

## МАКТАБГАЧА YOSHDAGI BOLALARDA HARAKATLI O'YINLARNI QO'LLASH ORQALI JISMONIY SIFATLARNI TARBIYALASH

*Buxoro muhandislik - texnologiya Instituti  
Jismoniy madaniyat kafedrası  
Katta o`qituvchisi - Mirzayev Olim Saidovich*

**Annotasiya:** Maqolada ta'lim muassasalarida jismoniy tarbiya, sport tadbirlarining maqsadi va vazifalari tadqiq etilgan.

**Kalit so'zlar:** jismoniy tarbiya, tadbir, maqsad, vazifa, sport

**Annotation:** In the article physical education in educational institutions, sports events the purpose and objectives have been researched.

**Keywords:** Physical education, event, goal, task, sport.

Maktabgacha tarbiyani insonparvarlashtirish uni yangilash jarayonining asosi hisoblanadi. Olimlar, amaliyotchi mutaxassislarining tobora ko'proq qismi maktabgacha yoshdagi bolalarni jismoniy tarbiyalash tizimi shaxsga majmual, insoniy ta'sir o'tkazishi, har bir bolaning muntazam va imkon qadar to'la jismoniy rivojlanish huquqi amalga oshirilishini ta'minlashi kerak, degan xulosaga kelmoqdalar. Bolalarni o'rab turgan muhit o'zgarib bormoqda. Oddiy, sodda o'yinlar o'rniga kompyuter o'yinlari kirib keldi. Bolani aqliy, estetik rivojlantirish ustuvorlik kasb etmoqda. Ularni ahamiyatini inkor etmagan holda aytish kerakki, harakatli o'yinlar, sayrlar, tengdoshlari bilan muloqot qilishga bolaning vaqti tobora kamayib ketyapti. O'yin bilan bola faoliyatining boshqa turlari, o'yinlarning har xil turlari orasidagi muvozanatning buzilishi (harakatli va o'tirib o'ynaydigan, alohida va birgalikdagi) maktabgacha yoshdagi bolalar salomatligida ham, harakat qobiliyatlarining rivojlanish darajasida ham o'z salbiy aksini topadi.

O'quvchi va talabalar jismoniy tarbiyasi ularni jismoniy harakatlarini amalga oshirishning tashkil etilgan pedagogik jarayonidir. Ta'lim muassasasidagi jismoniy tarbiyaga oid ishlar o'quvchi va talabalardan xavaskorlikni, tashabbuskorlikni, uyushqoqlikni talab qiladigan juda hilma—hil shakllari bilan farq qiladi. Ular o'quvchi va talabalarda tashkilotchilik ko'nikmalari, faollik, topqirlikni tarbiyalashga yordam beradi. Ta'lim muassasasida o'quvchilar jismoniy tarbiyasining maqsadi:

1. Sog'lomlashtirish.
2. Har tamonlama etuk inson qilib tarbiyalash.
3. Vatan mudofaasiga hamda mexnatga tayyorlash. Jismoniy tarbiyaning maqsadidan kelib chiqqan holda o'quvchi va talabalarni sog'lomlashtirish, chiniqtirish, jismoniy rivojlantirish, harakat malaka va ko'nikmalarini shakllantirish bo'yicha Jismoniy tarbiyaning asosiy vazifalari belgilanadi: Jismoniy mashqlar va sportga oid

