

MAKTABGACHA TA'LIM MUASSASALARIDA JISMONIY TARBIYANING O'ZIGA XOS HUSUSIYATLARI

*Samarqand viloyati Urgut tuman MMTBga qarashli 63- umumta'lim maktabining
1-toifali jismoniy tarbiya fani o'qituvchisi
Axadov Telmon Olimovich*

Annotatsiya: *Ushbu maqolada Maktabgacha tarbiya muassasalarida jismoniy tarbiya mashg'ulotlarini tashkil etishning oziga xos hususiyatlari jismoniy tarbiya mashg'ulotlarini metodik jihatdan to'g'ri o'tkazilishi va mashg'ulotlarda bolalarni harakat ko'nikmalari, malakalari va unga oid bilimlarni o'zlashtirish haqida.*

Kalit so'zlar: *jismoniy tarbiyalash, jismoniy sifatlar, jismoniy barkamollik.*

Аннотация: *В данной статье особенностями организации занятий по физической культуре в дошкольных образовательных учреждениях являются методически правильное проведение занятий по физической культуре и обучение детей двигательным навыкам, умениям и связанным с ними знаниям о усвоении.*

Ключевые слова: *физическая подготовка, физические качества, физическая подготовленность.*

Annotation: *In this article, the features of the organization of physical education classes in preschool educational institutions are the methodically correct conduct of physical education classes and teaching children motor skills, abilities and related knowledge about assimilation.*

Key words: *physical training, physical qualities, physical fitness.*

Bolalar sportini rivojlantirish jamg'armasining yig'ilishlarida mazkur mavzuga alohida to'xtalib, ta'lim va tarbiya ishlarini sport va jismoniy tarbiya bilan uyg'un ravishda olib borish shart ekanini takidlaganlari bejiz emas edilar. Shu o'rinda O'zbekiston Respublikasi Birinchi Prezidenti Islom Karimovning "Yuksak ma'naviyat-engilmas kuch" kitobidagi "Bundan buyon barcha rejalarimizda madaniyat, jismoniy tarbiya va sport birinchi darajali vazifalar qatoridan joy olish lozim", degan chuqur mazmundagi fikri biz yosh mutaxassislarni ham bu masalaga yanada e'tiborli bo'lishimiz lozimligini anglatadi.

Maktabgacha yoshdagi bolalarni jismoniy tarbiyalash nazariyasi va metodikasi alohida yirik bir fan sohasi sifatida keyingi yillarda pedagog olimlar tomonidan ilmiy o'rganilib kelinmoqda. Bu sohada O'zbekistonda Usmonxo'jaev T.S., Maxkamjonov K.M., Sharipova D.J., Seyit Xalilov E., Xo'jaev F. va boshqalarning olib borayotgan ilmiy ishlari muhim ekanligi takidlanadi.

Ta'kidlash joizki mamlakatimiz pedagog olimlari tomonidan maktabgacha ta'lim yoshidagi bolalarni jismoniy tarbiyalash nazariyasi va metodikasi sohasida jismoniy tabiya mashg'ulotlari, o'yinlar va mashqlari haqida, maktabgacha ta'lim yoshidagi

bolalar ishtirokida sport musobaqalarini samarali tashkil etish borasida malum samaradorlikka erishganlar.

O'zbekiston Respublikasi Birinchi Prezidenti I.A.Karimov asarlaridagi ta'lim - tarbiyaga oid g'oyalar, "Ta'lim to'g'risida" Qonun, "Kadrlar tayyorlash milliy dasturi" pedagog olimlarni jismoniy tarbiya nazariyasi sohasidagi ilmiy merosi, bolalar sportini rivojlantirish va "Barkamol avlod" yili davlat dasturidagi ilgari surilgan ilg'or g'oyalar bitiruv malakaviy ishining nazariy-metodologik asosi qilib olindi.

