемых подростков, решения которых приведены в государственных программах. Тема и содержания диссертации вносит вклад в Закон Республики Таджикистан «Об образовании» (2013), Закона Республики Таджикистан «Об ответственности родителей в обучении и воспитании ребенка» (2024), Закона Республики Таджикистан «О физическом воспитании и спорта» (2012), Программа

развития физического воспитания и спорта в Республике Таджикистан на 2022-2026 годы и «Национальная концепция воспитания в Республике Таджикистан» 2026 г.

Также по теме диссертации были высказаны в работах Сангинова Б.К. [64], Шарипова В.Д. [82], Маджидзода У.Х., [52], Кахрамонова Г.С. [39].

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ИССЛЕДОВАНИЯ

Исследованию подвергнута задачи организационно-педагогическая проблема формирования интереса трудновоспитуемых подростков к физическому воспитанию и спорту на основе использования национальных спортивных игр.

В учебно-воспитательном процессе трудновоспитуемые подростки посредством физического воспитания через национальные спортивные игры знакомятся с культурой, традицией и исторических национальных ценностей и обучаются уважительному отношению к здоровому образу жизни как к себе так и к другим. В дополнение к этому использование национальных спортивных игр в образовательных учреждениях способствует к их физическому развитию и улучшению психо-физиологического и эмоционального состояния. Такие занятия очень нравятся учащимся они будут вырабатывать в себе волевые качества, т.е. во время участия в таких играх подростки будут сотрудничать с взрослыми и развивают навыки и умения быть ответственными и соблюдать порядок, которые в дальнейшем укрепляет их адаптацию в социальной сфере.

Цель исследования. Теоретическое и практическое обоснование эффективности использования национальных спортивных игр в учебно-воспитательном процессе трудновоспитуемых подростков.

Задачи исследования:

1. На основе обучения и анализа научно-методической литературы определить степень исследования задачи

физического воспитания и спорта для трудновоспитуемых подростков.

2. Выявление причин и психолого-педагогических факторов возникновения недостатков в поведении трудновоспитуемых подростков.

3. Определение особенности ситуаций развития физической готовности и психолого-педагогических особенностей трудновоспитуемых подростков.

4. Уточнение образованности и активности трудновоспитуемых подростков в вопросах защиты здоровья и проявление их интереса к физическим упражнениям на примере национальных спортивных игр.

5. Обучение и контроль занятий по физической подготовке трудновоспитуемых подростков с учетом использования национальных спортивных игр.

Объект исследования – процесс организации физического воспитания трудновоспитуемых подростков в общеобразовательных учреждениях.

Предмет исследования – особенности организации психолого-педагогической деятельности для проявления интереса трудновоспитуемых подростков к физическим занятиям и спорту (на примере национальных спортивных игр).

Гипотеза исследований: Эффективность физического воспитания и спорта трудновоспитуемых подростков выявляются при реализации следующих комплексных требований:

5. Содержание и организация учебных программ по физическому воспитанию с учетом возрастных, физических, педагогических и индивидуальных особенностей подростков;

6. Обеспечение психолого-педагогических условия и твердой заинтересованности подростков к занятиям по физической подготовке.

7. Включить в учебный процесс специальных образовательных учреждений (на уроках по физической

подготовке) элементы национальных спортивных игр с учетом возрастных особенностей.

8. Плодотворность внедрения национальных спортивных игр в учебный процесс специальных образовательных учреждений по показателям физического развития и уровня подготовки, психоэмоциональных особенностей и изменения в поведении подростков.

Периоды, место и этапы проведения исследования. Исследования проводились поэтапно в три периода (2021-2025 г.г.).

Первый период – теоретические поиски (2021-2022 г.г.). Сбор и изучения специальной доступной литературы в рамках темы исследования, анализ и оценка действительного положения и организация периода их проведения.

Второй период– практические исследования (2022-2023 г.г.).

Выполнение организационного периода исследования в процессе которого определяется качество отношений основы, типы и их методы, а также условия обеспечения интереса трудновоспитуемых подростков к спорту и физического воспитания на примере национальных спортивных игр.

Третий период–заключительный (2024-2025 г.г.). Итоги и анализ результатов теоретической и практической части исследовательской работы, анализ и рассмотрение исследовательско-лабораторных работ, статистика и разработка материалов диссертации.

Теоретико-методологическую основу исследования составляют:

Положения о развитии и формировании личности указаны в работах; (Каримова И. [33], Нуров А. [56], Рахимзода Х. [62], Иматзода Л. [30], Котибова Ш. [35], Обидова М. [57], Дадобоева М.С.[25], Ананиев В.П. [6], Афанасиев В.П. [9], Бодалев А.А. [17], Леонтев А.А. [45] ва дигарон); **Положения о возрастных особенностях индивидуальности ребенка и поведения подростков;** (Юнусова Н. [84], Маджидова Б. [48], Сафарова З. [69],

Саидзода Б. [66], Котибова Ш. [34], Пиаже Ж. [59], Виготский Л.С. [22], Раттер М. [63] ва дигарон); **положения об актуальности содержания в процессе исправительных работ с трудновоспитуемых подростков.** (Латифзода С. [43], Зайтметов Х. [26], Баротова Г. [14], Вайзман Н.И. [18], Алмазов Г.Н. [4], Обухова Е.А. [58] ва дигарон); **положения о теоретико-методических основах спортивных средств в интеллектуальном, моральном и физическом развитии личности;** (Сафаров Ш.А [67], Раҳимзода Х. [62], Гадоев М. [23], Намозов Т. [53], Курбонова Г. [38], Матвеев Л.П. [51], Баландин Г.А. [11], Ильин Е.П. [29], Балсевич В.К. [12], Тихвинский С.Б. [75], Кабачков В.А. [31] и другие).

Источники. В качестве основных источников диссертации легли и были использованы учебники, тексты авторефератов и диссертации отечественных и зарубежных исследователей.

Эмпирическая база исследования: беседа, анализ и итоги научно-методической литературы; анализ психолого-педагогической литературы, тест, анкетный опрос, наблюдение, лабораторно- педагогическая, статистические и математические данные.

База исследования : В исследовании были включены и принимали участие более 200 подростков 11-14 лет общеобразовательного учреждения № 10 района Исмоили Сомони г. Душанбе, специальные образовательные учреждения для детей сирот и школа-интернат для трудновоспитуемых детей г. Душанбе.

Научная новизна исследования.

1. Впервые система физического воспитания для трудновоспитуемых подростков 11-14 лет была разработана на базе национальных спортивных игр;

2. Определены педагогические условия обеспечивающих эффективного использования национальных спортивных в системе физического воспитания для трудновоспитуемых подростков;

3. Нормы и показатели оценки эффективности физического воспитания трудновоспитуемых подростков разработаны через использования национальных спортивных игр;

4. Выявлены особенности влияния национальных спортивных игр на физическое и психо-эмоциональное состояние трудновоспитуемых подростков которые мотивировали их участие на занятиях по физической подготовке;

5. В результате экспериментального исследования были доказаны эффективность применения национальных спортивных игр на физическую подготовку и наблюдались исправления в поведения трудновоспитуемых подростков.

Положения выносимые на защиту:

1. Доказаны, что в стремительно меняющийся современный мир, увеличение количества трудновоспитуемых подростков, их нежелание к физическому воспитанию и резкий рост негативности в их поведения, разработка и внедрения новых методов использования национальных спортивных игр, создание единого центра воспитательного воздействия и исправления является своевременным. Определена, что использования и применения таких игр в специальных образовательных учреждений помогут проводить профилактику в их антиобщественное поведение и адаптировать их здоровому образу жизни. Поэтому система физического воспитания на основе национальных спортивных игр в переходный период является основным механизмом исправления поведения, обеспечения психологического мира, укрепление личностных качеств и улучшения физического состояния трудновоспитуемых подростков.

2. Определено, что физическое воспитание и спорт как средство укрепления физического здоровья, развития способности и социальной адаптации является важнейшей задачей сплоченности подростков и координация их интересов в процессе коллективной деятельности. Обоснованно, что психическая устойчивость и волевые качества

трудновоспитуемых подростков в конституциональной деятельности и целенаправленное руководство учителей и воспитателей является тем звеном для предупреждения аномии и воздействия от негативных факторов улицы. Все средства физического воспитания наряду с обеспечением устойчивого поведения являются тем фундаментом для представления личности подростка как самостоятельный субъект и активный член общества.

3. Обоснованно, что физическое воспитание и использование национальных спортивных игр в Республике Таджикистан воплощают особенности общества, государственные и национальные особенности, создают формы развития воспитательного характера. Доказано, что процесс исправления поведения подростков, направления которых определено законодательством и специальными государственными программами направлены на культуру здорового образа жизни и психологической защиты подростков. В сложных социальных условиях, формирование и организации централизованного воспитательного процесса рассматривается не как педагогическая цель, а как средство спасения подростков от негативных поступков, защиты их здоровья и гарантия их будущего в социальной сфере.

4. Доказано, что в условиях противостояния обществ характер физического воспитания и национальные спортивные игры могут быть не только элементом управления образования, а быть активным субъектом исправления поведения, укрепления эмоционального состояния и обеспечение устойчивого субъекта как личность. Определено, что опора на национальные традиции, учитывая возрастные и психологические особенности подростков, а также педагогическое управление являлись основанием и характерной моделью исправления поведения подростков в Таджикистане. В этом процессе деятельность и роль учителей и специалистов в укреплении воспитательной опоры, восстановлении эмоционального мира и положительного поведения подростков играет важнейшую роль. Одновременно

обосновано, что использование национальных спортивных игр на уровне общеобразовательных учреждений с активным участием подростков в различных спортивных состязаний и общественная деятельность для обеспечения здоровой психологической среде и предупреждения административных правонарушений окружающей положительно влияют на их будущее.