maxsus bilimlar berish, Jismoniy mashq deb, jismoniy tarbiya qonuniyatlari talablariga javob beruvchi, ongli ravishda bajariladigan ixtiyoriy harakat faoliyatlarining turli turkumi tushuniladi. Bunday harakat faoliyatlari gimnastika, o'yinlar, sport, turizm mashqlari sifatida tarixan tizimlashtirildi, to'plandi va usluban to'ldirildi. Ularga gigienik bilim va ko'nikmalarni singdirish. Bu vazifa o'quvchi va talabalarga jismoniy mashg'ulotlarning foydasi haqidagi, gigenik qoidalarga, dasturda ko'zda tutilgan barcha jismoniy mashqlarni to'g'ri bajarish qoidalariga rioya qilish haqidagi zarur bilimlarni berishdan iborat. Bularning hammasi sog'liqni mustaxkamlashga, ularning gigiena qoidalarini bilishlari va ularga amal qilishlariga bevosita daxldor bo'lib, bunga maktab, oila, jamoatchilik hamda bolalarning o'zlarining birgalikdagi harakat bilan erishiladi. Jismoniy mashqlarga va sport mashqlariga jismoniy tarbiya darslari, kun tartibidagi tadbirlar hamda to'garak mashg'ulotlarida o'rgatiladi. Uning natijasida jismoniy rivojlanish ta'minlanadi. Shuningdek, o'quvchi va talabalarda sportga qiziqishlar shakllantirilib, sport turlariga jalb etiladi. Sog'liqni mustaxkamlash, o'quvchilarni to'g'ri jismoniy rivojlantirishga va chiniqtirishga yordam berish. Tabiat omillari suv, quyosh, havo ta'sirida o'quvchilarni sog'ligini mustaxkamlash, chiniqtirish hamda organizmni kasalliklarga chidamliligini orttirish. O'quvchi va talabalarni suv muolajalari, suzish va cho'milish mashg'ulotlarini olib borish hamda quyoshga toblanish tadbirlarini boshqarish. Bu tadbirlarni sayrlar, ekskurstiyalar va turizm mashg'ulotlarida amalga oshiriladi. Bu vazifa ta'lim muassasasidagi barcha jismoniy madaniyat va sport ishlarining eng muhimi xisoblanadi. U xar bir o'qituvchining, pedagoglar jamoasining diqqat markazida bo'lish kerak. Shuning uchun o'quvchi va talabalarning jismoniy jixatdan normal rivojlanishi kerak. Harakat, malakalari va ko'nikmalarini shakllantirish va takomillashtirish, yangi harakat turlariga va harakat faoliyatiga o'rgatish. O'quvchi va talabalarning jis moniy madaniyat dasturi mazmuni shunday tuzilganki, o'quvchilar jismoniy madaniyat darslarida, uyda, jismoniy madaniyat to'garaklarida va sport to'garaklarida muntazam shug'ullanib, yurish, yugurish, uloqtirish, tirmashish, muvozanat saqlash kabi hayotiy zarur harakat ko'nikmalarini sistemali tarzda egallay boradilar. Sanab o'tilgan barcha tadbirlar xar tomonlama jismoniy rivojlanishiga, ularni mexnatga tayyorlashga yordam beradi. O'quvchi va talabalarda harakat malaka va ko'nikmalarini shakllantiri shda ularni jinsi, yoshi va jismoniy tayyorgarligi hamda shaxsiy qobiliyatiga qarab yondashish zarur. Jismoniy fazilatlarini takomillashtirish. Tezkorlik, kuch, epchillik va chidamlilik hamda egiluvchanlik xar bir kishi uchun zarur bo'lgan si fatlardir. Ular o'quvchi va talabalarda harakat ko'nikmalarining shakllanishi bilan uzviy bog'liqdir. Jismoniy mashqlarni qisqa yoki uzoq vaqt davomida turli sur'atda, turli murakkabliklar bilan o'tkazish yuqoridagi sifatlarning rivojlanishiga yordam beradi. Jismoniy fazilatlarini bir—biriga muvofiq holda rivojlantirish. Mashg'ulotlarni shug'ullanuvchilar shaxsiy qobiliyatlariga muvofiq tashkil etish hamda o'quvchilarni sport turlariga jalb etish.

Aqliy va estetik sifatlarni tarbiyalash. Botirlik, qat'iylik, intizomlilik, jamoatchilik, do'stlik va o'rtoqlik xissini, madaniy xulq ko'nikmalarini, mehnatiga va ijtimoiy mulkka munosabatni tarbiyalash. Jismoniy tarbiyaning butun jarayoni bunday qimmatli axloqiy va irodaviy sifatlarni tarbiyalashga yordam beradi. Ko'pchilik jismoniy mashqlar, o'yin harakatlari dovyuraklik va do'stlik xislarini tarbiyalashga yordam beradi. Shuningdek, Vatanga muxabbat, vatanparvarlik, xis—tuyg'ularni shakllantirish va tarbiyalash. To'g'ri qomatni shakllantirish. To'rganda va yurganda qomatni to'g'ri tutish ko'nikmalarini shakllantirish. Qomatni to'g'ri shakllantirish murakkab va uzoq davom etuvchi jarayondir. Shunday ekan, bu sohada ijobiy natijalarga erishish uchun, tik to'rganda, yurganda qomatini to'g'ri tutishi masadga muvofiqdir; jismoniy mashqlarni keng qo'llash kerak; jismoniy madaniyat darslari mazmuniga albatta qomatni yaxshilashga oid mashqlarni, mashg'ulotlarga bo'lgan gimnastikani, jismoniy madaniyat vaqtlarini, badan tarbiyani kiritish, o'quvchi va talabalarga o'zlari ustida tinmasdan jismoniy va aqliy mashg'ulotlar bilan ishlash hamda uyga tegishli vazifalar berish kerak hamda bola ruhiyatini ham o'rganish zarurdir.