Maktabgacha ta'lim muassasalarida "Bolajon" dasturi asosida jismoniy tarbiya mashg'ulotlari muntazam o'tkazilib kelinayotgan bo'lsada tadqiqot ishlari jarayonida mashg'ulotlarni ilmiy-metodik jihatdan to'g'ri tashkil qilinishi har tomonlama chuqur tahlil etildi. Natijada har bir MTM, har bir yosh guruhi va xatto har bir tarbiyalanuvchi bolaning individual xususiyatlari hisobga olingan holda ilmiy-metodik taklif va tavsiyalar berildi. MTM tarbiyachi-pedagoglar va jismoniy tarbiya murabbiylari bir nechta seminar mashg'ulotlari o'tkaziladi va erishilgan natijalar asosida MTM tarbiyachi-pedagoglari uchun taklif va tavsiyalar berildi.

Mamlakatimizda jismonan va ma'nan sog'lom, hech kimdan kam bo'lmagan avlodni tarbiyalashga alohida e'tibor qaratilmoqda. Zero yuksak ma'naviyatli, har tomonlama barkamol avlodni voyaga yetkazish Vatanimiz kelajagini ta'minlash va barcha ezgu maqsadlarimizni ruyobga chiqarishning muhim omilidir. Bu olijanob maqsad yo'lida keng qamrovli ishlar amalga oshirilmoqda. Oila, onalik va bolalikni muhofaza qilish, bolalar sportini rivojlantirish, ta'lim tizimini takomillashtirish kabi yo'nalishlardagi izchil isloqotlar o'zining yuksak samaralarini berayotir.

Mamlakatimizda jismonan va ma'nan sog'lom, hech kimdan kam bo'lmagan avlodni tarbiyalashga alohida e'tibor qaratilmoqda. Zero yuksak ma'naviyatli, har tomonlama barkamol avlodni voyaga yetkazish Vatanimiz kelajagini ta'minlash va barcha ezgu maqsadlarimizni ruyobga chiqarishning muhim omilidir. Bu olijanob maqsad yo'lida keng qamrovli ishlar amalga oshirilmoqda. Oila, onalik va bolalikni muhofaza qilish, bolalar sportini rivojlantirish, ta'lim tizimini takomillashtirish kabi yo'nalishlardagi izchil isloqotlar o'zining yuksak samaralarini berayotir.

Farzandlarimizni yuksak bilimli va zakovatli, jismonan baqquvat insonlar etib kamolga yetkazishning bosh omili-bolalar sportini rivojlantirish masalasi davlatimiz va jamiyatimizning doimiy diqqat markazida bo'lib kelmoqda. Bugungi kunda bolalar sporti mamlakatimiz ta'lim-tarbiya tizimining uzviy qismiga aylanib, ushbu soha bilan mutanosib ravishda izchil rivojlantirilmoqda.

2002 yil 24 oktyabrda qabul qilingan "O'zbekiston Bolalar sportini rivojlantirish jamg'armasini tuzish to'g'risida" gi va 2004 yil 29 avgustda qabul qilingan "O'zbekiston Bolalar sportini rivojlantirish jamg'armasi faoliyatini takomillashtirish chora-tadbirlari to'g'risida" gi farmon bu borada muhim dasturilamal bo'layotir. O'zbekiston Bolalar sportini rivojlantirish jamg'armasi tomonidan yoshlarimiz o'rtasida sportni ommalashtirish, bolalar sportini kompleks rivojlantirish bo'yicha aniq maqsadga yo'naltirilgan ishlar olib borilmoqda.

O'tgan oxirgi 10 yil davomida Bolalar sportini rivojlantirish jamg'armasi mablag'lari hisobidan 1113 ta bolalar sporti ob'ekti, jumladan, 252 ta yangi sport kompleksi, 861 ta sport zali barpo etilgani, bularning 84 foizi qishloq joylarda qurilganini ta'kidlash lozim.