Теоретическое значение исследования состоит в том, что теоретическая методика спорта и физического воспитания совершенствуют новые знания о целенаправленном обеспечении, содержательном, организационно-методическими факторами физического воспитания и спорта для трудновоспитуемых подростков.

Практическая значимость исследования включает в себе претворения результатов в условиях общеобразовательных учреждений, обеспечивает высокую эффективность исправления психолого-педагогического воспитания трудновоспитуемых подростков, уменьшение уровня психического состояния, повышение самооценки, устойчивости физического и психологического состояния, организация твердого желания к увлечению физическим упражнениям на примере национальных спортивных игр.

Результаты исследования могут также использоваться в практической деятельности учителей и воспитателей, преподавателей физического воспитания, классных руководителей, педагогов-психологов и руководителей образовательных учреждений во время работы с трудновоспитуемыми подростками.

Настоящая диссертационная работа может быть использована в процессе проведения уроков, семинаров, лекций, специальных курсов и курсов повышения квалификаций учителей.

Степень значимости результатов исследования, обзор и основные положения представленных к защите опираются на основе теории психолого-педагогического развития личности, возрастных психологических знаний,

научных трудов по вопросам работы с трудновоспитуемыми подростками, теоретико-педагогических основ использования физического воспитания и спорта на примере использования национальных спортивных игр, что положительно влияют на духовное и физическое развитие личности.

Соответствия диссертации к паспорту научной специальности . Содержание диссертации полностью соответствует паспорту специальности 5.3.- Педагогика (5.3.1.- Общая педагогика, история педагогики и образования).

Личный вклад соискателя научной степени состоит в определении цели, задачи, объекта, предмета, гипотез и других задач исследования, также постановка на обсуждение важнейших задач исследования, анализа и рассмотрение полученной информации. Теоретико-методологический анализ, практическое исследование и испытание гипотез, разработка предложений и заключений, которые составляют содержание диссертации являются самостоятельным исследовательским трудом соискателя.

Одобрение и претворение. Содержание диссертации подвергались обсуждению на республиканских и международных научно-практических конференциях, тренингах, круглых столах и семинарах по вопросам исследования; обсуждались на различных собраниях и научно-методических семинарах; на научно-практических конференциях профессорско-преподавательского состава ГПУ им. С. Айни и обсуждениях специалистов.

Публикации по теме диссертации. Основные положения и результаты исследования обсуждены в докладах на научно-практических конференций (2019-2026 г.г.), семинарах и круглых столах и отражены на 13 научных статьях 4 из которых опубликованы в научных изданиях ВАК при Президенте Республики Таджикистан.

Структура и объем диссертации. Диссертация состоит из введения, 3-х глав, 7- подразделов, заключении и предложения, а также списка использованной литературы.

Текст диссертации выполнена на 188 печатных страниц, 20 таблиц и 4 диаграмм. Список использованной литературы составляет 156 наименований, а также использованы другие источники и первоисточники.

ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ ИССЛЕДОВАНИЯ

В введении диссертации обоснованы актуальность выбранной темы и выявлены её научная и практическая значимость. Одновременно были подвергнуты исследованию степень изученности темы в научных отечественных и зарубежных источниках. Определены объект, предмет, цели и задачи исследования, обоснованы теоретико-методологические параметры и представлены научный комплекс использованных методов и приёмов. В введении отражены научная новизна исследования, теоретическая и практическая значимость полученных результатов, основные пункты представленные к защите, а также сведения о соответствии и реализации результатов исследования.

Первая глава диссертации посвящена «Теоретическим основам изучения психологического и физического развития подростков» и рассматривает вопросы теоретико-методологические свойства исследуемых задач. Здесь полностью анализированы закономерность психологического и физического развития подростков, особенности формирования личности возрастных периодов, а также воздействия психолого-педагогических факторов в этот процесс. Законченный аналитический процесс показали, что подростковый период занимает особое место в регламенте развития возрастных категорий человечества, потому, что именно в этом жизненном периоде формируются психологические особенности личности, появляются основные социальные направления и поведенческие шаблоны, которые повлияют на дальнейшее развитии личности.

Первый подзаголовок исследования под названием «Общие закономерности психологических и физических развитий в подростковом периоде» прежде всего изучает особенности развития.

На основе научного исследования определено, что самым сложным и ответственным периодом развития человека является именно подростковый период, потому, что именно в этот жизненный отрезок происходят стремительные изменения в анатомии, физиологии, психологии и социальные отношения и ребенок постепенно погружается в подростковый мир. Именно этот жизненный период закладываются первые признаки личностных качеств личности, как мировоззрение, место в жизни и появляются этапы человеческих ценностей. По мнению И.С.Кон: «Подростковый период с характеризуются, как; стремительный физический рост, половое созревание и физиологические изменения. Именно в этот период эти процессы формируются основы самопознания, развиваются когнитивная сфера, социальные отношения, возникновение новых личностных качеств» [3, с.34-38]. Из этого следует, что пропорциональное развитие, гармоничное и всесторонне развитая личность является одним из основных условий формирования совершенствования подростка.

Также с точки зрения Л.С. Выготского «В подростковом возрасте происходят физическое, половое и социальное изменение одинаково по времени, однако они не соответствует темпу и сроку созревания. Именно такие несоответствия процесса является одним из важнейших особенностей подросткового возраста» [1, с. 58]. Поэтому координация физического, психологического и социального развития для формирования самостоятельной личности с психологической точки зрения должен стать устойчивым и адаптированным к социальной среде.

Посредством второго параграфа первой главы «Классификация понятия трудновоспитуемость и её особенности в подростковом возрасте» исследованы

сущность, особенность и свойство формирования трудновоспитуемости среди подростков.

На этой основе, анализ научных трудов отечественных и зарубежных исследователей свидетельствуют, что до сегодняшнего дня в педагогике «трудновоспитуемость» классифицируется как единое понятие принятые всеми. Большинство исследователей (Л.С.Виготский, И.С.Кон, А.Е.Личко, М.И.Рожкова, Х.Рахимзода, Ф.Шарифзода, З.Сафарова, С.Латифзода и др.) при классификации трудновоспитуемых подростков учитывают их уровень социальной адаптации, особенности трудновоспитуемости, воздействия семейных отношений, особенности отношений с образовательными учреждениями а также степень устойчивости их поведения как основная норма.

Такая классификация даёт возможность, чтобы психолого-педагогическая работа была разработана и внедрена с учетом каждой группы подростков.

В зависимости от этого, семья, образовательное учреждение, группа ровесников и общества должны образовывать единую систему отношений, в рамках которых формируется личность и социальное развитие подростка. Если социальная среда для подростка не может обеспечивать примерное поведение, здоровое межличностные отношения и социальную поддержку, то в этом случае возникают и развиваются негативные факторы в характере и поведения подростка и быстро меняются их формы.

Известно, что развитие личности и приобретение социальных ценностей реализуются прежде всего в процессе общения и совместных действий со взрослыми и ровесниками у которых развита и преобладают нравственное и зрелое мировоззрение и твердая социальная позиция. Именно в таком процессе взаимоотношений подросток научиться социальным опытом и приобретает общественные нормы и ценности и становится как независимая личность, формирует в себе ответственность с точки зрения социальной зрелости.

Третий параграф первой главы «Факторы и причины возникновения трудновоспитуемости у подростков» рассматривает анализ социальных, педагогических и психологических факторов которые влияют на трудновоспитуемость и проявление трудновоспитуемости в подростковом периоде. В том числе было выявлено, что трудновоспитуемость это сложное и многоаспектное социальное, педагогическое и психологическое явление и формируется в результате воздействия внешних и внутренних факторов. Анализ научной литературы подтверждает, что основные причины возникновения антиобщественных поведения подростков, прежде всего связаны с семьей, уровень воздействия образовательных учреждений, неофициальные отношения сверстников, а также отрицательное социальное влияние улицы.

В этой связи таджикский исследователь З. Сафарова специально напоминает, что: «К основным факторам возникновения девиантного поведения относятся; уход из дома как фактор неповиновения или протест к трудностям и отставание в учебе, нездоровые отношения к родителям, воздействие группы сверстников подражание к поступкам и поведениям неофициальных группировок, страх тот наказания, общественное порицание или жесткие требования взрослых, неудовлетворение своих эмоциональных, чувственных, социальных и психологических потребностей; грубые, жестокие и агрессивные отношения внутри семьи; использование принуждения, угроз и давление в учебном процессе; а также чувство тревоги и опасности, любовь и психологическая поддержка близких родственников в вопросах воспитания» [8, с.17]. Вышеназванные факторы свидетельствуют, что безконтрольность и бродяжничество среди подростков –это не выбор самих подростков а результат воздействия социальных, семейных, психологических и воспитательных факторов.

В системе профилактических и исправительных работ, повышении воспитательной культуры родителей,

усовершенствовании внутрисемейных отношений и взаимосвязи образовательных учреждений с семьей имеет специальное значение. Только на основании эффективного сотрудничества семьи, образовательных учреждений и других социальных структур могут создавать устойчивые условия для предупреждения трудновоспитуемости подростков.

