



E Conference World

International Conference on Interdisciplinary Studies and Scientific Research

Berlin, Germany

30th January, 2024

Website: <https://econferenceworld.org>

6-7 ЁШДАГИ БОЛАЛАРГА ЖИСМОНИЙ ТАРБИЯ БЕРИШДА ЖИСМОНИЙ МАШҚЛАР ҲАМДА МИЛЛИЙ ВА ҲАРАКАТЛИ ЎЙИНЛАРДАН ФОЙДАЛАНИШ

М. Усмонов

Андижон вилоят педагогларни янги методикаларга ўргатиш миллий
маркази узлуксиз касбий таълимни ташкил этиш бўлими бошлиғи

Анотация

Мақолада мактабгача ёшдаги болаларга жисмоний машқлар ҳамда миллий ва ҳаракатли ўйинлардан фойдаланиш орқали уларга жисмоний тарбия бериш ва болаларнинг жисмоний ривожланиш зарурияти илмий-назарий жиҳатдан асосланган. Жисмоний машқлар, миллий ва ҳаракатли ўйинлар орқали болаларнинг жисмоний ривожланишига бевосита ва билвосита таъсир кўрсатиши илмий асосланган шу билан бирга болаларнинг жисмоний риволаниш ва соғлом турмуш тарзини шаклланиши соҳаси компетентлигини таркиб топтириш имкони яратилган.

Калит сўзлар мактабгача таълим, тарбияланувчи, педагог, жисоний тарбия, спорт, интеллект.

Мактабгача таълим тизимида қатор вазифалар белгиланган бўлиб, Илк ва мактабгача ёшдаги болаларнинг ривожланишига қўйилган давлат талабларида болаларни “Жисмоний ривожланиш ва соғлом турмуш тарзининг шаклланиши” соҳаси қуйидаги кичик соҳаларга бўлинади: йирик моторика; майда моторика; сенсомоторика; соғлом турмуш тарзи ва хавфсизлик каби соҳаларга бўлинган. 6-7 ёшдаги болаларни мактабгача



E Conference World

International Conference on Interdisciplinary Studies and Scientific Research

Berlin, Germany

30th January, 2024

Website: <https://econferenceworld.org>

ёшдаги болалик даврида ҳар бир боланинг ҳар томонлама ривожланиши учун тенг имкониятларни таъминлаш; боланинг индивидуаллигини сақлаш ва мустаҳкамлаш, ҳар бир боланинг индивидуал жисмоний фаоллигини ривожлантириш зарурлиги таъкидланади.

Мактабгача таълим ташкилотларида бола мактабга - таълимга тайёрланиши керак. Бунда боланинг жисмоний фаоллигини ривожлантириш ва уларда тегишли кўникмаларни шакллантириш муҳим аҳамиятга эга. Мактабгача таълимда боланинг ривожланиши эса унинг учун табиий, энг жозибали фаолият шакли – машғулотлар жараёнида амалга оширилади.

Мамлакатимизда Вазирлар Маҳкамасининг 2020 йил 22 декабрдаги 802-сон қарорига “Мактабгача таълим ва тарбиянинг Давлат Стандарти” да мактабгача таълим - мактабгача ёшдаги болалар қизиқиши, иқтидори, индивидуал руҳий ва жисмоний хусусиятлари, маданий эҳтиёжларини инобатга олган ҳолда ҳамда болада жисмоний фаолликнинг шаклланиши, ҳаётий ва ижтимоий тажриба эгалланишини кўзда тутган ҳар томонлама ривожлантиришга қаратилган яхлит жараён, эканлиги таъкидланган.

Шунингдек, такомиллаштирилган “Илк қадам” мактабгача таълим ташкилотининг Давлат ўқув дастури (2022 йил)да боғча ёшидаги болаларнинг жисмоний ривожланиш ва соғлом турмуш тарзини шакллантириш соҳа компетенциясини каби устувор вазифалар белгиланган. Бу компетенциялар боланинг жисмонан соғломлиги билан боғлиқ бўлиб, уларни ривожлантиришда жисмоний машқлар самарали натижа беради. Мактабгача ёшдаги болаларни жисмоний машқлар ёрдамида нафақат соғломлаштирилади балки интеллектуал ривожлантириш механизмларини



E Conference World

International Conference on Interdisciplinary Studies and Scientific Research

Berlin, Germany

30th January, 2024

Website: <https://econferenceworld.org>

такомиллаштириш, шу йўналишда педагогик тизим ва унинг дидактик таъминотини ишлаб чиқиш муҳим аҳамият касб этади.

