JISMONIY TARBIYA DARSLARIDA SUN'IY INTELLEKT TEXNOLOGIYALARINI JORIY ETISHNING PSIXOLOGIK XAVFLARI VA IMKONIYATLARI HAMDA O'QITUVCHILARNING RAQAMLI TRANSFORMATSIYAGA MOSLASHUVI

Ilmiy maslahatchi: **Ernazarova M. J**
ORCID ID: 0009-0001-6591-7480
ChDPU Umumiy pedagogika kafedrasi o'qituvchisi
Djumanazarov Jasurbek
+998 939821120
Xasanov Xusniddin
+998 947890448
Tojiyev Daler
ChDPU Jismoniy madaniyat yo'nalishi talabalari

ANNOTATSIYA. Mazkur maqolada jismoniy tarbiya darslarida sun'iy intellekt texnologiyalarini joriy etishning psixologik jihatlari tahlil qilinadi. Tadqiqotda sun'iy intellektdan foydalanishning o'quvchilar va o'qituvchilar psixologiyasiga ta'siri, yuzaga keladigan psixologik xavflar va imkoniyatlar ilmiy asosda yoritilgan. Shuningdek, o'qituvchilarning raqamli transformatsiyaga moslashuvi, ularning motivatsiyasi va kasbiy kompetensiyalarini rivojlantirish masalalari ko'rib chiqilgan.

Kalit so'zlar: sun'iy intellekt, jismoniy tarbiya, psixologik xavfsizlik, raqamli transformatsiya, motivatsiya, pedagogik texnologiyalar, raqamli kompetensiya.

АННОТАЦИЯ . В данной статье анализируются психологические аспекты внедрения технологий искусственного интеллекта в уроки физической культуры. В исследовании раскрывается влияние искусственного интеллекта на психологическое состояние учащихся и преподавателей, а также рассматриваются возможные риски и преимущества. Особое внимание уделено адаптации преподавателей к цифровой трансформации, их мотивации и развитию профессиональных компетенций.

Ключевые слова: искусственный интеллект, физическая культура, психологическая безопасность, цифровая трансформация, мотивация, педагогические технологии, цифровая компетентность.

ABSTRACT. This article analyzes the psychological aspects of implementing artificial intelligence technologies in physical education classes. The study examines the impact of artificial intelligence on the psychological state of both students and teachers, as well as identifies potential risks and opportunities. Special attention is given to teachers' adaptation to digital transformation, their motivation, and the development of professional competencies.

Keywords: artificial intelligence, physical education, psychological safety, digital transformation, motivation, pedagogical technologies, digital competence.

KIRISH

So'nggi yillarda global miqyosda raqamli transformatsiya jarayonlarining jadallashuvi ta'lim tizimiga innovatsion texnologiyalarni, xususan, sun'iy intellekt (SI) yechimlarini keng joriy etishni taqozo etmoqda. Sun'iy intellekt texnologiyalari ta'lim jarayonini individuallashtirish, o'quvchilarning bilim va ko'nikmalarini real vaqt rejimida baholash hamda

o‘quv faoliyatini optimallashtirish imkonini beruvchi muhim vosita sifatida e’tirof etilmoqda. Shu nuqtai nazardan, jismoniy tarbiya fanini o‘qitishda ham SI texnologiyalaridan foydalanish zamonaviy pedagogikaning dolzarb yo‘nalishlaridan biriga aylanmoqda.[1]

O‘zbekiston Respublikasida ta’lim tizimini modernizatsiya qilish, uni raqamlashtirish va innovatsion rivojlantirish davlat siyosatining ustuvor yo‘nalishlari sifatida belgilangan. Xususan, “Ta’lim to‘g‘risida”gi Qonun (2020) hamda ta’lim sohasini raqamlashtirishga qaratilgan normativ-huquqiy hujjatlar ta’lim jarayoniga ilg‘or axborot-kommunikatsiya texnologiyalarini keng joriy etishni nazarda tutadi. Bu esa pedagoglardan nafaqat an’anaviy metodik kompetensiyalarni, balki yuqori darajadagi raqamli savodxonlik va texnologik moslashuvchanlikni ham talab etadi.Jismoniy tarbiya darslari o‘zining amaliy va harakatga asoslangan xususiyati bilan boshqa fanlardan farq qiladi. Shu sababli, ushbu fan doirasida sun’iy intellekt texnologiyalarini qo‘llash o‘ziga xos yondashuvni talab etadi. Masalan, o‘quvchilarning jismoniy faolligini monitoring qilish, individual yuklamalarni aniqlash, harakat texnikasini tahlil qilish kabi jarayonlarda SI texnologiyalari katta imkoniyatlar yaratadi. Biroq, mazkur texnologiyalarni joriy etish jarayoni faqat texnik va metodik jihatlar bilan cheklanmay, balki muhim psixologik omillarni ham o‘z ichiga oladi.