По мнению М.Солехзода: «Разрушение традиционной системы воспитания, ослабление духовно-нравственного воспитания, снижение воспитательной роли в семье, а также негативное воздействие некоторых факторов в социальной среде могут отрицательно повлиять на социальную адаптацию подростков. В таких условиях подростки будут подвергнуты влиянию антиобщественных неофициальных группировок. Безусловно одним из основных задач семьи, общества и образовательных учреждений своевременно выявлять факторы дезадаптации ребенка и подростков, организация психолого-педагогической и социальной поддержки» [9, с. 548-553].

Выявление опасных факторов и целенаправленной помощи дают возможность своевременно проводить профилактику разного рода девиантного поведения, безконтрольности и бродяжничества среди подростков. По этой причине в структуре профилактических и исправительных психолого-педагогической деятельности родителей, укрепление внутрисемейных и развитие активного сотрудничества семьи и общеобразовательных учреждений. Психолого-педагогическая практика конкретно показывает, что только совместная деятельность семьи, образовательное учреждение и другие социальные структуры могут создавать устойчивое условие для профилактики трудновоспитуемости и обеспечить разностороннее развитие подростков

Вторая глава диссертации «Педагогические, психологические и социальные основы исправительных работ с трудновоспитуемыми подростками» включает в себе три параграфа.

В этой главе рассматриваются и анализируются основные направления, формы и порядок профилактических и

исправительных работ с трудновоспитуемыми подростками, а также исследуются возможности использования психолого-педагогических и социальных факторов которые направлены на исправления поведения и повышения уровня социальной адаптации подростков.

В первом параграфе главы: «Профилактические и исправительные работы с трудновоспитуемыми подростками» определены формы, методы и современные пути профилактики и исправления трудновоспитуемости.

Как свидетельствуют из содержания данного праграфа, эффективность воспитательной и профилактической деятельности прежде всего заключается в своевременном определении причин и факторов появления трудновоспитуемости. Большинство трудновопитуемые подростки подвержены неустойчивой самооценки и не в полном объеме понимаю свои возможности, не верить в свои позитивные способности в восстановлении межличностных отношений с окружающими и сталкиваются с определенными трудностями. Одним из главных задач учителя и психолога создать благоприятное условие для выявления, развития и внедрения здоровых и позитивных сторон подростка, его способности, внутреннего резерва и возможностей. В этом процессе вопрос социальной адаптации и положительного развития подростка.

На равне с этим, изучение личности подростка и анализ его отношения к самому себе, уровня самооценки, познание личного поведения, а также отношения окружающих к себе подталкивает подростка к негативному или позитивному поведению. Анализ данных свойств дают возможность лучше воспринимать принципы самоуправления, саморегулирование и создание личной позиции подростка.

Самооценка как один из центральных элементов в конструкции личности оказывает воздействие на процессы поведения, межличностные отношения и уровня социальной адаптации подростков. Поэтому изучения уровня самопознания и личностные отношения имеют большие

возможности и ограничения для определения основных направлений в теоретико-практическом значении будущих исправительно- воспитательных работ.

По мнению К.Роджерса: «Только в пространстве приема, уважения и соболезнавание личность имеет возможность раскрывать и развивать свои способности» [7, с. 218]. С этой точки зрения использование мер принуждения и методы наказания в психолого-педагогической деятельности по отношению к трудновоспитуемым подросткам не даёт и не обеспечивает должного результата. Наоборот, обеспечение нормальной и позитивной среды, уважительное отношение к личности подростка и эмоциональная поддержка даёт положительный эффект в становлении психо-эмоциональной безопасности, уверенность в себе и свои силы и быть ответственным за свои поступки и поведения.

На основе второго праграфа второй главы: «Воздействие национальных спортивных игр на становление психо-физических качеств подростков» исследованы воспитательная мощь физической деятельности и национальных игр как средства для развития личности.

В этом праграфе наминается, что современное общество нуждается в творчески активного с точки зрения социально адаптированной и всесторонне развитой личности. Такая личность должен обладать высокую культуру мышления, поведения, мировоззрения, физически развитого, выносливого и психологически устойчивого индивида.

Одновременно Республика Таджикистан на равне с другими высокоразвитыми странами посредством государственной политики агитирует здоровый образ жизни среди молодежи и направляет внимание на основную социальную поддержку государства. В связи с этим, Президент Республики Таджикистан, уважаемый Эмомали Рахмон постоянно в своих выступлениях наминает о привлечение подрастающего поколения к спорту и физическому воспитанию и отмечает: «Пришло время когда на равне с принятием соответствующих нормативно-правовых

актов мы должны создавать для подростков такие условия в котором они должны больше привлекаться к физическим упражнениям и развитию здорового образа жизни» [5]. Смысл этих высказываний свидетельствуют, что высокое социальное значение, физическое развитие и спорт являются эффективным профилактическим средством от трудновоспитуемости, пропаганды здорового образа жизни, морально-нравственного развития и становлению всесторонне развитого подростка.

Теоретические и практические методы и средства использования физического развития и спорта в учебно-воспитательном процессе приведены в **третьем параграфе второй главы** под названием «Психолого-педагогические особенности использования средств физического воспитания и спорта в воспитательной работе с трудновоспитуемыми подростками»

В этом параграфе прежде всего основное внимание направлены на выявление психолого-педагогических правил, в том числе воздействия физической деятельности на становление личности подростка, развитие качеств с точки зрения социально важного составляющего и профилактики различного вида трудновоспитуемости.

В процессе исследования в рамках изучаемой задачи напоминает, что: «Физическое развитие как социальный фактор и средство привлечения личности выступает как средство психологической и активной подвижности имеет целенаправленное воздействие на учебно-воспитательный процесс. Именно физическое воспитание создает благоприятные условия для развития естественно-природных способностей, защиты здоровья, укрепление физического и психологического состояния, особенно повышения уровня моральных качеств в результате которого в целом улучшаются качество как в личной так и в общественно-социальной жизни» [3, с.36]. Несомненно деятельность физического воспитания и спорта создают широкий комплекс основных качеств для подростка. В процессе постоянных физических

упражнений у подростков развиваются дисциплинированность, ответственность, отвага, целенаправленность, самостоятельность и самоконтроль.

Для трудновоспитуемых подростков эти качества имеют большое значения, потому, что недостаточность уровня их становления в большинство случаев превращаются в одно из оснований возникновения трудновоспитуемости. Одновременно физическое воспитание и спорт тоже могут иметь влияние на становление эмоции и личной воли подростков. Постоянное участие подростков в физической деятельности приведет к уменьшению тревожности, безнравственности и эмоциональной агрессивности и повышает веру в свои силы и способность к позитивному отношению к окружающей среде. В условиях специально созданных психолого-педагогического процесса, физические упражнения помогают положительный эффект в общественной практике, развитию навыков самоконтроля и создание методов сотрудничества со сверстниками.

Следует напомнить, что наравне с национальными спортивными играми в системе физического воспитания спорт занимает особое место, потому, что с точки зрения воздействия имеют общее психолого-физическое воздействие. Значение и их достоинство способствуют не только физическому развитию и улучшению здоровья но и создают условия для уважительного отношения к национальной культуре, развитию навыков общения и обогащению опыта коллективной деятельности. Путем координации двигательной деятельности, моральных и национальных традиций, игры являются средством способствуют физическому, духовному и социальному развитию подростков.

Целенаправленное использование средств физического воспитания, прежде всего национальные спортивные игры являются одним из эффективных методов воспитания и исправительных дел в психолого-педагогической деятельности. Регулярное включение их в процессе обучения способствуют развитию физически развитого, социально

адаптированного и морально устойчивого человека. Эти и другие качества в целом формируют у подростков навыки быть сильными, стать добрыми и отзывчивыми, готовыми к созидательной в обществе.

Третья глава диссертации: «Диагностика и оценка подготовки трудновоспитуемых подростков к физическим занятиям и спорту» определяет уровень готовности трудновоспитуемых подростков к физической подготовке и спорту, их отношение к таким занятиям, стимулирование и уровень их привлечения к физическим упражнениям вывлены на практике.

В этой главе охарактеризованы этапы лабораторных исследований, уровень физической готовности подростков, психологические особенности, их отношения к собственному здоровью, а также выявлены их интерес к физическим занятиям и спорту, в том числе и на примере национальных спортивных игр.

Первый параграф третьей главы: «Исследование трудновоспитуемых подростков к физической подготовке на основе традиционных спортивных игр» охватывают теоретические вопросы, которые утверждают значимость физического воспитания как процесс социально-педагогического фактора, направленного на пропаганду физического здоровья, развитию физических навыков и данных, а также формирование координаций личности подростка.

В современной мире физическое воспитание является не только средством развития организма, а неотъемлемой части морального, гражданского и социального фактора, которые способствуют дисциплинированность, ответственность и развитию активной позиции подростка.

Как основное средство физического воспитания, спортивные занятия и упражнения, туризм, подвижные игры и национальные спортивные игры, а также другие двигательные упражнения применяются как средство здорового образа жизни. Для трудновоспитуемых подростков физическая

деятельность имеет особое психолого-педагогическое значение, которые создают благоприятные условия для двигательной деятельности, удовлетворение естественных потребностей подростков к общению, самовоплощения и подвижности. Регулярное физическое занятие и спортом способствуют не только здоровью, но и положительно влияют на волевые качества, мужество, ответственность и отношения подростков к окружающим. Одновременно внимание подростков к здоровому образу жизни меняется, создается твердое убеждение к регулярным физическим занятиям.