Ўзбекистонда мактабгача ёшдаги болаларнинг жисмоний машқлар воситасида соғломлаштириш уларни интеллектуал қобилиятларини ривожлантириш муаммосига оид педагогик-психологик тадқиқотларда унинг айрим жиҳатлари ёритилган. Жумладан, А.Фитрат [1], Ф.Керимов [9], Ш.Х.Хонкелдиев [2] мазкур соҳада тадқиқот ишларини амалга оширган бўлсалар, жисмоний тарбия машғулотларини замонавий ташкил этиш ва бўлажак кадрларни илмий салоҳиятли қилиб тарбиялаш масалалари Т.С.Усмөнхўжаев [13], Х.Хўжаев [7] томонидан ўрганилган; миллий спорт турларини ривожлантириш, спорт тўғаракларини лойиҳалаш, саёҳатларни ташкил қилиш методикасига оид изланишлар А.Абдуллаев [3] тадқиқотларида ўз ифодасини топган.

Мустақил Давлатлар Ҳамдўстлиги мамлакатлари олимлари Выготский (1994), А.В. Запорожец (1986), А. Н. Леонтьев (1959), Д. Б. Эльконин (1978) ўйин мактабгача ёшдаги етакчи фаолият бўлиб, бунинг натижасида боланинг психикасида сезиларли ўзгаришлар рўй беради. Очiq ўйин - бу мактабгача ёшдаги болалар учун очiq бўлган фаолиятнинг дастлабки шакли бўлиб, у ҳаракатлар маҳоратини онгли равишда такрорлашни ўз ичига олади (А.В. Запорожец 1986). Кўпгина тадқиқотчилар: В.Г.Барабаш (1999), О.И.Кокорева (1997), Т.И.Осокина, Э.А. (1988), Э.Я.Степаненкова (1984) очiq ҳавода жисмоний машқлар ўтказиш боланинг баркамол ривожланиши воситаси бўлиб бунда бола ўз хатти-ҳаракатларини бошқариш кўникмаси шаклланиб психик ҳолати яхшиланади ва ўқишга ижобий муносабат вужудга келишини таъкидлайдилар.



E Conference World

International Conference on Interdisciplinary Studies and Scientific Research

Berlin, Germany

30th January, 2024

Website: <https://econferenceworld.org>

Спорт элементлари бўлган ҳаракатли ўйинлар, фаолият тури сифатида, муайян ҳаракатлар учун шароитларни ўзгартириш каби хусусиятлар билан тавсифланади; шунинг учун бу ўйинларнинг аксарияти қуйидаги жисмоний сифатларнинг намоён бўлиши билан боғлиқ: тезлик-куч, мувофиқлаштириш, чидамлилиқ, куч, мослашувчанлик. Спорт ҳаракатли ўйинлар билан ўйнаганда болада “мушак ҳаракатлари ҳисси”, “ишчанлик, юқори мақсадларга интилиш ҳисси”, “вақт туйғуси” яхшиланади, турли анализаторларнинг функциялари яхшиланади.

Чунончи Абдурауф Фитратнинг “Оила” асарида “Иншооллоҳ, оқилона тарбингиз сосида фарзандингиз соғлом ақл ва соғлом баданга соҳиб бўлиб, яхши камол топиб, етти ёшни тўлдиради. Етти ёшгача болаларни ҳам жисмоний, ҳам ақлий, ҳам одоб-ахлоқли қилиб тарбиялаш жуда муҳимдир. Бола етти ёшгача жисмонан соғлом ва ақлан ёшига яраша одил бўлса, келгусидаги камолотига ҳам имкониятлар, йўллар очилади”, - деб ёзган.

Мактабгача ёшдаги болалиқ даврида бола саломатлик, узок умр кўриш, ҳар томонлама ҳаракатчан ва баркамол жисмоний ривожланиш асосларини қўяди.

Болаларни соғлом, кучли, қувноқ қилиб тарбиялаш нафақат оналарнинг, балки ҳар бир мактабгача таълим муассасасининг вазифасидир, чунки болалар куннинг кўп қисмини уларда ўтказадилар. Мактабгача таълим ташкилотларида жисмоний тарбия машғулоти мавжуд бўлиб, улар маълум бир ёшнинг психологик хусусиятларига, машқларнинг мавжудлиги ва мақсадга мувофиқ тузилиши керак. Машқлар мажмуаси мотивацион бўлиши керак, шунингдек, боланинг ҳаракатга бўлган



E Conference World

International Conference on Interdisciplinary Studies and Scientific Research

Berlin, Germany

30th January, 2024

Website: <https://econferenceworld.org>

эхтиёжини қондирадиган физиологик ва педагогик асосли боланинг ёшига мос танланиши муҳим.

Г.А.Спearnский: “Мени 3 ёшимдан бошлаб жисмоний машқлар билан шуғуллантиришган эканки, ҳозиргача, яъни 91 ёшимда ҳам мунтазам жисмоний машқларни бажаришни канда қилмайман”, деб таъкидлайди.

Шарқ файласуфлари томонидан “Ҳаракат бу –ҳаёт” деб бежиз айтилмаган. Боланинг жисмоний тарбияси бшшприт аҳлининг доимий эътиборида бўлганига кўплаб мисоллар келтириш мумкин.

