



FAN, TA'LIM VA AMALIYOT INTEGRATSIYASI

ISSN: 2181-1776(E) | SJIF 2023: 6.907

Hotamov Mumin Axmadovich
Adjiyev Nayrullo Narzulloyevich,
Ashirov Anvar Azamat o'g'li

*Sh.Rashidov nomidagi SamDU Sport faoliyati fakulteti o'qituvchilari
muminhotamov667@gmail.com*

BOSHLANG'ICH TA'LIMDA JISMONIY TARBIYA DARSLARINI SOG'LOMLASHTIRISHGA YO'NALTIRISH USLUBIYATI

Annotatsiya. Ushbu maqolada maktabgacha va boshlang'ich ta'limda jismoniy tarbiya mashg'ulotlarini bolalarni sog'lomlashtirishga yo'naltirish asosida tashkil qilish usullari bayon etilgan.

Tayanch so'zlar: sog'lomlashtirish, sog'lomlashtiruvchi jismoniy tarbiya, o'quvchilarning jismoniy tayyorgarlik darajasi, differensial yondashuv, yaxshi va tez o'zlashtiruvchi o'quvchilar, sekin o'zlashtiruvchi o'quvchilar.

Аннотация. В данной статье описаны методы организации занятий физической культурой в дошкольном и начальном образовании исходя из ориентации на здоровье детей.

Ключевые слова: фитнес, оздоровительная физическая культура, уровень физической подготовленности студентов, дифференцированный подход, хорошо и быстро обучающиеся студенты, медленно обучающиеся студенты.

Annotation. This article describes the methods of organizing physical education classes in preschool and primary education based on the focus on children's health.

Key words: fitness, health-improving physical culture, level of students' physical readiness, differentiated approach, well and fast students, slow students.

Bugungi kunda yosh avlod tarbiyasi, salomatligiga berilayotgan e'tibor ertangi kunimizga berilayotgan e'tibordir. Mamlakatimizda bu borada misli ko'rilmagan ishlar amalga oshirilayotganligi, jumladan, aholining salomatlik darajasini yaxshilash



borasida bir qancha sohalarda ijobiy ishlar qilinayotganligi hech kimga sir emas. Shuni alohida takidlashimiz lozimki, maktabgacha tarbiya va kichik maktab yoshidan boshlab jismonan, ma'nan yetuk shaxslarni tarbiyalash bugungi ta'lim oldida turgan dolzarb masalalardan biri sanaladi. Shu maqsadda ham bugungi kunda O'zbekistonda jismoniy tarbiya va sport sohasini rivojlantirish masalasiga davlat siyosati darajasida qaralib, undan millat genofondini sog'lomlashtirish, jismoniy va intellektual salohiyatli avlodni tarbiyalashning kafolatli vositasi va milliy istiqlol g'oyalarini targ'ib qilishda strategik ahamiyatga ega bo'lgan muhim soha sifatida foydalanilmoqda.

Aynan mustaqillik sharofati bilan mamlakatimizda bu tarmoqni rivojlantirish yo'lida yuqori darajada o'zgarishlar amalga oshirilganligi bugun hech kimga sir emas. Yosh avlodni barkamol qilib tarbiyalash maqsadida davlat standartlari talablariga javob beradigan sport majmualari qurildi va ular samarali faoliyat olib bormoqda.

Jismoniy tarbiya va sport mamlakat fuqarolari umumiy madaniyatining ajralmas bir qismi bo'lmog'i zarur. Insonparvarlik jamiyatini rivojlantirishning zamonaviy bosqichida jismoniy tarbiya va sport sohasida o'quvchilarning umumiy jismoniy tayyorgarlik darajasini oshirish, ularning iqtidorini rivojlantirish bilan bog'liq masalalar muhim ahamiyat kasb etadi. Boshlang'ich ta'limdagi jismoniy tarbiya darslari o'quvchilarda harakatlantiruvchi bilim va malakalarni shakllantirishni, ularning har tomonlama munosib kamol topishiga xizmat qiladigan jismoniy tayyorgarlik negizining asoslarini yaratishni nazarda tutadi. Jismoniy tayyorgarlik sog'lom bo'lishning eng muhim sharti, uning yaxshilanishi esa maktablardagi jismoniy tarbiya mashg'ulotlarining sog'lomlashtirishga yo'naltirilib, yuqori darajada o'tilishiga bog'liq. An'anaviy usulda tashkillashtirilgan jismoniy tarbiya darslari maktab o'quvchilarining ma'lum bir jismoniy imkoniyatlarini rivojlantirish, mazkur yoshdagilar uchun karakterli bo'lgan bilim va malakalarni, jismoniy tarbiya talablariga javob beradigan bilimlarni shakllantirishga qaratilgan, xolos.