С целью изучения отношения подростков к своему здоровью, определение их интереса к здоровому образу жизни, выявление их увлечения к физическому воспитанию и спорта, участия в спортивных состязаниях были организованы анкетирование. В процессе исследования приняли участие более 200 подростков 11-14 лет. Как средство сбора эмпирической информации были подготовлены специальный вопросник, состоящие из регламента закрытых вопросов, позволяющих получить достоверную информацию об анкетиреуемом подростке. В период педагогических исследований метод анкетирования является основным методом проведения исследования.

Структура анкеты даёт возможность участникам самим выбрать вопрос и ответить по своему рассуждению и определять уровень его значения. Использование такого метода дало возможность получить достоверную информацию об их отношении к вопросам защиты здоровья, физического воспитания и спорта, а также тех факторов которые вызывают у них раздражение во время занятия по физическому воспитанию и различных спортивных упражнений развивающих их двигательные функции.

В процессе исследования и субъективной оценки подростков к собственному здоровью было уделено особое внимание. С этой целью было предложено участникам исследования такой вопрос: «Как вы оцениваете состояние своего здоровья» (Таблица 1)

Таблица 1.

Состояние самооценки здоровья подростков

№	Вопросы анкеты (устно)	11-14 лет (СОУ)			11-14 лет (ССОУ)		
		низко	средне	выше	низко	средне	выше
1	Как ты оцениваешь свое здоровье?	32%	45%	23%	38%	32%	30%

Анализ полученных ответов дало возможность определить особенности восприятия подростков к своему физическому состоянию и значение здоровья как важное условие развития личности. Также выявлено, что особенности субъективного оценивания здоровья должно определяться основным условием развития подвижности подростков, их отношения к упражнению по физическому воспитанию и спорта, а также их готовность к требованиям здорового образа жизни дают непосредственное воздействие. Сравнительный анализ результатов анкетирования дало возможность определить разницу в субъективном оценивания физического состояния среди учащихся общеобразовательных учреждений и воспитанников специальных образовательных учреждений.

Для первой группы больше всего преобладает средний уровень физического состояния и на этот вопрос ответили 45 % опрошиваемых подростков. Это свидетельствует о том, что большинство учащихся средних общеобразовательных учреждений оценивают свое физическое здоровье удовлетворительно и никак не меньше и не больше.

Другая картина было выявлено среди воспитанников специальных образовательных учреждений. В этой группе лидируют те подростки которые оценивают свое здоровье недостаточно. 38%- участников исследования отметили свое состояние на низком уровне. Это свидетельствует о том, что участники опроса показали низкую самооценку своего здоровья, что негативно сказывается на физическое состояние и других факторов указывающих становлению такой

негативной картины. Одновременно анализ полученных данных выявили другие основные особенности, т.е. большинство подростков независимо от образовательных учреждений оценили свое здоровье на низком или среднем уровне. Повышения подвижности учащихся, регулярное и постоянное занятие физическим упражнениям и спорту, организация культуры здорового образа жизни смогут воздействовать и на улучшение уровня самооценки по отношению к своему физическому состоянию.

С целью точного изучения отношений подростков к вопросам защиты здоровья и физического воспитания программа исследования была наполнена комплексами вопросов связанных между собой, которые дают возможность более разносторонне и широко исследовать поставленный вопрос.

В процессе анкетирования исследованию также подвергались такие стороны как личное отношение и стремление подростков именно к своему здоровью, представление о важности и роли физических упражнений, круг интересов к здоровому образу жизни, отношение к вредным привычкам, причины недостаточного участия на занятиях по физическому воспитанию, уровня информированности о национальных спортивных играх и степени их использования. Полученные материалы с учетом использования сравнительного метода обрабатываемых данных представлены в виде таблиц и диаграмм.

Следует отметить, что одним из важных направлений исследований-это определение уровня информированности подростков является и относятся национальным видам спортивных игр. С этой целью участникам исследования было предложено назвать и перечислить виды самых известных национальных игр, такие как «Нишонзаний- стрельба по цели», «Чавгонбозй- хоккей на траве», «Бандкашй- подтягивание каната», «Кй зудтар- Кто быстрее», «Сафедчубак-», «Чиликдангал-городки», «Партофтанак ба чукурй-броски в

ямку», «Партофтани туб ба давра-бросок мяча в круг» и много других национальных спортивных состязаний.

Такой ход опроса дало возможность определить уровень информированности и знания подростков о национальных спортивных играх. (Таблицы 2, 3):

Таблица 2.

**Уровень информированности изнания подростков
о видах национальных спортивных игр**

Возраст	Намуди бозиҳои варзишӣ							
	Футбол	Волейбол	Борьба	Настольный теннис	Подтягивание	Плавание	Бег	Прыжки
11-14 -лет (СОУ)	23%	16%	14%	15%	10%	9%	6%	7%
11-14 -лет (ССОУ)	28%	20%	16%	10%	15%	3%	4%	4%

Таблица 3.

**Информированность подростков о видах национальных
спортивных игр (до исследования)**

Возраст	Виды национальных спортивных игр							
	Стрельба по мишени	Хоккей на траве	Подтягивание каната	Кто быстрее?	Эстафетные палочки	Городки	Бросок в яму	Бросок мяча в круг
11-14 -лет (СОУ)	-	1%	26%	20%	-	23%	13%	11%
11-14 -лет (ССОУ)	-	-	36%	10%	-	26%	15%	13%

Анализ ответов участников свидетельствуют, что большинство опрошенных знакомы только с некоторыми национальными спортивными играми, используемыми в повседневной жизни в учебно-воспитательном процессе.

Несмотря на это уровень знания подростков об истории, правила проведения, особенности организации национальных игр и их воспитательные значения недостаточны. Это положение свидетельствует о важности и усовершенствования информационно- образовательных работ направленных на защиту, пропаганде и использования широкого спектра национальных спортивных игр в учебном процесса.

Результаты исследования отражающие уровень информированности подростков по различным видам спортивных состязаний и национальных спортивных игр позволяют наблюдать выявленные закономерности и завершить сравнительный анализ полученной информации.

С целью обеспечения объективного сопоставительного анализа все предварительные показатели каждого вида национальных спортивных игр условно принять на 100%. Использование такого метода анализа дало возможность дать оценку об уровне начальной осведомленности подростков и степени их привлечения к национальным спортивным играм, а также поддержка всех полученных изменений программы после внедрения данного опыта.

Полученная информация показывают, что до начала испытаний участие подростков в национальных играх имели разрозненный и непостоянный характер. В опытной группе средних общеобразовательных учреждений только 20% подростков постоянно участвуют в таких играх, тогда как 80% воспитанников не привлечены к практическим занятиям в национальных спортивных игр. Такая же ситуация наблюдается среди учащихся средних общеобразовательных учреждений, где 76 % подростков не участвуют в таких видах физического воспитания и спорта регулярно не участвуют. Анализ результатов анкетирования показали, что основной причиной низкой деятельности является недостаточность

информированности подростков по содержанию, историю появления, правила проведения и воспитательный потенциал национальных спортивных игр. В том числе было отмечено об отсутствии должного знания у 78% воспитанников специальных образовательных учреждений и 74% у учащихся средних общеобразовательных учреждений. После целенаправленного использования национальных спортивных игр в учебном процессе по физическому воспитанию и проведения спортивных мероприятий на порядок выше улучшились показатели по информированности участников исследования (Таблица 4).

Таблица 4.

Осведомленность подростков о спортивных национальных игр (после исследования)

Возраст	Виды национальных спортивных игр							
	Стрельба по мишеням	Хоккей на траве	Подтягивание каната	Кто быстрее?	Эстафетные палочки	Городки	Бросок в ямку	Бросок мяча круг.
11-14 - лет (СОУ)	-	1%	26%	20%	-	23%	13%	11%
11-14 -лет (ССОУ)	-	-	36%	10%	-	26%	15%	13%

На основании полученных показателей можно заключить, что на практике общеобразовательные учреждения не должным образом обращают внимание к вопросам агитации, пропаганде и использованию национальных спортивных игр в учебно-воспитательном процессе. В результате педагогические и воспитательные возможности к таким играм остаются не на должном уровне.

Предполагается, что внедрения национальных спортивных игр в содержание упражнений по физическому воспитанию, организация целенаправленных воспитательных работ и предложение практической деятельности по

увеличению интереса подростков к физическим упражнениям чем к физическому воспитанию,

Сопоставительный анализ сведений дал возможность последовательно повысить уровень познания, желание и интерес подростков к национальным спортивным играм. Полученные нормы приведены в таблице 5 в котором предложены сравнительные показатели до исследования и после её завершения (Таблица 5).

Таблица 5.

Сравнительные показатели (до и после исследования)

Нормы	До (ССОУ)	После (СОУ)	До (ССОУ)	После (СОУ)
Желание и интерес (большое)	24	46	20	48
Желание и интерес (среднее)	40	38	36	34
Желание и интерес (низкое)	36	16	44	18

Анализ данных предварительного периода педагогического исследования показали, что уровень желания и интереса подростков к национальным спортивным играм и степень их участия в них заметно улучшились. Полученные сведения доказывают, что эффективность от использования национальных игр в учебно-воспитательном процессе с подростками и свидетельствуют, что проведение таких игр являлись средством повышения их стремления к физическим упражнениям и спорта. Сопоставительный анализ лабораторно-практических работ до проведения испытаний и после них утверждают, что желание и интерес большинства подростков к национальным спортивным играм значительно возросли.