Уч минг йиллик тарихга эга “Авесто”да: бизга шундай камёблик бахш айлагилки, навқирон ва кучли ёрлар топайлик. Токи улардан хушёр ва соғлом фарзандлар дунёга келсин” дея таъкидлангани шу даврларданок инсониятнинг жисмоний машқлар ёрдамида соғлом авлодни тарбиялашига катта эътибор қаратганидан далолат беради. “Авесто” китобида ёшларнинг жисмоний чиниқишлари учун ҳаётда керак бўладиган машқлар бажарганликларини, яъни ёшликдан отда юриш, овчиликда керак бўладиган машқларни бажариш ва бошқа жисмоний машқлар билан шуғуллантирилганлиги кўрсатиб ўтилган.

Ўзбек халқининг қаҳрамонлик эпоси «Алпомиш» достонида кураш, мерганлик ва чавандозлик мусобақаларига катта ўрин берилган. Достонда ёзилишича, қизлар Алпомишдек олдиларига қўйилган шартни бажарган йигитларнигина куёвликка лойиқ кўришган. Суғдиёна ва Бактрия давлатлари мавжуд бўлган даврларда милоддан олдинги IV-I аср Ўрта Осиёда яшаган халқлар орасида эпчил дорбозлар жуда машҳур бўлган. Эпчил, жисмоний жиҳатдан жуда чиниққан дорбозлар, чиғириқли симбозлар Юнонистон, Византия ва Эрон каби мамлакатларга бориб,



E Conference World

International Conference on Interdisciplinary Studies and Scientific Research

Berlin, Germany

30th January, 2024

Website: <https://econferenceworld.org>

Ўзларининг ажойиб ва хатарли ўйинларини қизиқчи ва масхарабозларнинг ўткир сатира ва кулги билан суғорилган турли сахналарни ва киши ақли бовар қилмайдиган паҳлавонларининг ўйинларини кўз-кўз қилганлар.

Адабиётлар

1. Ergashevich, R. U. (2019). Cognitive tasks in educational-upbringing process on biology. *International scientific review*, (LVII), 60-61.
2. Shakhmurova, G. A., Rakhmatov, U. E., & Saidjanova, U. S. A complex of entertaining tasks and exercises on Biology as one means of enhancing the cognitive skills of students. *Asia life sciences*, 30(1), 87-97.
3. Shakhmurova, G. A., Azimov, I. T., Rakhmatov, U. E., & Akhmadaliyeva, B. S. Solution of biological problems and exercises (human and health). *Teaching-methodological guidance.* "Literature sparks.
4. Shakhmurova, G. A., & Azimov ЪТ, R. U. Problem solving from biology (zoology). *Teaching-methodological guidance.* Brok Class Servis LLC.
5. Ergashevich, R. U. (2018). A perfection of the professional competence of teachers by using of creative works in biology lessons under solving tasks and exercises. *European science review*, (3-4), 225-227.
6. Rakhmatov, U. E., & Shakhmurova, G. A. (2020). Methodical Instructions of Improving Biology Teachers' Professional Competence for Conducting Modern Lesson (based on Solutions of Issues and Tasks). *Eastern European Scientific Journal*, 3, 123-16.
7. Shaxmurova, G. A., Azimov, I. T., & Raxmatov, U. E. (2016). *Biologiyadan masala va mashqlar yechish.* Elektron darslik. Toshkent-2017 y. Internet saytlari, 15.



E Conference World

International Conference on Interdisciplinary Studies and Scientific Research

Berlin, Germany

30th January, 2024

Website: <https://econferenceworld.org>

8. Kholmurodova, O. S., & Rakhmatov, U. E. (2022). Problems of improving teaching in the process of biological education. CURRENT RESEARCH JOURNAL OF PEDAGOGICS, 3(02), 62-67.
9. SHAXMUROVA, G., AZIMOV, L., & RAXMATOV, U. (2017). BIOLOGIY AD AN MASALALAR VA MASHQLAR YECHISH.
10. Ergashevich, R. U., Salimovna, P. M., & Mamayusufovich, A. S. (2023). WAYS TO USE PEDAGOGICAL TECHNOLOGIES AT THE LOCAL LEVEL IN BIOLOGY LESSONS. European International Journal of Pedagogics, 3(05), 22-29.
11. Ergashevich, R. U., & Mamayusufovich, A. S. (2023). ISSUES OF USING INTEGRATIVE KNOWLEDGE IN FORMING STUDENTS' PROFESSIONAL COMPETENCE.
12. Rakhmatov, U. E. (2018). DEVELOPMENT OF CREATIVE ABILITIES OF PUPILS UNDER USING TASKS AND PROBLEMS IN BIOLOGY LESSONS. In XLIII INTERNATIONAL SCIENTIFIC AND PRACTICAL CONFERENCE" INTERNATIONAL SCIENTIFIC REVIEW OF THE PROBLEMS AND PROSPECTS OF MODERN SCIENCE AND EDUCATION" (pp. 112-113).