Bunday o'quv mashg'ulotini tashkillashtirish jarayonida bolalarning jismoniy tayyorgarligi va harakatlana olish imkoniyatining turlichaligi bois jismoniy tarbiya fani o'qituvchilari har bir o'quvchi bilan alohida yoxud ularni darajalarga ajratgan holda o'z maqsadlarini amalga oshirishlari lozim. Biroq bu masalaga ta'lim jarayonida kam e'tibor berilmoqda. O'quvchilar jismoniy tarbiyasining zamonaviy konsepsiyadagi muhim jihati shundaki, unda jismoniy tarbiya darslarida sog'lomlashtirish muammosining rolini oshirishga qaratilgan. Afsuski, ta'lim jarayonida bu yo'nalishga yetarlicha e'tibor berilmayapti. Kuzatishlarimiz shuni ko'rsatadiki, boshlang'ich sinf o'quvchilariga jismoniy tarbiya mashg'ulotlarini o'tish jarayonida nazariy va metodik bilimlarni sog'lomlashtirish texnologiyalari bilan qo'shib olib borishning samarali usullari to'liq ishlab chiqilmagan. Ushbu muammoning yechimini topish turli darajada



jismoniy tayyorgarlikka ega bo'lgan boshlang'ich sinf o'quvchilarining sog'ligini mustahkamlash va asrashda nihoyatda dolzarb ahamiyatga ega.

Jismoniy tarbiya darslari bo'yicha ilgari ishlab chiqilgan tizimning nomukammalligi yana shundaki, uning asosiy maqsadi sog'lomlashtiruvchi emas, balki ta'limiy harakter asosida tuzilganligidir. Maktab jismoniy tarbiya tizimida, shuningdek, o'quvchilarning jismoniy rivojlanganligi va funksional tayyorgarlikni inobatga olgan holda jismoniy zo'riqish mashqlarga individual yondashuvning mavjud emasligidir. Bu esa jismonan sog'lomlik darajasini aniqlashtirishda diagnostik metodikaning qisman nazarda tutilmaganligi bilan bog'liqdir. Jamiyatning, ayniqsa, bolalarning jismoniy tayyorgarligini yaxshilashga erishish uchun jismoniy tarbiya va sport aholining barcha qatlami uchun kundalik turmush tarzining ajralmas bo'lagiga aylanishi lozim. Buni amalga oshirishning samarali usuli shug'ullanuvchi bolalarda jismoniy tarbiya va sport mashg'ulotlari tizimiga doimiy ijobiy munosabatni shakllantirishdir. Mazkur muammoning yechimi ko'p jihatdan shug'ullanuvchi bolalarning bu mashg'ulotlarga nechog'lik qiziqishlari va qoniqishlariga bog'liq. Shu bois jismoniy tarbiya va sport mashg'ulotlariga bo'lgan munosabatni o'rganish nafaqat ijtimoiy va psixologik, balki dars jarayonida onglilik va faollik tamoyilini amalga oshiruvchi munosabatni shakllantirishga xizmat qiluvchi nazariy va amaliy pedagogik ta'limga to'g'ridan-to'g'ri ahamiyat kasb etuvchi muammo hamdir. Shug'ullanuvchilarda jismoniy tarbiya va sport darslariga nisbatan paydo bo'lgan norozilikning kelib chiqish omillarini o'rganish ularda mashg'ulotlarga bo'lgan ongli munosabatni o'rganishiga yordam beradi, ularning jismoniy tarbiya darslari jarayonidagi faolligini oshiradi. Jismoniy tarbiyada individual yondashuvni kompleks amalga oshirish zarurati jismoniy tarbiya darslari jarayonida yo'l qo'yilayotgan ayrim holatlar tufayli paydo bo'ldi. O'quvchilarning qobiliyat va iqtidorini namoyon etishga qaratilgan barcha bolalar uchun bir xil bo'lgan umumiy ta'lim ularning yetarli darajada intensiv riavojlanishiga kafolat berolmaydi. Bu birinchi navbatda bir sinfda o'qiydigan o'quvchilarning bir xilmasligiga, ularning qiziqish va qobiliyatlarining turfaligiga bog'liq. O'qitilayotgan guruhlarda shunday o'quvchilar bo'lishi mumkinki, ularga o'tilayotgan o'quv materialiga allaqachon tanish, harakatlantiruvchi mashqlar esa hech qanday qiyinchilik tug'dirmasligi mumkin. Bunday o'quvchilarning mashg'ulotlarda qatnashishi o'qituvchi tomonidan alohida inobatga olinib, o'zlashtirishlarida nisbatan yuqori natijaga erishi uchun ularga berilayotgan topshiriqni yanada murakkabroq qayta ishlab chiqish, harakatlantiruvchi mashqlarni chuqurlashtirish talab etiladi.

Adabiyotlar:

1. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2015 yil 4 sentyabrdagi "Jismoniy tarbiya va sport to'g'risida"gi O'zbekiston Respublikasi Qonuniga o'zgartish va qo'shimchalar kiritish haqidagi O'RQ-394-son qonuni;



2. Kerimov F. A. Sport sohasidagi ilmiy tadqiqotlar. T., “Zar qalam”, 2004,
3. Tursunov U. «Jismoniy tarbiya nazariyasi va metodikasi», uquv qullanmasi, Qo‘qon., 1992.
4. Usmonxodjayev T.S., Xodjayev F., “Boshlangich sinflarda jismoniy tarbiya., uquv qo‘llanmasi, T., «O‘qituvchi», 1996.
5. Abdullayev A. «Jismoniy tarbiya vositalari» O‘quv qo‘llanmasi, Fargona 1999.