Mamlakatimiz bo'yicha umuman bugun mavjud bo'lgan sport ob'ektlari haqida gapirganda qo'yidagi ko'rsatkichlarni e'tiborga olish zarur.

Bolalarning sport bilan shug'ullanishga qiziqishini yanada oshirish maqsadida mamlakatimiz hududlarida sportning ko'plab turlari bo'yicha musobahalar, sport festivallari, o'rtoqlik uchrashuvlari va o'quv-mashg'ulot yig'inlari muntazam ravishda o'tkazilmoqda.

Shuni alohida aytish kerakki, yurtimizda an'anaviy tarzda o'tkaziladigan, Olimpiya harakati tamoyillariga to'liq mos keladigan uch bosqichli sport o'yinlari – "Umid nihollari", "Barkamol avlod" va Universiada musobahalari mamlakatimiz terma jamoalarini shakllantirishda muhim ahamiyat kasb etmoqda. Aziz do'stlar, sportni, birinchi navbatda, bolalar sportini rivojlantirish borasidagi ishlarning muvaffaqiyati ushbu sohaga yuqori malakali o'qituvchi va murabbiy kadrlarni keng jalb etish bilan bog'liq ekani hech kimga sir emas.

Sportda muvaffaqiyatga erishish tartib-qoidaga qat'iy rioya qilish bilan bog'liqdir. Maktabda ta'lim olayotgan o'quvchi darsdan so'ng biror sport to'garagiga qatnashishni odat qilgan bo'lsa, u har bir kunini rejalashtirib oladi. Chunki bolani sport zali, o'zi mehr qo'ygan sport turi bilan emin-erkin shug'ullanishi uchun yaratilgan shart-sharoitlar doimiy harakatga chorlab turadi hatto sport to'garagi mashg'ulotlari ham tartibga asoslangan: bolalar avval zal bo'ylab bir necha marotaba yugurishadi, turli chigalyozdi mashqlarini bajarishadi va shu tariqa yangi ko'nikmalarni navbatma-navbat o'zlashtirib borishadi. O'quvchi sport to'garagiga qatnayotgani sababli ham boshqa ishlariga o'z vaqtida ulgurishga intiladi. Pirovardida unda mas'uliyat hissi shakllanadi, mustahkamlanadi.

Eng muhimi, sportga oshno bo'lgan o'quvchining har xil bekorchi ishlarga vaqti bo'lmaydi. O'qituvchilar ham doim internet klublarda yoki boshqa foydasiz yumushlar bilan kunini o'tkazib, maktabga kam keluvchi ayrim dangasa tengdoshlariga sportsevar bolalarni o'rnak jqlib ko'rsatishadi.

Sog'liqni yaxshilash, sog'lom turmush tarzini shakllantirish, jamiyatimizni rivojlantirishning muhim qismi hisoblanadi. Ammo bu muammoning yechimi bir qator qiyinchiliklar bilan bog'liq bo'lib, bu muammoni o'rganishga yondashishda yagona harakat dasturini yo'qligidadir.

So'nggi yillarda bu boradagi erishilgan natijalar asosan "turmush tarzi" kategoriyasida sog'liqni rivojlantirish mexanizmini tadqiqot qilish bilan chegaralanib qolindi. Bu sohada ilmiy ishlar olib borilganligi uchun ham, inson hayotini uzaytirish, uni turmush tarzini har tarflama o'rganish, sog'liqni rivojlantirish bir qancha fanlarning yutug'iga bog'liqdir.

Qilingan ishlarni ta'kidlash bilan undagi kamchiliklar, eng muhimi sog'lom turmush tarzini shakllanish mexanizmiga tarixiy jihatdan qaralib, baho berilmaganligi, har bir millatni milliy va regional jihatlarini inobatga olinmaganligi asosiy kamchiliklardandir.

