

**BOLALARNI JISMONIY TAYYORGARLIGINI RIVOJLANTIRISH
(HARAKATLI O‘YINLARI MISOLIDA)**

Turgunboeva Xurshida Artiqboevna

Toshkent viloyati Piskent tumani 3-umumiy o‘rta ta’lim maktabi

Jismoniy tarbiya fani o‘qituvchisi

Annotatsiya: Maqolada bolalarni jismoniy tayyorgarligini rivojlantirishda harakatli o‘yinlarning ahamiyati va jismoniy rivojlanishi taxlil qilindi. Maktabgacha talim tashkilotlarida bolalarni jismoniy faolligini oshirish xamda barkamolligini taminlashda harakatli o‘yinlar asosiy vosita xisoblanadi.

Kalit so‘zlar: Jismoniy tarbiya, umumiy jismoniy tayyorgarlik, estafetalar, harakatli o‘yinlar, bolalar, tarbiyachi, jismoniy rivojlanish.

O‘sib kelayotgan yosh avlodni har tomonlama aqliy, ahloqiy va jismoniy jihatdan rivojlantirishda jismoniy tarbiya va sport muhim ahamiyat kasb etadi va ularda mardlik, vatanparvarlik, sadoqat va halollik tuyg‘ularini shakllantirishda yordam beradi.

Muxtaram Prezidentimiz SH.M. Mirziyoev; “Eng avvalo bizning ta’lim tizimiga bo‘lgan munosabatimizni ham tubdan o‘zgartirishimiz kerak, ta’lim islohoti bizning demokratik o‘zgarishlar yangi jamiyat barpo etishda dadil etaklovchi, barchamizni harakatlantiruvchi kuch bo‘lmog‘i zarur, har birimizga besh barmoqday eskicha aytganda to‘qqiz pulday ayon bo‘lsinkim, ta’lim tarbiya tizimini o‘zgartirmasdan turib odamlar ongini demakki, ularning turmush tarzini ham o‘zgartirish mumkin emas ” deb aytib o‘tganlar. Chunki pedagoglar bu bolaning kelajak poydevorini quruvchi insonlardir.

Ushbu maqsadlarning ijobiy natijaga ega bo‘lishi eng avvalo, yosh avlodga ilmiy bilimlar asoslarini puxta o‘rgatish, ularda keng dunyoqarash hamda tafakkur ko‘lamini hosil qilish, jismoniy, ma’naviy va axloqiy sifatlarni shakllantirish borasidagi ta’limiy-tarbiyaviy ishlarni samarali tashkil etishga bog‘liqdir.

Harakatli o‘yinlarni muntazam o‘tkazish bolalarda o‘z harakatlarini boshqarishni rivojlantirishga yordam beradi, ular gavdasini tartibga soladi, ya’ni turli zo‘riqishda harakat qilishga o‘rgatadi

Bolalarni jismoniy tayyorgarligini rivojlantirishda harakatli o‘yinlarning ahamiyati beqiyosdir. O‘yinlar bolani juda chaqqonlik, muayyan maqsad va tezkorlik bilan harakat qilishga; qoidalarni bajarish, o‘zini tutish, o‘rtoqlikni qadrlay olishga o‘rgatadi.

Mamlakatimizda o‘sib kelayotgan yosh avlodning jismoniy va ma’naviy salomatligini shakllantirishni, sog‘lom turmush tarziga intilish va sportga mehr-muhabbatni singdirishning g‘oyat muhim sharti hisoblanadi.

O‘yinlar bola harakatlarini o‘stirish va takomillashtirishda muxim ahamiyatga ega

bo'lgan yurish, yugurish, sakrash, uloktirish, mo'ljalga olish kabi mashklarni o'z ichiga oladi.

Bolalarning jismoniy tayyorgarligini rivojlantirishda, engil atletika mashqlari asosiy vosita xisoblanib, ayniqsa yugurish, yurish, sakrash, uloktirish mashqlari, estafetalar va ko'pkurash turlari bilan bolalarni muntazam shug'ullanishiga sharoit yaratib berishimiz kerak bolalarni jismoniy tayyorgarligini rivojlantirishda harakatli o'yinlarning tasiri va axamiyati muximdir.

O'quv mashg'ulotlari jarayonida jismoniy tarbiya o'qituvchi va tarbiyachi harakatli o'yinlarining mashq elementlarini o'rgatib borishlari va ko'maklashishlari lozim.

Boladagi e'tiqod, muomala, muloqot, mustaqil xulq-atvorni shakllantirish, ulardagi tashabbuskorlik hamda to'siqlarni engishga intilish kabi xususiyatlarni jismoniy tarbiyada milliy xalq harakatli o'yinlari orqali ham tarbiyalash mumkin, bunda ularga yosh psixologiyasi xususiyatlaridan kelib chiqqan holda ruhiy turtki berish maqsadga muvofiqdir.

Bolalarda o'yin qobiliyatining o'sishi o'z-o'zicha yuzaga kelmaydi, balki kattalar, tarbiyachilarning ta'siri natijasi, atrof-muhit bilan tanishish, sayrlar uyushtirish, shaxslararo munosabatlarning mohiyatini tushuntirish va hokazolar natijasida amalga oshadi.

CHunki bolaning hatti-harakati qanchalik ixcham va umumlashgan bo'lsa, ular kattalarning faoliyati mazmunini aks ettirishdan shunchalik yiroqlashadi. Binobarin, u odamning narsalarga va bir-birlariga munosabatini amalda bajarishga o'tadi va shuning uchun narsalar bilan harakat qilishda kattalarning munosabatini to'g'ri ifodalashga intiladi.

Bolalarda harakatning o'sishida o'yinning ta'siri haqida gap borganida avvalo shuni aytish kerakki, birinchidan, harakatli o'yinlarni tashkil qilishning o'ziyoq bolaning xarakterini o'stirish va takomillashtirish uchun eng qulay shart-sharoitlarni yaratadi.

Ikkinchidan, harakatli o'yinlarning bola harakatiga ta'sir etishining sababi va xususiyati shuki, harakatning murakkab ko'nikmalarini sub'ekt aynan o'yin paytida emas, balki bevosita mashg'ulotlar orqali o'zlashtiradi.

Bolalarning o'yinlar shart-sharoitidan kelib chiquvchi ongli maqsadi harakatni bajarish kezida o'z ifodasini topadi va uning o'z oldiga qo'ygan maqsadi esda olib qolish, esda tutish jarayoniga aylanadi.

Foydalanilgan adabiyotlar.

1. O'zbekiston Respublikasi Prezidenti SHavkat Mirziyoevning" Oliy Majlisga murojaatnomasi". 29.12.2020.
2. Usmonxo'jaev G.S. "1001 o'yin" T.Meditsina 1999 y.
3. T.S.Usmonxo'jaev., A.A.Pulatov., SH.A.Pulatov., D.X.Abdullaev. «Teoriya i praktika natsionalnykh podvijnykh igr». Tashkent 2014.