

MAKTABGACHA TA'LIM YOSHIDAGI BOLALARNING JISMONIY RIVOJLANISHIDA HARAKATLI O'YINLARNING AHAMIYATI

Bo`ronova Habiba Erkin qizi

Termiz davlat pedagogika instituti
Maktabgacha va boshlang`ch ta`limda jismoniy tarbiya
va sport yo`nalishi talabasi

Annotatsiya: Ushbu maqolada maktabgacha ta'lim sohasida bolalarning jismoniy rivojlanishida jismoniy tarbiya va harakatli o'yinlarning ahamiyati haqida so'z boradi.

Kalit so'zlar: maktabgacha ta'lim, baquvvat, yosh avlod, mashg'ulotlar, davlat talablari, jismoniy yuklamalar, bola organizmi.

Maktabgacha ta'lim uzluksiz ta'lim tizimining daslabki bosqichi hisoblanadi. Uning asosiy maqsadi – bola shaxsining har jihatdan rivojlanishini ta'minlash, qobiliyatlarni ro'yobga chiqarish, o'qishga, doimiy ta'lim olish uchun zarur bo'lgan ko'nikmalarni shakllantirish va maktabda muvaffaqiyatli o'qish uchun tayyorlashdan iborat.

Maktabgacha ta'lim muassasalari faoliyatining qonuniy asoslari, "Ta'lim to'g'risi"gi Qonun (1992), "Kadrlar tayyorlash milliy dasturi" (1997), "Jismoniy tarbiya to'g'risida"gi Qonun (2000), "Maktabgacha ta'lim to'g'risida"gi Kontseptsiya (2008, 2011), "Maktabgacha ta'lim muassasalari to'g'risida"gi Nizom (2007), "Bolajon" (2010) va Davlat talablari (2013) hamda boshqa me'yoriy – huquqiy hujjatlarda belgilab berilgan. O'zbekistonda o'sib kelayotgan yosh avlod salomatligini saqlash, jismonan baquvvat, chaqon, ishbilarmon qilib tarbiyalash hamda ularni hayotga, mehnatga. Vatanni himoya qilishga tayyorlash masalalariga tegishli direktiv hujjatlarni amalga oshirish uchun jismoniy tarbiya ishlarida yangiga yondashish, izlanishda bo'lish tizimning amaliy asoslarini ilmiy-nazariy va qayta ishlab chiqishni taqozo etadi. Mashg'ulotlar davomida butun organizmning juda ishchanligi sharoitida ishlayotgan organ va tizimlar faoliyatining uyg'unligi yaxshilanadi, to'g'ri ish ritmini topish xamda shu bilan bog'liq ravishda emotsional xolatni oshirish imkoniyati paydo bo'ladi. Bu davrda ish qobiliyatining eng yuqori darajasi kuzatiladi. U faoliyatning ayrim jixatlari tavsifining o'zgarishga bog'liq xolda turlanib turadi. Jismoniy tarbiya mashg'ulotlari o'zaro bog'liq uch qismdan: kirish – jismoniy tayyorgarlik asosiy mazmuni jismoniy tarbiya mashg'ulotining birinchi qismi qo'yilgan vazifalar va uning asosiy qismidagi mashqlar mazmuniga ko'ra turlicha bo'lishi mumkin. Shuning uchun bir xolda o'qitish, ikkinchi bir xolda kirish jismoniy tayyorgarlik tavsifida bo'lishi mumkin. Mashg'ulotning bu qismi vazifasi bolalarda unga nisbatan qiziqish va emotsional kayfiyat paydo qilishdan, diqatning tayyorgarlik darajasini tekshirishdan, ayrim harakat ko'nikmalarini aniqlashtirishdan, bola organizmini asta-sekin mashg'ulotning asosiy qismida

kechadigan birmuncha intensiv faoliyatga tayyorlashdan iborat. Shu maqsadda bolalarga to'g'ri qaddi-qomatni tarbiyalashga, yassitovonlikning oldini olishga yordam beradigan, fazoda hamda jamoada mo'ljal olish bilan bog'liq bajarilishi