Markaziy Osiyo xalqlari o'zining o'tmish tarxi bilan, o'ziga xos turmush tarzi bilan taniqlidir. Turli millatga mansub bo'lgan xalqlarning turmush tarzi ularning madaniyati bilan, ko'p qirrali xayot faoliyati bilan xarakterlidir. Xayot faoliyatining muhim qismi, sog'lom turmush tarzini ananalari va o'ziga xos milliy xususiyatlari bilan bog'liqdir.

Maktabgacha tarbiya yoshdagi bolalarni sog'ligini ximoya qilish va ularni sog'lom turmush tarziga o'rgatishga bolalar bog'chasida "Bolajon" dasturini bajarish orqali erishiladi. Afsuski yuqorida qayd qilingan ish formalari va targ'ibot vositalari sog'lom turmush tarzini turlicha joriy qilishda ayniqsa bolalarga sog'lom turmush tarzini o'g'atish sohasida yetarli deb bo'lmaydi.

Ko'pchilik ilmiy tadqiqotlarning isbotlashicha bolalarda sog'lom turmush tarzini shakllantirish aniq tashkiliy struktura orqali amalga oshiriladi. Buni taxminan quyidagicha keltirish mumkin:

Birinchi - bolalar sog'ligini ximoya qilish va ularga sog'lom turmush tarzini o'rgatishda o'qituvchilar, tarbiyachilar, ota-onalar olib boradigan ishlar:

Ikkinchi - gigienik tarbiyani amalga oshiruvchilar oila, maktabgacha tarbiya muassasalari, maktab, maktabdan tashqari idoralar:

Uchinchi - shu sohadagi kadrlarni tayyorlab beruvchi idoralar:

To'rtinchi - esa sog'lom turmush tarzini amaliyotda boshqarib turish. Shu keltirilgan tashkiliy tuzilma bir-biri bilan uzviy bog'liq bo'lgan sog'lom turmush tarzini joriy qilishning amaliy natijalarini ko'rish mumkin.

To'rtala tizimda ham keltirilgan idoralar, tashkilotlar faoliyati boshqarish shakliga buysunadi. Ammo bu sistemadagi oilalarning bolalarni tarbiyalashdagi funktsiyasi katta bo'lishiga qaramay shu idoralar va tashkilotlar bilan uning bog'liqligi, tarbiya sohasidagi funktsiyani bajarishi boshqaruvga va ma'lum o'lchov mezoniga ega emas. Aholining katta yoshli kishilar ba'zilar bolalarni sog'lom o'stirish, gigienik tarbiyalash qoidalari va yo'l-yo'riqlari haqida yetarlicha bilimga va tasavvurga ega emas. Bu esa oilaning bolalar sog'liqini himoya qilishdagi faoliyatini aks ettiradi. hamma oilalarda oila a'zolarining sog'lom turmush tarziga munosabati birinchi bolalarni sog'liqini himoya qilish bilan ifodalansa, ikkinchi hamma oila a'zolarining jumladan bolalarning salomatligi yaxshi bo'lishi orqali turmush tarzini barcha qirralari ya'ni ma'naviy va sotsial qiymatning yaxshiligi bilan ifodalanadi. Bolalarni sog'liqini himoya qilishda oila asosiy g'amho'rlik qiluvchi bo'lsada, uning bolalar tarbiyasiga daxildor bo'lgan barcha idoralar bilan hamkorligi yaxshi yo'lga qo'yilishi maqsadga muvofiqdir. Chunki yuqorida aytganimizdek hamma oila a'zolari sog'lom turmush tarzini tashkil qilishda yetarli tushunchaga ega emas.