Bugungi kunda maktabgacha ta'lim tashkilotlarida bolalarga baynalminal tarbiya berish maqsadida ularga turli qo'shiqlar, raqslar va o'yinlar o'rgatish orqali mamlakatimizda yashaydigan barcha xalqlarni xurmat qilishga o'rgatib bolrilmogda. Shuning uchun ham turli xalqlarga tegishli bo'lgan har xil harakatli o'yinlarni tanlash, o'rganish va bolalarga o'rgatish maqsadga muvofiqdir. Milliy o'ziga hos o'yin folklori namunalari bilan tanishish va ba'zi bir xalq o'yinlarini bolalar hayotiga olib kirish turli xalqlar ijodiga, san'atiga va shu orqali o'sha xalq vakillariga xurmat tuyg'usini tarbiyalab boradi.

Mashxur pedagog K.D.Ushinskiy rus xalq o'yinlariga yuksak baho bergan hamda ulardan bolalarni tarbiyalashda keng foydalanishni maslahat bergan edi. K.D.Ushinskiyning fikricha, jamoa bo'lib o'ynaladigan o'yinlar, ayniqsa katta ahamiyatga egadir. Ular bolalarda ijtimoiy hulq-atvorni tarbiyalaydi, "ijtimoiy munosabatlarning dastlabki assotsiatsiyasi" ni boshlab beradi.

Bolani tarbiyalash vositalaridan biri sifatida harakatli o'yinlarning ahamiyati

O'yin faoliyati, u qanday shaklda bo'lmasin, bolalarda hamisha quvonch baxsh etadi. Juda ko'p kutilmagan quvnoq holatlarni vujudga keltiradigan harakatli o'yinlar esa bolalarda ijobiy his-tuyg'ular uyg'otishda mug'im rol o'ynaydi. Mana shu quvnoq hayajon mobaynida o'yinlarning juda katta tarbiyaviy kuchi yashiringan.

Harakatli o'yinlarning tematikasi, mazmuni ayniqsa puxta tahlil etilishi va turli yoshdagi bolalarga muvofiq tarzda tanlanishi lozim.

Har qanday o'yin – u xoh ijodiy. Xoh didaktik, xoh musiqiy, xoh harakatli o'yin bo'lmasin, baribir tevarak atrofidagi olamni bilish vositasi sifatida bolaning hayotiy o'ziga hos, muhim rol o'ynaydi.

Harakatli o'yinlar mazmunida bolaga bilim beradigan bir talay material bo'ladi. Bu material uning bilim darajasini kengaytiradi va uning olam haqidagi tasavvurlarini boyitib, unga aniqlik kiritib boradi. Odamlar, tabiat hodisalari, hayvonlarning hatti-harakatlari tasvirlangan ba'zi bir epizodlar syujetli o'yinlar tematikasini tashkil etadi. Bular bari bolalar tomonidan shartli o'yinlar shaklida: "Sayohatchilar", "O'quvchilar", "G'ozlar-oq qushlar" va boshqa o'yinlar o'ziga hos tarzda ifodalab beriladi. Biroq tevarak atrofidagi olamni bola to'g'ri idrok etishi uchun o'yinchi barcha shartlikka qaramay, obrazning haqqoniy xarakteristikasi hayajonli tarzda pedagog tomonidan o'yin shartlarini tushuntirish vaqtida ifodalab berilishi kerak. Bunda xalq o'yinlarini misol qilib olish mumkin. Ulardagi o'yin vaziyati bolani o'ziga jalb etadi va uni tarbiya qiladi. Ba'zi bir o'yinlarda uchrab turadigan dialog tarzidagi suhbatlar esa personajlar va ularning harakatlarini bevosita ko'rsatib beradi.

