

HARAKATLI O'YIN VOSITALARI ORQALI BOSHLANG'ICH SINFLAR O'QUVCHILARIDA HARAKAT SIFATLARINI RIVOJLANTIRISH

Yaxshiboyev Bektemir Mamirovich

Samarqand viloyat Ishtixon tuman 72-maktab jismoniy tarbiya o'qituvchisi

ANNOTATSIYA

Maqolada boshlang'ich sinf o'quvchilarida harakat sifatlarini rivojlantirishda harakatli o'yinlardan vosita sifatida to'g'ri foydalanish muhokama qilinadi. Zamonaviy O'zbekistonning hozirgi bosqichda boshlang'ich sinf o'quvchilarini jismoniy tarbiya sohasidagi muammolari ochib berilgan. Dars shaklida boshlang'ich sinf o'quvchilarining harakat sifatlarini rivojlantirishni tabaqalashtirilgan dasturlash bilan bog'liq yangi yondashuvlarni ishlab chiqish masalalari ko'rib chiqiladi, bu maktabda jismoniy tarbiya muammolarini hal qilishni takomillashtirishga imkon beradi.

Kalit so'zlar: o'quvchilar, harakat sifatleri, tajriba, metodika, boshlang'ich sinf, rivojlanish, jismoniy xususiyatlar.

KIRISH

Jismoniy tarbiya har tomonlama jamiyatning eng muhim vazifalaridan biridir. Jismoniy tarbiya va sport mashg'ulotlarini o'tkazish jarayonida mustahkam salomatlik, mustahkam iroda, yuksak samaradorlik va faollikni shakllantirish shaxsning intellektual rivojlanishi va jismoniy kamol topishiga asos bo'ladi.

Jismoniy tarbiya ta'lim jarayoni bo'lib, ta'lim tizimining muhim elementidir. Ta'lim tizimida jismoniy tarbiyaning asosiy maqsadi o'quvchi shaxsini yuqori aqliy, jismoniy, ijtimoiy faollikka ega bo'lgan har tomonlama uyg'un va har tomonlama rivojlanishini ta'minlashdan iboratdir [1, 2, 3].

ADABIYOTLAR TAHLILI VA METODOLOGIYA

O'quvchilarning jismoniy tayyorgarligi darajasini oshirish va salomatligini mustahkamlashga qaratilgan jismoniy tarbiya darsini optimallashtirish jarayonini o'rganish doimo dolzarb mavzulardan biri bo'lib kelgan. Ilmiy-metodik adabiyotlarda harakat qobiliyatini rivojlantirish va ularning darajasini nazorat qilish muammosi jismoniy tarbiya tizimidagi markaziy muammolardan biri ekanligi ta'kidlangan (I. Pashkov, I. Korotkov, V. Yakovlev, S. Mudrik, V. Ratnikov, I. Vasilkov, I. Kozetov va boshqalar)

Ilmiy-metodik adabiyotlar va tadqiqot ishlarining (Y.M.Abdullaev, D.I.Turdimurodov) tahlili o'yinlar soni, takrorlashlar soni, dam olish intervallari va ularning o'zaro ta'sirining rivojlanish dinamikasiga ta'siri masalasini aniqlashga imkon berdi. Boshlang'ich sinf o'quvchilarining harakat qobiliyatlari qo'shimcha ilmiy asoslashni talab qiladi. Ushbu muammoni hal qilish nafaqat o'quvchilarning jismoniy tarbiya jarayonini yaxshilash, balki ularning yanada samarali harakatini ta'minlash

imkonini beradi. Bularning barchasi rejalashtirilgan mavzuni ishlab chiqishning dolzarbligi va maqsadga muvofiqligiga olib keladi [6, 7, 8, 9].

МУХОКАМА

Tadqiqotning maqsadi - umumta'lim maktabining 2-4-sinflari o'quvchilarining harakat sifatlarini harakatli o'yinlar yordamida rivojlantirish jarayonlarini o'rganish, boshlang'ich sinf o'quvchilarining harakat sifatlarini rivojlantirish jarayonini optimallashtirish shartlarini asoslash.

Jismoniy tarbiyani optimallashtirishning istiqbolli yo'nalishlaridan biri bu maktab o'quvchilarining jismoniy rivojlanishi, jismoniy tayyorgarligi darajasini oshirish va ularning salomatligini mustahkamlash uchun ularning harakat sifatlarini oshirishning samarali vositalari va usullaridan oqilona foydalanishdir.

Butun eksperiment uchun umumiy rivojlanish mashqlarining o'nta alohida to'plami rejalashtirilgan bo'lib, ular o'yin shaklida amalga oshirildi. Bu darsga motivatsiyani rag'batlantirishga va mashqlarni bajarishda o'quvchilarning e'tiborini jalb qilishga yordam berdi.