Изменения в основном произошли и зафиксированы в экспериментальных группах из средне-специальных образовательных учреждений (ССОУ) которые были зарегистрированы. В них участвовали количество подростков имеющих высокое желание и интерес к таким играм. Они

возросли от 20% до 48%. Здесь явное повышение интереса до 28%. Эти показатели свидетельствуют о том, что внедрение национальных спортивных игр в учебно-воспитательном процессе на порядок повысило желание и интерес подростков к физическому воспитанию и активизировало участия подростков в спортивную деятельность.

Одним из важных результатов исследования является снижение количества подростков, у которых желание и интерес к национальным спортивным играм заметно снизились. Если до начала исследования такие составляли 44% процентов, то после завершения исследования этот показатель снизился до 18%.

Такая норма свидетельствует о качестве раздраженности участников исследования. То есть, подростки которые раньше были равнодушными или негативно относились к национальным спортивным играм, после внедрения программы превратились в активных участников такого вида деятельности и проявили твердое желание и интерес к ним. Из результатов можно заключить, что внедрения национальных игр в систему физического воспитания и спорта создали благоприятные условия для создания и твердого решения подростков по отношению к физическим упражнениям и спорту.

Положительные нормы показателей исследования являются результаты воздействия утвержденной комплексной педагогической программы. Получение такого результата являются организация регулярных занятий, элементы здоровой конкуренции, повышения привлекательности учебно-воспитательного процесса, а также учитывание возрастных, психологических и социальных особенностей трудновоспитуемых подростков сыграли немаловажную роль. Наравне с этими, национальные спортивные игры, воплощающие традиционные ценности, проявившие твердость желания и интерес подростков к физической деятельности, развития чувство социальной принадлежности и

уважительного отношения к национальному культурному наследию.

Данное заключение имеет теоретическое и практическое значение приумножает завершённое исследование по части соответствия разработанной программы в деятельности средне-специальных и средних общеобразовательных учреждений и обоснованы с точки зрения научности.

В заключительном параграфе третьей главе: «Пути формирования готовности трудновоспитуемых подростков к физическому воспитанию и спорта на базе национальных спортивных игр» в полном объеме выполнены результаты экспериментальных исследований, основное внимание направлены на обоснование роли физического воспитания и спорта, в том числе и национальных спортивных игр в системе воспитательных работ с трудновоспитуемыми подростками.

Итоги исследования дают возможность давать оценку того, что национальные спортивные игры как эффективное средство формирования физической подготовки подростков, развитие психологических и социальных положительных качеств подростка, а также профилактика и исправления трудновоспитуемости у подростков дали положительный результат.

Учитывая, что применение большого вида национальных спортивных игр используются не только в рамках уроков физического воспитания, но и в системе деятельности внеклассных и внешкольных занятий, можно считать, что они целесообразны и обоснованы и с точки зрения педагогики.

Эффективность дополнительной педагогики можно обеспечить посредством интеграции национальных спортивных игр с такими видами, как; легкая атлетика, плавание, туризм, и другие культурно-массовые спортивные мероприятия. Использование комплексных вышеперечисленных средств приносить эффективные условия для повышения уровня воспитательных работ, пропаганды здорового образа жизни у подростков и обеспечение их каждодневного развития.

ОБЩИЕ ЗАКЛЮЧЕНИЯ

Настоящее исследование посвящено особо важными задачами современной педагогике; - исследование и оценка уровня физической подготовки трудновоспитуемых подростков, посредством использования национальных спортивных игр. Полученные данные свидетельствуют, что физическое воспитание с применением национальных спортивных игр являются не только средством физического развития, но и мощным механизмом исправления поведения и социальной адаптации учащихся. Применение данного подхода дает возможность практического применения гуманистического воспитания в системе образования.

В ходе работ проводились теоретический и лабораторный анализ, которые раскрывали культурные и социальные особенности национальных спортивных игр. Доказаны, что только через целенаправленную подвижную активность, можно сформировать основные качества личности, как дисциплинированность, ответственность, уважение к справедливости и к культуре общения. Этот процесс в свою очередь предупреждает отрицательные явления в поведении и снижает уровень трудновоспитуемости у подростков.

В ходе полученных результатов предлагается следующие обобщающие заключения:

1. Физическое воспитание и национальные спортивные игры имеют колоссальную воспитательную мощь и их регулярное использование положительно влияют на поведения а также интеллектуальные, психологические и физические качества личности. Национальные спортивные игры также способствуют активному социальному поведению и чувство ответственности подростков, как мощное средство для формирования интереса и желания к здоровому образу жизни. [1-М; 9-М];

2. Исследования показали, что основные причины социального неравенства и появления трудновоспитуемости у

подростков в основном зависит от ненадлежащих условий в семье, неустойчивые семейные обстоятельства, а также недостаточное воспитательное воздействие близких. На этом основании большинство исследуемых подростков относиться к своему здоровью легкомысленно, уровень их привлечения к физическим упражнениям недостаточно мотивированы[3-М; 6-М];

3. Диагностика уровня физической подготовки дают возможность на начальном этапе определять развития подростка на основе которого можно разрабатывать индивидуальные коррекционные программы. Доказано, что спортивные игры являются лучшим средством социальной адаптации и исправления в их поведения, потому, что они в свою очередь могут повлиять на физическое развитие, дисциплину и чувство ответственности 4-М; 10-М; 13-М];

4. Для повышения эффективности работы, благоприятных психолого-педагогических условий влияющих на сотрудничества, обоюдное уважение и положительную поддержку. Использование современных психолого-педагогических технологий совместно с национальными играми поддерживают конкуренцию на уровне социальной адаптации, уменьшение стресса и устранение существующих негативных шаблонов и негативные поведения подростков. [1-М; 7-М];

5. Регулярные физические занятия являются основной причиной улучшению психологического состояния и развития, заинтересованности в подвижной деятельности подростков. В дополнение к этому этот процесс положительно влияют на становлению моральных ценностей, в том числе; патриотизм, национальное самосознание и уважительное отношение к культурным национальным традициям. [3-М; 5-М];

6. Низкий уровень участия подростков в физической деятельности показывают, что содержание, метод и средства физического воспитания должны учитываться с учетом возрастных, индивидуальных и психологических

особенностей учащихся. Разумное планирование свободного времени подростков должны учитываться посредством распространения использования национальных спортивных игр, которое является важной задачей. [2-М; 12-М].

В целом, результаты исследования дают возможность заключить, что готовность трудновоспитуемых подростков к регулярным физическим упражнениям осуществляется только в условиях последовательности, целенаправленности и с точки зрения психолого-педагогической обоснованности актуальными.

Этот процесс выступает как средство укрепления физического здоровья, улучшения психо-эмоциональной и социальной адаптации подростков. Широкое внедрение данного исследования в общеобразовательных и специальных учреждениях дают устойчивое научное обоснование для позитивной адаптации подрастающего поколения.

Рекомендации для практического использования результатов исследования

Для претворения результатов исследование и улучшения работы с трудновоспитуемыми подростками предлагаются следующие рекомендации:

1. На основании результатов исследования, воспитатели и учителя физической культуры должны составлять для каждого трудновоспитуемого подростка индивидуальные физические упражнения.

2. На занятиях по физическому воспитанию доля национальных спортивных игр должно увеличиваться и они должны смешиваться с интересными и современными учебными методами.

3. В процессе упражнений должна создаваться спокойная атмосфера, дружба и поддержка друг-друга, для того, чтобы подростки не чувствовали себя не нужными и оторванными от общества.

4. С целью эффективности занятий, оценки уровня

физической подготовки должны сопровождаться не только в начале но и во время воспитательного периода,

5. Учителя должны постоянно работать над собой и ознакомиться с психологией подростков и современной методики работы с группами трудновоспитуемых подростков.

Поскольку нами были даны ответы на основные вопросы исследуемой научной темы и определены эффективные пути диагностики и оценки физической подготовки трудновоспитуемых подростков, надо признаться, что эта работа является первым шагом для решения этой трудной задачи.

Данный вопрос именно относится воспитанием трудновоспитуемых подростков которая является многопрофильным и не может быть ограничено только настоящим исследованием, потому, что всю проблему нельзя охватить в рамках одной работы. В связи с этим и в целях продолжения исследования, а также решения актуальных вопросов предлагаем провести дальнейшее исследование нижеперечисленных тем:

1. Обучение возможности использования компьютерных программ и современных технологий для постоянного контроля физиологических показателей трудновоспитуемых подростков в процессе выполнения упражнений.

2. Исследования связей между жизненной среде подростка и его активного участия в мероприятиях по физическому воспитанию с целью получения тесного сотрудничества воспитателей с родителями.

3. Разработка специальных обучающих программ для учителей физического воспитания, которая даёт возможность соединять все свои знания в области педагогики, психологии и спорта по отношению к подросткам с неуравновешенным уклоном воспитания и поведения.

ПЕРЕЧЕНЬ НАУЧНОЙ ПУБЛИКАЦИИ СОИСКАТЕЛЯ УЧЕННОЙ СТЕПЕНИ САЙДАЛИЗОДА УМЕДЖОН РАМАЗОН

1. Статьи опубликованные в рецензируемых журналах ВАК при Президенте Республики Таджикистан:

[1-А]Дадобоева М.С., Сайдалиев У.Р. Таснифоти педагогӣ-психологии мафҳуми «душвортарбия» ва хусусиятҳои зоҳиршавии он дар наврасон [Матн]/Сайдалиев У.Р.//Паёми донишгоҳи омӯзгорӣ. –Душанбе, 2023.–№ 4-2 (18).–С. 25-30.