Syujetsiz va muayyan o'yin topshiriqlarigagina asoslangan o'yinlarda ham juda ko'p qiziqarli material bo'ladi. Bu material bolaning umumiy bilimi, tafakkurini rivojlantiradi, uning mo'ljal olish qobiliyatini o'stiradi.

O'yin qoidalarida mujassamlashgan fikrlar juda katta tarbiyaviy ahamiyat kasb etadi. Ular butun o'yinning borishini belgilab beradi, bolalarning harakat faoliyatini, ularning hulq-atvori, bir-biriga bo'lgan o'zaro munosabatlarini muvofiqlashtirib, bolalarga ahloqiy-iroda sifatlarini tarbiyalashga yordam beradi. Qoidalar o'yin vaqtida muayyan shart-sharoitlarni vujudga keltiradi. Agar to'g'ri rahbarlik qilinsa, bunday sharoitda bola o'zida tarbiyalanayotgan sifatlarni namoyon qilishi shart bo'lib qoladi. Masalan, "Ayyor tulki" o'yinida tulkining: "Men bu erdaman" – degan so'zlaridan keyingina davra ichida turgan bolalar turli tomonlarga qarab yugurib ketishlari kerak. Bu qoida bolada diqqat-e'tiborni, o'zini boshqarishni, sabr-chidamni, signalga tez reaksiya berishni, fazoda mo'ljal olishni va boshqa shu singari sifatlarni tarbiyalab boradi.

Xulosa qilib aytganda ta'lim muassasalarida o'quvchi va talabalar bilan jismoniy tarbiya sport va sog'lomlashtirish tadbirlari tashkil etish bo'yicha olib borilgan ilmiy tadqiqot va pedagogik amaliyot ishlarimizda bir qator kerakli bo'lgan aniq xulosalar keltirdik. 1. O'quvchi va talabalarni jismoniy tarbiyalash va sog'lomlashtirish jarayonlarida tabiat omillarining chiniqtirish ahamiyati muxim o'rin tutadi. 2. Umumrivojlantiruvchi jismoniy mashqlar o'quvchi va talabalarni organizmini tetiklashtirishga va jismoniy yuklamalarga tayyorlashda kerakli vosita bo'lib xizmat qiladi. 3. Maxsus jismoniy mashqlar o'quvchi va talabalarni sport turlari buyicha jismoniy xarakteristikalarini egallashga va takomillashtirishga katta yordam beradi. 4. Yordamchi jismoniy mashqlar sport turlarining maxsus mashqlarni shakllantirishda o'ziga xos vosita bo'lib xizmat qiladi. 5. Jismoniy tarbiya sport va sog'lomlashtirish shakllaridan o'quvchi va talabalar jismoniy tarbiya, sport va sog'lomlashtirish tadbirlarida samarali foydalanish maqsadga muvofiqdir. 6. Tabiat qo'ynida o'tkazilgan

jismoniy tarbiya, sport va sog'lomlashtirish tadbirlarining jismoniy rivojlantirish va sorlomlashtirish ta'siri muxim ahamiyatga egadir.

**Adabiyotlar:**

1. Назарова Н. Э. ПРИНЯТИЕ УПРАВЛЕНЧЕСКИХ РЕШЕНИЙ В СПОРТИВНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ //Тезисы докладов XLVII научной конференции студентов и молодых ученых вузов Южного Федерального округа. -2020. - С. 146-146
2. Азимова Н. Э. Роль профессионального педагога в подготовке гармонично развитой личности //Международный журнал гуманитарных и естественных наук. - 2018. - №. 5-1.
3. .Хо'jaev P., Raximqulov K.D., Nigmanov B.B. Sport va harakatli o'yinlar va uni o'qitish metodikasi. (Harakatli o'yinlari) O`quv qo`llanma TDPU T.: 2008 y
4. Хожиева М. Ш., Хамраев Б. Т. Нравственное воспитание младших школьников //Вопросы науки и образования. – 2021. – №. 10 (135). – С. 41-45.