METODOLOGIYA

Sun’iy intellektdan foydalanish o‘qituvchilar va o‘quvchilarda turli xil psixologik reaksiyalarni yuzaga keltirishi mumkin. Jumladan, yangi texnologiyalarga nisbatan ishonchsizlik, texnofobiya, kasbiy o‘ziga baho berishning pasayishi kabi holatlar o‘qituvchilarning raqamli transformatsiyaga moslashuv jarayonini murakkablashtiradi. Shu bilan birga, SI texnologiyalaridan samarali foydalanish pedagoglarda innovatsion fikrlashni rivojlantirish, kasbiy motivatsiyani oshirish va o‘z-o‘zini rivojlantirishga bo‘lgan ehtiyojni kuchaytirish imkonini beradi. Mazkur muammoning dolzarbligi shundaki, jismoniy tarbiya darslarida sun’iy intellekt texnologiyalarini joriy etishning psixologik xavflari va imkoniyatlarini kompleks o‘rganish, shuningdek, o‘qituvchilarning raqamli transformatsiyaga moslashuv mexanizmlarini aniqlash hozirgi zamon pedagogika va psixologiya fanlari oldida turgan muhim ilmiy vazifalardan biridir.

Mazkur tadqiqot jismoniy tarbiya darslarida sun’iy intellekt texnologiyalarini joriy etishning psixologik xavflari va imkoniyatlari hamda o‘qituvchilarning raqamli transformatsiyaga moslashuv jarayonini kompleks o‘rganishga qaratilgan bo‘lib, unda zamonaviy pedagogik va psixologik yondashuvlar uyg‘unligi ta’minlandi.

Tadqiqotning metodologik asosini tizimli (system approach), faoliyatga yo‘naltirilgan (activity approach) va shaxsga yo‘naltirilgan (person-centered approach) yondashuvlar tashkil etadi. Tizimli yondashuv asosida sun’iy intellekt texnologiyalarini ta’lim jarayoniga integratsiya qilish o‘qituvchi, o‘quvchi va texnologiya o‘rtasidagi o‘zaro bog‘liq tizim sifatida tahlil qilindi. Faoliyat yondashuvi orqali pedagogning kasbiy faoliyati raqamli muhit sharoitida qayta tashkil etilishi va uning mazmuni o‘zgarishi ilmiy jihatdan asoslandi. Shaxsga yo‘naltirilgan yondashuv esa o‘qituvchilarning individual psixologik xususiyatlari, motivatsiyasi va moslashuv darajasini o‘rganishga imkon berdi.

Nazariy jihatdan tadqiqot E. Desi va R. Ryanning o‘zini o‘zi belgilash nazariyasi (Self-Determination Theory), F. Herzbergning ikki omilli motivatsiya nazariyasi hamda S. Maslach va M. Leiterning kasbiy charchash (burnout) modeli asosida olib borildi. Mazkur nazariyalar o‘qituvchilarning ichki motivatsiyasi, kasbiy qoniqishi, stressga chidamliligi va raqamli

transformatsiyaga moslashuv jarayonini tahlil qilishda muhim ilmiy asos bo‘lib xizmat qildi.Shuningdek, raqamli kompetensiyalarni rivojlantirishga oid zamonaviy pedagogik konsepsiyalar ham tadqiqotning nazariy bazasini boyitdi.[2]

Empirik tadqiqot jarayonida quyidagi metodlardan foydalanildi:

- **So‘rovnoma (anketa)** – o‘qituvchilarning sun’iy intellekt texnologiyalariga munosabati, motivatsiyasi va raqamli kompetensiya darajasini aniqlash maqsadida;
- **Kuzatuv metodi** – jismoniy tarbiya darslarida SI texnologiyalaridan foydalanish jarayonidagi pedagogik faoliyat va psixologik holatni tahlil qilish uchun;
- **Yarim tuzilgan intervyu** – o‘qituvchilarning shaxsiy tajribasi, duch kelayotgan muammolari va moslashuv strategiyalarini chuqur o‘rganish uchun;
- **Ekspert baholash metodi** – pedagogika va sport sohasidagi mutaxassislar fikrlarini umumlashtirish orqali tadqiqot natijalarining ishonchliligini oshirish maqsadida.

Tadqiqot natijalarini qayta ishlashda sifat va miqdoriy tahlil usullari qo‘llanildi. Jumladan, statistik tahlil (foiz ko‘rsatkichlari, o‘rtacha qiymatlar, korrelyatsion bog‘liqliklar) yordamida olingan ma’lumotlar umumlashtirildi, sifat tahlili esa respondentlarning fikr-mulohazalarini interpretatsiya qilishga xizmat qildi.