[2-А]Сайдалиев У.Р. Таъсири арзишҳои муҳими варзиш ба ҳаёти наврасони душвортарбия [Матн]/Сайдалиев У.Р.//Паёми Пажуҳишгоҳи рушди маориф.–Душанбе, 2024.–№4 (48).–С.206-212.

[3-А]Сайдалиев У.Р. Кор бо наврасони душвортарбия: маслиҳати мутахассисон [Матн]/Сайдалиев У.Р.//Паёми Пажуҳишгоҳи рушди маориф.–Душанбе, 2025.–№6 (48).–С.15-23.

[4-А]Сайдалиев У.Р. Усулҳои ҳамкорӣ бо оилаҳои кӯдакони душвортарбия бо воситаи варзиш ва тарбияи ҷисмонӣ [Матн]/Сайдалиев У.Р.// Паёми донишгоҳи омӯзгорӣ.–Душанбе, 2026.–№2 (28).–С.34-45.

III. Статьи, опубликованные в других изданиях:

[5-А]Сайдалиев У.Р. Физическая культура в системе образования XIX начала XX веков в Республике Таджикистан[Матн]/Сайдалиев У.Р.//Сборник международной конференции: Современные тенденции языкового образования в Республике Таджикистан: опыт, проблемы, перспективы. –Душанбе, 2022. –С.364-368.

[6-А]Сайдалиев У.Р. Роль спорта в повышении экологического сознания молодежи[Текст]/Сайдалиев У.Р.//Маводи конференсияи ҷумҳуриявӣ илмӣ-назариявӣ дар мавзӯи «Оқилона истифодабарии табиат ва ҳифзи муҳити

атроф дар шароити тағйирёбии иқлим”.–Душанбе, 2023.– С.383-387.

[7-А]Сайдалиев У.Р. О взглядах современного учителя[Текст]/Сайдалиев У.Р.//Маводи конференсияи ҷумхуриявии назариявӣ-амалӣ дар мавзӯи «Омӯзгор-проблемаҳои таҳсилоти муосир», бахшида ба «Рӯзи омӯзгор”.–Душанбе, 2024.–С.213-215.

[8-А]Сайдалиев У.Р. Хусусиятҳои ташкилӣ, педагогии ташаққули майлу рағбати наврасони душвортарбия ба варзиш ва тарбияи ҷисмонӣ[Матн]/Сайдалиев У.Р.//Сборник материалов республиканской научно-практической конференции «Мировые тенденции в области литературных связей-новое восприятие художественного текста», приурочный «Государственной программе совершенствования преподавания и изучения русского и английского языков в Республике Таджикистан на период до 2030 года”. –Душанбе, 2025. –С.185-187.

[9-А]Сайдалиев У.Р. Формирования интереса трудновоспитуемых учащихся к занятиям физической культуры[Текст]/Сайдалиев У.Р.//Материалы международной научно-практической конференции профессорско-преподавательского состава на основе высутпления Лидера нации, Основателя мира и национального единства, Президента Республики Таджикистан, уважаемого Эмомали Рахмона, посвященному «Дню знаний» на тему «Роль и ответственность учителя в период независимости”. –Душанбе, 2024. –310-313.

[10-А]Сайдалиев У.Р. Особенности формирования у трудновоспитуемых учащихся склонности к физическому воспитанию[Текст]/Сайдалиев У.Р.// Материалы международной научно-практической конференции профессорско-преподавательского состава на основе высутпления Лидера нации, Основателя мира и национального единства, Президента Республики Таджикистан, уважаемого Эмомали Рахмона, посвященному «Дню знаний» на тему

«Роль и ответственность учителя в период независимости».
–Душанбе, 2024.–314-318.

[11-А]Сайдалиев У.Р. Муносибати хонандагони душвортарбия нисбати тарбияи ҷисмонӣ дар Ҷумҳурии Тоҷикистон[Матн]/Сайдалиев У.Р.//Маводи конференсияи ҷумҳуриявии илмӣ-амалӣ дар мавзӯи «Масъалаҳои мубрами тарбияи ҷисмонии наврасону ҷавонон».–Душанбе, 2025.–С.79-84.

[12-А]Сайдалиев У.Р. Правильное питание - залог здоровья[Матн]/Сайдалиев У.Р.//Маводи конференсияи ҷумҳуриявии илмӣ-амалӣ дар мавзӯи «Масъалаҳои мубрами тарбияи ҷисмонии наврасону ҷавонон».–Душанбе, 2025.–С.63-68.

[13-А]Сайдалиев У.Р. Консепсияи муносири педагогӣ оид ба моҳияти таълими хусусӣ-тамоюлӣ[Матн]/Сайдалиев У.Р.//Маводи конференсияи ҷумҳуриявии илмӣ-амалӣ дар мавзӯи «Масъалаҳои мубрами тарбияи ҷисмонии наврасону ҷавонон». – Душанбе, 2025.–С.220-225.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Адлер, А. Воспитание детей пер. с нем./А.Адлер. – Москва: Педагогика, 1990. – 256 с.

2. Алемаскин, М.А. Воспитательная работа с подростками-правонарушителями / М.А. Алемаскин. –М: Просвещение, 1978.- 120с.

3. Алексеев, Л.С. Профилактика социального сиротства / Л.С.Алексеев.-М: Гардарики, 2004.- 256с.

4. Алмазов, Г.Н. Социальная педагогика: учебное пособие / Г. Н. Алмазов. – М: Академия, 2000. – 192с.

5. Аликина, Н.В. Социально-педагогическая работа с семьями группы риска / Н.В.Алкина. – М: Инфра-М, 2003. – 144с.

6. Ананиев, В.П. Психология педагогического общения / В. П. Ананиев. – Киев: Вища школа, 1987. – 168с.

7. Арифова, Е. К. Роль семьи в предупреждении асоциального и антисоциального поведения учащихся /

Е.К.Арифова // Семья в системе профилактики правонарушений среди детей школьного возраста: тезисы Всесоюзной научно-практической конференции. – Москва, 1991. – С. 13–15.

8. Асоев, М.Х. Социальная адаптация учащихся в общеобразовательной школе / М.Х.Асоев. – Душанбе: Маориф, 2010. – 145с.

9. Афанасиев, В.П. Основы правового воспитания школьников / В. П.Афанасьев. – М: Просвещение, 1987. – 160с.

10. Баженов, В.Г., Баженова, В.П. Воспитание педагогически запущенных подростков / В. Г. Баженов. - Киев : Рад. шк., 1986. - 127 с.

11. Баландин, Г.А. Коррекция агрессивного поведения у подростков в условиях школы / / Вопросы психологии. – 1999. - №3.- 28-35с.

12. Бальсевич, В. К. Физкультура для всех и для каждого / В. К. Бальсевич. - М. : Физкультура и спорт, 1988. - 208 с.

13. Барномаи рушди тарбияи ҷисмонӣ ва варзиш дар Ҷумҳурии Тоҷикистон барои солҳои 2022–2026: замима ба қарори Ҳукумати Ҷумҳурии Тоҷикистон аз 30 декабри соли 2021, № 568. – Душанбе, 2021.

14. Баротова, Г.Ю. Социально- педагогическая поддержка детей из неблагополучных семей / Г.Ю. Баротова.- Душанбе: Ирфон, 2018.- 134с.

15. Беличева, С.А. Основы превентивной психологии / С.А.Беличева.- М: Социальные здоровье России, 1994. – 224 с.

16. Биховская, И.М. Психология девиантного поведения: учебное пособие / И.М.Биховская. – М: Флинта, 2010. – 168с.

17. Бодалев, А.А. Психология общения / А.А.Бодалев. – М: Издательство МПСИ , 2002. – 320 с.

18. Вайзман, Н. П. Реабилитационная педагогика / Н. П. Вайзман. — М.: Аграф, 1996.-160 с.

19. Вертинская, Н.Н., Кочетов А.И. Профилактика и коррекция девиантного поведения подростков / Н.Н.Вертинская, А.И.Кочетов. – М: Школьная Пресса, 2005. – 96с.

20. Виленский, М. Я. Физическое воспитание школьников: вопросы перестройки / М. Я. Виленский // Физкультура в школе. - 1990. - №12. — С. 29-35.

21. Виноградов, П. А. Основы физической культуры / П. А. Виноградов, В. И. Жолдак. - Челябинск, 1997. - 80 с.

22. Выготский, Л.С. Собрание сочинений: в 6 т. Т. 5 :Основы дефектологии / Л. С. Выготский. — М. : Педагогика, 1983. - 369 с.

23. Гадоев, М. Социально-педагогические основы профилактики правонарушений среди молодежи / М.Гадоев. – Душанбе: Ирфон, 2015. – 132 с.

24. Давлятов, Х.С. Педагогические условия профилактики асоциального поведения учащихся / Х.С.Давлятов. – Душанбе: Маориф, 2011. – 145с.

25. Дадобоева, М.С. Оворагардӣ ва беназоратии кӯдакон масъалаи иҷтимоӣ-психологӣ / М.С.Дадобоева. Конференсияи илмӣ-амалии ҳайати профессорон ва омӯзгорон бахшида ба бистсолаи омӯзиш ва рушди фанҳои табиатшиносӣ, дақиқ ва риёзӣ дар соҳаи илму маориф (солҳои 2020-2040),5500-солагии Сарзми бостонӣ ва 700-солагии шоири барҷастаи тоҷик Камоли Хучандӣ, 20-25 апрели соли 2020, Душанбе. С. 72-75.