ko'p vaqtni talab qilmaydigan tanish mashqlar va ularning variantlarini bajarish taklif etiladi. Bunday mashqlarga quyidagilar kiradi: saflanish mashqlariga – turlicha saflanishlar va qayta saflanishlar; turli topshiriqlar bilan bajariladigan (yo'nalishi ko'rsatilgan burilishlar, boshlovchilarni almashtirish va boshqalar) yurish va yugurish; tarqalib yengil yugurish xamda keyinchalik katta va kichik davra, kolonna va xokazo bo'lib saflanish; turli ko'rinishdagi va yassitovonlikning oldini olish maqsadidagi yurishlar – tovonda, oyoq uchida, poldagi qalin arqon ustida, narvonda yurish va boshqa mashqlar. Kirish qismi bolalarning qatorga uch-to'rttadan, dona bo'lib saflanishi, tarqalishi va xokazolar bilan yakunlanadi. Bu bolalarni mashg'ulotning asosiy qismi boshlanishidagi umumrivoj-lantiruvchi mashqlarni

o'rgatishga o'tish uchun xizmat qiladi. Bu qism kichik guruhlarda 2 dan 4 daqiqagacha, o'rta guruhlarda 3 dan 5 daqiqagacha, katta guruhlarda 4 dan 6 daqiqagacha davom etadi. Agar mashg'ulotning birinchi qismi kirish-tayyorlov qism sifatda rejalashtirilsa, uning boshlanishida yuqorida ko'rsatilgan kirish qismi uchun mo'ljallangan mashqlar beriladi. Biroq shundan so'ng mashg'ulotning shu qismida faqat takroriy va variatsiyali mashqlardan iborat o'rgatish talab qilmaydigan umumrivojlantiruvchi mashqlar berildi.

Ularning vazifasi bola organizmini mashg'ulotning asosiy qismidagi bir muncha yuqori jismoniy yuklamaga tayyorlashdir. Bunda yetarli jismoniy yuklamaga ega bo'lgan murakkab koordinatsiyali asosiy harakatlar yoki intensiv tavsifdagi sport mashqlari rejalashtiriladi.

Maktabgacha yoshdagi bolalarga ta'lim-tarbiya berishning asosiy asosiy vazifalari bolalarni jismoniy, aqliy va ma'naviy jihatdan rivojlantirishdan, ularning tug'ma layoqati, qiziqishi, ehtiyoji va imkoniyatlarini hisobga olgan holda, milliy va umuminsoniy qadriyatlar asosida muntazam ta'lim olishga (maktabga) tayyorlashdan iborat. Maktabgacha yoshdagi bolalarni rivojlantirish va maktabga tayyorlash jarayoni oldiga qo'yilgan maqsad va vazifalarning bajarilishi ushbu "Maktabgacha yoshdagi bolalar ta'lim-tarbiyasiga qo'yiladigan davlat talablari" orqali nazorat qilinadi. Davlat talablarida maktabgacha yoshdagi bolalarga beriladigan ta'lim-tarbiya mazmunining asosiy yo'nalishlari hamda ularning maktabga tayyorgarlik darajasiga qo'yiladigan minimal talablar belgilab berilgan bo'lib, u davlat hujjati sifatida e'tirof etiladi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO'YXATI:

1. Salixova G. "Maktabgacha yoshdagi bolalar tarbiya tizimida jismoniy mashqlarning o'rni" – B. 85-86. ("Jismoniy tarbiya va sport: davlat, jamiyat va shaxs" xalqaro ilmiy anjuman). Toshkent. 2005-yil.
2. T.I. Osokina "Bolalar bog'chasida jismoniy tarbiya". "O'qituvchi". Toshkent. –1976.
3. "500 mashq va harakatli o'yinlar". 1-qism. O'zDJTI nashriyoti. Toshkent. – 1999.
4. T.S.Usmonxo'jaev, X.A.Meyliev "Maktabgacha ta'lim muassasalarida harakatli o'yinlar va asosiy harakatlanish mashqlari" (3-qism). Toshkent. 2004-yil.– B. 3–8.