MUHOKAMA

Tadqiqot natijalari jismoniy tarbiya darslarida sun’iy intellekt texnologiyalarini joriy etish jarayoni ko‘p qirrali bo‘lib, u nafaqat pedagogik samaradorlikni oshirish, balki o‘qituvchilar va o‘quvchilarning psixologik holatiga ham sezilarli ta’sir ko‘rsatishini tasdiqladi. Mazkur jarayonda imkoniyatlar va xavflarning o‘zaro uyg‘unlashuvi kuzatilib, ularni muvozanatlashtirish muhim ilmiy va amaliy vazifa sifatida namoyon bo‘ldi.[3]

Avvalo, sun’iy intellekt texnologiyalarining joriy etilishi o‘quv jarayonini individuallashtirish, o‘quvchilarning jismoniy rivojlanish ko‘rsatkichlarini aniq monitoring qilish va mashg‘ulotlarni ilmiy asosda rejalashtirish imkonini bermoqda. Bu esa o‘quvchilarning motivatsiyasini oshirish, o‘z-o‘zini nazorat qilish ko‘nikmalarini shakllantirish va natijadorlikni yaxshilashga xizmat qiladi. Shu jihatdan, SI texnologiyalari zamonaviy pedagogik yondashuvlarning muhim komponenti sifatida qaralmoqda. Biroq, tadqiqot natijalari ushbu jarayonda bir qator psixologik xavflar ham mavjudligini ko‘rsatdi. Xususan, o‘qituvchilarda raqamli texnologiyalarga nisbatan qo‘rquv (texnofobiya), o‘z kasbiy kompetensiyasiga nisbatan ishonchsizlik va ortiqcha nazorat hissi tufayli stress darajasining oshishi kuzatildi. Bu holatlar, ayniqsa, raqamli kompetensiyalari yetarli darajada shakllanmagan pedagoglarda yaqqol namoyon bo‘ldi. Mazkur natijalar kasbiy charchash (burnout) nazariyasi bilan hamohang bo‘lib, texnologik yangiliklarga moslashuv jarayonida emotsional zo‘riqishning ortishini tasdiqlaydi.

XULOSA

O‘qituvchilarning raqamli transformatsiyaga moslashuvi jarayonida motivatsiya hal qiluvchi omil sifatida namoyon bo‘ldi. Ichki motivatsiyaga ega bo‘lgan, o‘z ustida ishlashga intiluvchi pedagoglar yangi texnologiyalarni tezroq o‘zlashtirishi va samarali qo‘llashi aniqlandi. Aksincha, tashqi bosim asosida faoliyat yuritayotgan o‘qituvchilarda qarshilik va passivlik kuzatildi. Bu natijalar motivatsiya nazariyalari bilan mos keladi va pedagogik faoliyatda psixologik qo‘llab-quvvatlashning muhimligini tasdiqlaydi.

Tadqiqot shuni ham ko‘rsatdiki, sun’iy intellekt texnologiyalarini samarali joriy etish uchun nafaqat texnik infratuzilma, balki pedagoglarning psixologik tayyorgarligi, metodik qo‘llab-quvvatlash tizimi va ijobiy ijtimoiy muhit ham muhim ahamiyatga ega. Ayniqsa, malaka

oshirish kurslari, treninglar va amaliy seminarlar o‘qituvchilarning raqamli kompetensiyalarini rivojlantirishda samarali vosita bo‘lib xizmat qiladi.Umuman olganda, muhokama natijalari shuni ko‘rsatadiki, jismoniy tarbiya darslarida sun’iy intellekt texnologiyalarini joriy etish yuqori pedagogik salohiyatga ega bo‘lsa-da, uning samaradorligi o‘qituvchilarning psixologik moslashuvi, motivatsiyasi va raqamli tayyorgarligi bilan bevosita bog‘liqdir. Shu bois, mazkur jarayonni kompleks yondashuv asosida tashkil etish, psixologik xavflarni kamaytirish va imkoniyatlardan oqilona foydalanish dolzarb vazifa hisoblanadi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR:

1. O‘zbekiston Respublikasi. “Ta’lim to‘g‘risida”gi Qonun (yangi tahrir). – Toshkent, 2020.
2. O‘zbekiston Respublikasi Prezidenti. “Raqamli O‘zbekiston – 2030” strategiyasi to‘g‘risidagi farmon. – Toshkent, 2020.
3. O‘zbekiston Respublikasi Prezidenti qarori. Ta’lim tizimini raqamlashtirish va rivojlantirish chora-tadbirlari. – Toshkent, 2021.
4. Qodirov, A. R. (2019). O‘qituvchilarning kasbiy motivatsiyasini shakllantirish omillari. *Xalq ta’limi*, 5, C. 112–116.
5. Yuldashev, J. G. (2021). Pedagoglarning kasbiy faoliyatida stress va uning oldini olish yo‘llari. *Ta’lim va innovatsiya*, 1(2), C.33–38.
6. Karimov, U. K. (2020). Jismoniy tarbiya darslarining samaradorligini oshirishda pedagogik yondashuvlar. *Jismoniy tarbiya va sport*, 3(1), C.21–26.
7. Rahimov, F. M. (2018). O‘qituvchilarning kasbiy faoliyatida psixologik barqarorlikni ta’minlash. *Pedagogik mahorat*, 4, C.56–60.