26. Зайтметов, Ҳ. Социально- педагогическая работа с молодежью / Ҳ. Зайтметов. – Душанбе: Ирфон, 2016. – 148с.

27. Зубайдов, У.З. Психолого- педагогические основы работы с подростками – девиантами/ У.З.Зубайдов.- Душанбе: Маориф, 2005. – 136 с.

28. Зотов, Ю.И. Профилактика наркомании в молодежной среде / Ю.И.Зотов.- М: Академия, 2002. – 176 с.

29. Ильин, Е. П. Мотивы человека: теория и методы изучения / Е. П. Ильин. Киев : Вища школа, 1998. - 292 с.

30. Иматзода, Л. Психолого- педагогические основы работы с детьми группы риска / Л.Иматзода. – Душанбе:Ирфон, 2013. – 124с.

31. Кабачков, В. А. Психолого- педагогические условия профилактики правонарушений среди подростков / В.А.Кабачков. – М: МГПИ, 1998.-132С.

32. Кадыров, Б.К. Роль семьи в профилактике правонарушений среди молодежи / Б.К.Кадыров // Педагогика и жизнь. — 2017. — № 2. — С. 36–40.

33. Каримова, И. Х. Теоретические основы гуманизации гуманитарного образования учащихся таджикской школы: автореф. дис. ... д-ра пед. наук /И.Х.Каримова. – Душанбе: ТГПУ, 2000. – 44 с.

34. Котибова, Ш. Педагогические условия профилактики асоциального поведения учащихся / Ш.Котибова. – Душанбе: Маориф, 2014. – 116с.

35. Котибова, Ш. Роль семьи в профилактике правонарушений среди молодежи / Ш.Котибова. // Маориф.- 2016. - №3.- 40-45с.

36. Кочетов, А. И. Работа с трудными детьми : кн. для учителя / А. И. Кочетов, Н. Н. Верцинская. -М. : Просвещение, 1986. - 160 с.

37. Концепсияи миллии тарбия дар Ҷумҳурии Тоҷикистон. Ахбори Вазорати Маорифи Ҷумҳурии Тоҷикистон [Матн]/Душанбе. – 2003.

38. Курбанова, Г.А. Социально-педагогическая работа с детьми из неблагополучных семей / Г.А. Курбанова. — Душанбе: Истеъдод, 2012. — 124

39. Қахрамонов, Г.С. Педагогические условия профилактики правонарушений среди подростков / Г.С.Қахрамонов. – Душанбе:Маориф, 2009. – 123с.

40. Қонуни Ҷумҳурии Тоҷикистон “Дар бораи маориф” [Матн]. – Душанбе, 2013. - 64 с.

41. Қонуни Ҷумҳурии Тоҷикистон «Дар бораи масъулият барои таълиму тарбияи кӯдак» аз 20 июни соли 2024, № 2049. – Душанбе, 2024.

42. Қонуни Ҷумҳурии Тоҷикистон “Дар бораи ҳифзи ҳуқуқҳои кӯдак“ [Ахбори Маҷлиси Олии Ҷумҳурии Тоҷикистон [Матн]/ с. 2015, №3, мод. 218; с. 2018, №1, мод. 21] [Қонуни ҚТ аз 2.01.2018 № 1489, аз 17.12.2020 № 1740, аз 3.01.2024, № 2034]

43. Латифзода, С. Психолого-педагогические аспекты работы с подростками группы риска / С. Латифзода. — Душанбе: ЭР-граф, 2010. — 138 с.

44. Лесгафт, П.Ф. Семейное воспитание ребенка и его значение / П.Ф. Лесгафт. — М.: Педагогика, 1991. — 174 с.

45. Леонтев, А.А. Личностная зрелость как опосредствование личностного роста [Текст] / А.А. Леонтьев // Культурно-историческая психология развития /Под ред. И.А. Петуховой. – М.:Смысл, 2001.-161 с.

46. Лутфуллоев, М. Педагогикаи миллӣ. — / М. Лутфуллоев. — Душанбе: Ирфон, 2020. – С. 172–176.

47. Лубишев, Л.И. Профилактика правонарушений несовершеннолетних в школе / Л.И. Лубишев. — Киев: Радянська школа, 1988. — 144 с.

48. Маджидова, Б. Традиции и обычаи таджикского народа в формировании нравственных качеств [Текст]/ Б. Маджидова// Монография. – Душанбе, 2004. - 211 с.

49. Макаренко, А. С. Педагогические сочинения. Т. 5 / А. С. Макаренко. — М. : Педагогика, 1983.-336 с.

50. Мариенко, И.С. Основы процесса нравственного воспитания школьников./ И.С.Мариенко. [Текст]. М.:Промсвещение, 1980, 183 с.

51. Матвеев, Л. П. Введение в теорию физической культуры / Л. П. Матвеев. -М. : Физкультура и спорт, 1983. - 160 с.

52. Маджидзода, У.Х. Педагогические принципы подготовки молодежи к социальной активности / У.Х. Маджидзода. — Хучанд: Нури маърифат, 2021. — 132 с.

53. Намозов Т., Абдуллоев А. Бозиҳои серхаракат : дастури таълимӣ / Т.Намозов, А.Абдуллоев — Душанбе : Ирфон, 2024. — 100 с.

54. Натазон, Э. Ш. Трудный школьник и педагогический коллектив / Э. Ш. Натазон. -М. : Просвещение, 1984. - 96 с.

55. Невский, И. А. Предупреждение и преодоление педагогической запущенности школьников / И. А. Невский. - М. : Педагогика, 1982. - 212 с.

56. Нуров, А. Педагогикаи оилавӣ / А. Нуров. – Душанбе : Маориф, 2007. – 256 с.

57. Обидова, М. Психологические особенности подростков с девиантным поведением / М. Обидова. — Душанбе: Истеъдод, 2014. — 118 с.

58. Обухова, Л. Ф. Возрастная психология / Л. Ф. Обухова. - М.: Юрайт, 2013. - 460 с.

59. Пиаже, Ж. Моральное суждение у ребенка / Ж. Пиаже. — М.: Академический Проект, 2006. — 480 с.

60. Петровский, А.В. Психология развивающейся личности / А.В. Петровский. — М.: Прогресс, 1987. — 280 с.

61. Раҳмон, Э. Вохурӣ бо ҷавонон / Э.Раҳмон. Душанбе, 2016, 36 с

62. Раҳимзода, Х. Педагогические основы профилактики правонарушений среди молодежи / Х. Рахимзода. — Душанбе: Маориф, 2008. — 140 с.

63. Раттер, М. Нарушения поведения у детей: пер. с англ / М.Раттер — М.: Апрель Пресс, 2003. — 368 с.

64. Сангинов, Б.К. Педагогические основы профилактики правонарушений среди молодежи / Б.К. Сангинов. — Душанбе: Ирфон, 2013. — 136 с.

65. Саидова, Ш.А. Психологические особенности подростков с девиантным поведением / Ш.А. Саидова. — Душанбе: Истеъдод, 2017. — 128 с.

66. Саидзода, Б. Х. Тадқиқи хусусиятҳои психологии шахсияти наврасону навҷавонони майл ба худкушидошта: дар мисоли Ҷумҳурии Тоҷикистон: дис. ... доктори фалсафа (PhD) / Б.Х.Саидзода. – Душанбе, 2020. – 160 с.

67. Сафаров, Ш. А. Бозиҳои миллии халқи тоҷик дар замони гузашта ва муосир / Ш.А.Сафаров. – Душанбе: Маориф, 2018. – 608 с.

68. Сафаров, В. Д. Педагогика / В.Д.Сафаров. — Душанбе: Маориф, 2007. — 256 с.

69. Сафарова, З. Проблемаҳои психологӣ дар системаи муносибатҳои кӯдакони синни томактабии оилаҳои нопурра [Матн] / З. Сафарова: дисс. барои дарёфти ном.илм. психологӣ. – Душанбе, 2020. - 178 с.

70. Синякин, М. П. Формирование психофизической устойчивости дезадаптированных подростков 15—16 лет в процессе спортивной деятельности: дис. ... канд. пед. наук / М. П. Синякин. - М., 2000. - 180 с.

71. Столяров, В. И. Концепция физической культуры и физкультурного воспитания (инновационный подход) / В. И. Столяров // Теория и практика физической культуры. - 1998. - №5. - С.11-15

72. Столяров, В. И. Спорт, духовность, искусство / В. И. Столяров // Физическая культура в школе. - 1993. - №2. - С. 52-56.

73. Сухомлинский, В.А. Сердце отдаю детям / В.А. Сухомлинский. — Киев: Радянська школа, 1973. — 288 с.

74. Суяркулов, Т. Педагогические основы профилактики правонарушений среди подростков/Т. Суяркулов. — Душанбе: Маориф, 2007. — 138 с.

75. Тихвинский, С.Б. Коррекция эмоциональных нарушений у подростков с девиантным поведением/ С.Б.Тихвинский.Психологический журнал. — 1993. — № 2. — С. 45–51.

76. Турсунов, Н. Н. Педагогические условия формирования правовой культуры у старшеклассников / Н.Н. Турсунов. — Душанбе: Ирфон, 2011. — 142 с.

77. Файзалиев, Ч. Педагогические технологии профилактики правонарушений среди молодежи / Ч.Файзалиев – Душанбе: Маориф, 2015. – 148 с.

78. Фозилов, С. Педагогические условия профилактики асоциального поведения подростков/С. Фозилов. — Худжанд: Нури маърифат, 2010. — 130 с.