Sog'lom hayot tarzi - inson hayot tarzining tarkibiy qismi, u umuminsoniy tarbiyada, shaxsni uyg'un rivojlanishida, har tomonlama kamol topishda muhim rol uynaydi. Shunday ekan sog'lom bo'lish san'ati salomatlikni ta'minlaydigan, amalga oshiradigan butun bir sharoitlar majmuasi hisoblanadi. Ya'ni bu sharoitlar - mehnat va dam olishni to'g'ri navbatlashtirish, sog'lom turmush, to'g'ri ovqatlanish qoidalariga amal qilish, jismoniy tarbiya bilan shug'ullanishdan iboratdir. Xayotning barcha sohalariga jismoniy tarbiya va mehnat tarbiyasining gigienik asoslarini keng miqyosida qo'llamay turib, shaxsni har tomonlama shakllantirib bo'lmaydi.

Sog'lom turmush tarzining asosiy bo'lgan dam olishni to'g'ri yo'lga qo'yish, jismoniy tarbiya bilan shug'ullanish, ovqatlanish qoidalariga rioya qilish va gigienik sharoitni yaxshilash haqida yoshlarga maktabdan boshlab ma'lumot berish, bu sohada ularda yetarli tasavvurlarni hosil qilish davlat tomonidan tuzilgan rejalarda ko'zda tutilgan.

Yuqorida aytilgan to'g'ri ovqatlanish, dam olish, jismoniy mashqlar bilan shug'ullanishlar har biri o'ziga xos qoidalarga rioya qilishni talab qiladi.

Oilani bularni xayotga tatbiq qilishdagi roli juda muhim.

Yuqorida bolalarni sog'lom turmush tarziga o'rgatishda onalarning vazifasi haqida misol keltirildi, bu masalada oilaning barcha a'zolarining ishtirok etishi ahamiyatlidir. Ayniqsa oilada otalar bu sohadagi o'zining shaxsiy ibrati bilan yoshlarga o'rnak bo'lishi kerak.

ADABIYOTLAR:

1. Karimov I.A. O'zbekiston bolalar sportini rivojlantirish jamharmasi xomiylik kengashining majlisidagi ma'ruza. "O'zbekiston ovozi" gazetasi 2013 yil 16 mart. 31-son.
2. Atoev A.H. Frazandlarimiz barkamol bo'lsin. T.: 1990.
3. Buyuk va muqaddassan mustaqil Vatan. T.: "O'qituvchi", 2011.
4. Bolajon Davlat dasturi. T.: 2010.
5. Barkamol avlod orzusi. T.: "O'zbekiston" 1998.
6. Bu muqaddas vatanda azizdir inson. T.: "G'.G'ulom", 2010.
7. Keneman A.V., Xuxlaeva D.V. Maktabgacha tarbiya yoshidagi bolalarni jismoniy tarbiyalash nazariyasi va metodikasi. -T.: O'qituvchi, 1988.
8. Maxkamjonov K.M. "Xarakat go'zallik va salomatlik garovi". -T.: 2002.
9. Maxkamjonov K.M., Tulenova X. Farzandlarimiz sog'lom bo'lishini istasangiz.
10. Usmonov M. T. Establish Network Protection. International Journal of Academic Engineering Research (IJAER) ISSN: 2643-9085 Vol. 5 Issue 1, January - 2021, Pages: 14-21.
11. Usmonov M. T. Fundamentals of Symmetric Cryptosystem. International Journal of Academic and Applied Research (IJAAR) ISSN: 2643-9603 Vol. 5 Issue 1, January - 2021, Pages: 36-40.

12. Usmonov M. T. General Concepts of Mathematics. International Journal of Academic Information Systems Research (IJAISR) ISSN: 2643-9026 Vol. 5 Issue 1, January -2021, Pages: 14-16.

13. Usmonov M. T. Identification and Authentication. International Journal of Academic Pedagogical Research (IJAPR) ISSN: 2643-9123 Vol. 5 Issue 1, January - 2021, Pages: 39-47.

14. Usmonov M. T. Information Protection and Its Types. International Journal of Academic and Applied Research (IJAAR) ISSN: 2643-9603 Vol. 5 Issue 1, January - 2021, Pages: 1-4.