Asosiy qismda quyigagi vazifalar hal qilindi. Eksperiment davomida harakatli o'yinlardan foydalanishda kichik yoshdagi o'quvchilarning jismoniy sifatlarini rivojlantirish darajasini oshirish. Harakat faoliyatining tabiatiga ko'ra harakatli va xalq o'yinlarini tanlashda asosiy harakat turlariga (yurish, yugurish, otish va sakrash o'yinlari) ustunlik berildi, ular jismoniy rivojlanish uchun jismoniy tarbiya tizimiga kiritilgan (kuch, tezlik, chidamlilik, chaqqonlik, egiluvchanlik), aqliy va axloqiy sifatlardir.

Darsning yakuniy qismida ko'p e'tibor talab qilmaydigan, hayajonga olib kelmaydigan xotirjam o'yinlar o'tkaziladi.

NATIJARLAR

Eksperimental guruhdagi bolalarning umumiy jismoniy tayyorgarligining oqilona tashkil etilgan jarayoni bolalarda harakat sifatlarini ko'p qirrali va bir vaqtning o'zida mutanosib ravishda rivojlantirishga qaratilgan, bu ishlab chiqilgan metodologiya joriy etilgandan so'ng olingan raqamli ma'lumotlardan dalolat beradi. Shunday qilib, natijalarning o'sishi: 1. 30 m (s) yugurish - natijalar yaxshilandi: Nazorat guruhi - 7 yoshdagilarda - 9,75% ga; 8 yoshdagilarda - 3,27% ga; 9 yoshdagilarda - 5,03% ga.

Eksperimental guruh - 7 yoshdagilarda - 17,27% ga; 8 yoshdagilarda - 11,47%; 9 yoshdagilarda - 14,57% ga. 2. Mokisimon yugurish 4x9 (s) - sezilarli miqdoriy o'sish kuzatildi: Nazorat guruhi - 7 yoshdagilarda - 1,41% ga; 8 yoshdagilarda - 1,85%; 9 yoshdagilarda - 1,88% ga. Eksperimental guruh - 7 yoshdagilarda - 2,15% ga; 8 yoshdagilarda - 3,81% ga; 9 yoshdagilarda - 2,76% ga. 3. Turgan joydan uzunlikka sakrash (sm): Nazorat guruhi - 7 yoshdagilarda - 3,75% ga; 8 yoshdagilarda - 2,83%; 9 yoshdagilarda - 6,00%. Eksperimental guruh - 7 yoshdagilarda - 8,51% ga; 8 yoshdagilarda - 9,36%; 9 yoshdagilarda - 11,39% ga. 4. Tik turgan joydan oldinga

egilish (sm): Nazorat guruhi - 7 yoshdagilarda - 19,71% ga; 8 yoshdagilarda - 23,18% ga; 9 yoshdagilarda - 31,01% ga. Eksperimental guruh - 7 yoshdagilarda 37,77%; 8 yoshdagilarda - 46,53%; 9 yoshdagilarda 46,49% ga. 5. Yotgan holda qo'llarni bukish va yozish (marta): Nazorat guruhi - 7 yoshdagilarda - 6,25% ga; 8 yoshdagilarda - 5,88% ga; 9 yoshdagilarda - 5,55% ga. Eksperimental guruh - 7 yoshdagilarda - 16,66% ga; 8 yoshdagilarda - 19,87% ga; 9 yoshdagilarda - 22,72% ga

Shuni ta'kidlash kerakki, nazorat va eksperimental guruhlarda jismoniy sifatlarni samarali rivojlantirish uchun jismoniy tarbiya darslarida sensitiv davrlarni hisobga olish va kompleks yondashuv jarayonlar hal qiluvchi omil bo'ldi.

Eksperiment natijalarining tahlili ishlab chiqilgan metodikaning jismoniy tarbiya darslarida samarali qo'llanilishidan deyarli barcha ko'rsatkichlarda 7-9 yoshli bolalarning jismoniy tayyorgarlig

REFERENCES

1. Абдуллаев, Я. М. (2012). Развитие физического воспитания подрастающего поколения в непрерывном образовании. Молодой ученый, (11), 381-383.
2. Абдуллаев, Я. М. Создание педагогических условий в формировании волевых качеств у учеников начальных классов / Я. М. Абдуллаев, Д. Ю. Турдимуродов // Colloquium-journal. – 2020. – № 24-2(76). – С. 14-16.
3. Abdullaev, Y. (2021). Forms and methods of developing the use of folk movement games in high school students. Mental Enlightenment Scientific-Methodological Journal, 2021(2), 73-79.
4. Абдуллаев, Я. М. (2021, October). Особенности развития физических качеств у учеников старшего школьного возраста средствами подвижных игр. In " Online-conferences" platform (pp. 523-525).
5. Абдуллаев Яшнаржон Махкамжонович, & Турдимуродов Дилмурод Йўлдошевич (2020). Ўсмир ёшдаги ўқувчиларда иродавий сифатларни жисмоний тарбия воситалари орқали ривожлантириш. (Современное образование (Узбекистан). (9 (94)), 56-62.
6. Abdullaev Yashnarzhon Makhkamovich. (2021). Physical education of senior schools by means of folk moving games. European Scholar Journal, 2(11), 70-72.