79. Фельдштейн, Д. И. Психологические особенности развития личности в подростковом возрасте/Д.И.Фельдштейн. - Москва: Педагогика, 1988. -168 с..

80. Шарифзода, Ф. Педагогические основы профилактики правонарушений среди молодежи / Ф. Шарифзода. — Душанбе: Ирфон, 2007. - 184 с.

81. Шарипов, В.Д. Коррекция агрессивного поведения у подростков в условиях школы / В.Д.Шарипов. // Вопросы психологии. — 2005. — № 2. — С. 34–41.

82. Шарипов, В.Д. Психолого-педагогические основы работы с трудными подростками / В.Д. Шарипов. — М.: Академия, 2003. — 176 с.

83. Шукуров, Т. Социально-психологические факторы профилактики правонарушений среди молодежи / Т. Шукуров // Наука и технология. — 2015. — № 4. — С. 50–55.

84. Юнусова, Н.М. Технологическая вариативность современного урока в условиях демократизации деятельности школ Таджикистана (на материале начальных классов) [Текст]/ Н.М. Юнусова: авт... на дисс. соис. канд. пед. наук. — Душанбе, 2000. - 26 с.

Аннотатсияи

рисолаи Сайдализода Умедҷон Рамазон дар мавзӯи «Хусусиятҳои ташкилӣ-педагогии ташаккули майлу рағбати наврасони душвортарбия ба варзиш ва тарбияи ҷисмонӣ (дар мисоли бозӣҳои варзишии миллӣ)» барои дарёфти дараҷаи илмӣ номзади илмҳои педагогӣ аз рӯи ихтисоси 5.3. – Педагогика (5.3.1 – Педагогикаи умумӣ, таърихи педагогика ва таҳсилот)

Калидвожаҳо: наврасони душвортарбия, тарбияи ҷисмонӣ, бозӣҳои варзишии миллӣ, майлу рағбат ба варзиш, хусусиятҳои ташкилӣ-педагогӣ, хусусиятҳои психологӣ-педагогӣ, рушди шахсият, раванди таълиму тарбия, таҷрибаи озмоишӣ, мактаб-интернат, муассисаи таҳсилоти миёнаи умумӣ.

Мақсади таҳқиқот - аз ҷиҳати назариявӣ ва амалӣ асоснок намудани самаранокии истифодаи бозӣҳои варзишии миллӣ дар ҷараёни таълим ва тарбияи наврасони душвортарбия.

Асосҳои назариявӣ-методологии таҳқиқот ба муқаррароти илмӣ оид ба рушди шахсият, хусусиятҳои синнусолию инфиродии наврасон, моҳияти корҳои ислотӣ ба наврасони душвортарбия ва асосҳои истифодаи тарбияи ҷисмониву варзиш таъмакунанд.

Навгони илмӣ таҳқиқот: бори аввал низомии тарбияи ҷисмонии наврасони душвортарбияи синни 11-14-сола дар заминаи истифодаи бозӣҳои миллии варзишӣ таҳия гардид; шароитҳои педагогии таъминкунандаи истифодаи самаранокии бозӣҳои миллии варзишӣ дар низомии тарбияи ҷисмонии наврасони душвортарбия муайян карда шуданд; меъёрҳо ва нишондиҳандаҳои баҳодихии самаранокии тарбияи ҷисмонии наврасони душвортарбия тавассути истифодаи бозӣҳои миллии варзишӣ таҳия гардиданд; хусусиятҳои таъсири бозӣҳои миллии варзишӣ ба рушди ҷисмонӣ, ҳолати равонӣ эмотсионалӣ ва ташаккули ангежаи иштироки фаъолонии наврасони душвортарбия дар машғулиятҳои тарбияи ҷисмонӣ ошкор шуданд; дар натиҷаи таҳқиқоти таҷрибавӣ самаранокии низомии пешниҳодшудаи тарбияи ҷисмонӣ ба истифодаи бозӣҳои миллии варзишӣ дар бехтар намудани омодагии ҷисмонӣ ва ислотии рафтори наврасони душвортарбия ба таври таҷрибавӣ исбот карда шуд.

Аҳамияти амалии таҳқиқот асос меёбад ба татбиқи ин натиҷаҳо дар шароити муассисаҳои таълимӣ наврасони барои душвортарбиягирандагон самаранокии баланди ислотии психологӣ-педагогӣ душвортарбиягии наврасонро тавассути паст кардани сатҳи шиддати психикӣ, баланд бардоштани худбаҳодихӣ, мустаҳкам кардани саломатии ҷисмонӣ ва психикӣ, баланд бардоштани сатҳи инкишоф ва омодагии ҷисмонӣ, ташаккули ҳавасҳои устувори шӯғл ба машғулиятҳои ҷисмонӣ, дар мисоли бозӣҳои варзишии миллӣ таъмин мекунад.

АННОТАЦИЯ

к диссертации Сайдализода Уметжона Рамазона на тему «Организационно-педагогические особенности формирования склонности и интереса трудновоспитуемых подростков к спорту и физической культуре (на примере национальных спортивных игр)» на соискание учёной степени кандидата педагогических наук по специальности 5.3. – Педагогика (5.3.1 – Общая педагогика, история педагогики и образования)

Ключевые слова: трудновоспитуемые подростки, физическое воспитание, национальные спортивные игры, интерес к спорту, организационно-педагогические особенности, психолого-педагогические условия, развитие личности, образовательный процесс, педагогический эксперимент, школа-интернат, общеобразовательная школа.

Цель исследования заключается в теоретическом и практическом обосновании эффективности физического воспитания трудновоспитуемых подростков на основе использования национальных спортивных игр в условиях общеобразовательных учреждений и СОШ.

Теоретико-методологическую основу исследования составляют научные положения о развитии личности, закономерностях и особенностях подросткового возраста, а также теоретические подходы к организации коррекционно-воспитательной работы с трудновоспитуемыми подростками и применению средств физической культуры и спорта.

Научная новизна исследования: впервые разработана система физического воспитания трудновоспитуемых подростков 11-14 лет на основе национальных спортивных игр; определены педагогические условия эффективного применения национальных спортивных игр в физическом воспитании трудновоспитуемых подростков; разработаны критерии и показатели оценки эффективности физического воспитания трудновоспитуемых подростков средствами национальных спортивных игр; выявлены особенности влияния национальных спортивных игр на физическое развитие, психоэмоциональное состояние и мотивацию трудновоспитуемых подростков на уроках физической культуры; экспериментально доказана эффективность разработанной системы физического воспитания с использованием национальных спортивных игр в коррекции поведения и повышении физической подготовленности трудновоспитуемых подростков.

Практическая значимость исследования определяется возможностью внедрения его результатов в практику специальных и общеобразовательных организаций, осуществляющих обучение и воспитание трудновоспитуемых подростков. Разработанные в ходе исследования методические рекомендации могут быть использованы при организации физкультурно-воспитательной работы с данной категорией обучающихся и способствуют повышению результативности психолого-педагогической коррекции. Их применение оказывает положительное влияние на снижение психоэмоционального напряжения, развитие адекватной самооценки, укрепление физического и психического здоровья, повышение уровня физической подготовленности и формирование устойчивого интереса к систематическим занятиям физической культурой. Особое значение при этом имеет использование национальных спортивных игр как эффективного средства воспитательного воздействия и социальной адаптации подростков.

ABSTRACT

of the dissertation by Saidalizoda Umedzhon Ramazon on the topic «Organizational and Pedagogical Features of Developing the Inclination and Interest of Difficult-to-Educate Adolescents in Sports and Physical Education (Based on the Example of National Sports Games),» submitted for the degree of Candidate of Pedagogical Sciences in Specialty 5.3 – Pedagogy (5.3.1 – General Pedagogy, History of Pedagogy and Education)

Keywords: difficult-to-educate adolescents, physical education, national sports games, interest in sports, organizational and pedagogical features, psychological and pedagogical conditions, personal development, educational process, pedagogical experiment, boarding school, general education school.

The purpose of the research is to provide a theoretical and practical justification of the effectiveness of physical education for difficult-to-educate adolescents through the use of national sports games in general education institutions and secondary schools.

The theoretical and methodological foundations of the research are based on scientific principles concerning personal development, the patterns and specific characteristics of adolescence, as well as theoretical approaches to organizing corrective and educational work with difficult-to-educate adolescents and applying physical education and sports as means of such work.

The scientific novelty of the research consists in the following: for the first time, a system of physical education for difficult-to-educate adolescents aged 11–14 has been developed based on national sports games; the pedagogical conditions for the effective application of national sports games in the physical education of difficult-to-educate adolescents have been identified; criteria and indicators for assessing the effectiveness of physical education of difficult-to-educate adolescents through national sports games have been developed; the specific effects of national sports games on the physical development, psycho-emotional state, and motivation of difficult-to-educate adolescents during physical education lessons have been identified; the effectiveness of the developed physical education system using national sports games in correcting behavior and improving the physical fitness of difficult-to-educate adolescents has been experimentally demonstrated.

The practical significance of the research is determined by the possibility of implementing its findings in the practice of special and general education institutions that provide education and upbringing for difficult-to-educate adolescents. The methodological recommendations developed in the course of the research can be used to organize physical education and extracurricular activities with this category of students and contribute to improving the effectiveness of psychological and pedagogical correction. Their application has a positive effect on reducing psycho-emotional tension, developing adequate self-esteem, strengthening physical and mental health, improving physical fitness, and developing a sustained interest in regular physical education activities. Of particular importance is the use of national sports games as an effective means of educational influence and social adaptation of adolescents.