MAKTABGACHA YOSHDAGI BOLALAR JISMONIY TARBIYA NAZARIYASI

O.N. Madaminov FarDU Jismoniy madaniyat va sport faoliyati fakulteti. Jismoniy tarbiya va sport o‘yinlarini o‘qitish metodikasi kafedrasi v.b. dotsent. Jismoniy madaniyat va sport faoliyati talabasi Ibriximov Ozodbek Islomjon o‘g‘li
madaminovorifzon083@gmail.com

Anatasiya. Ushbu maqolada maktabgacha ta’lim yoshdagi bolalarning tarbiyasi, jismoniy tarbiyasiga oid masalalar ochib berilgan bo‘lib, bunda jismoniy tarbiyaning tashkil etish shakllari, jismoniy tarbiya mashg‘ulotlari, harakatli o‘yinlar, sport o‘yinlari va chiniqtirish masalalari keng yoritilgan. Maqoladan jismoniy tarbiya va jismoniy madaniyat yo‘nalishining professor-o‘qituvchilari va bakalavriatda tahsil olayotgan talabalar va akademik litsey, texnikum o‘quvchilari, shuningdek, “Jismoniy tarbiya va jismoniy madaniyat” faniga qiziquvchilar foydalanishlari mumkin.

Kalit so‘zi: Maktabgacha yoshdagi bolalar, jismoniy tarbiya, ta’limiy vazifalar, sport o‘yinlarig, harakat ko‘nikmalari, tarbiyaviy vazifalar, bolalar harakteri.

Mavzuning dolzarbligi. Maktabgacha yoshdagi bolalar jismoniy tarbiya nazariyasi bu – bola jismoniy tarbiyasi shakllanishining umumiy qonuniyatlaridan saboq beruvchi fandir. Maktabgacha yoshdagi bolalarni jismoniy tarbiyalash nazariyasi jismoniy tarbiyaning umumiy nazariyasi bilan yagona mazmunga va o‘rganish predmetiga ega, ayni paytda u 7 yoshgacha bo‘lgan bolalar jismoniy tarbiyasi qonuniyatlarini va shunga muvofiq bolaning ta’lim va tarbiya jarayonidagi rivojlanishini boshqarishning umumiy qonuniyatlarini maxsus o‘rganadi. Bolalar jismoniy tarbiyasi nazariyasi har bir yosh bosqichini o‘rganib, ilmiy ma’lumotlar va amaliy tajribani umumlashtirib borib, jismoniy tarbiya vazifalarini belgilaydi, ularning mohiyatini, butun jismoniy tarbiya jarayonini tashkil etishning juda samarali vositalari va metodlarini, maqsadga muvofiq shakllarini kompleks ravishda ochib beradi. Sog‘lom, baquvvat, chiniqqan, xushchaqchaq, mehribon, tashabbuskor, o‘z harakatini yaxshi boshqara oladigan, jismoniy tarbiya va sport mashqlarini sevadigan, atrof-muhitda mustaqil harakat qila oladigan, maktabdagi o‘qishga hamda kelgusidagi faol ijodiy faoliyatga nisbatan qobiliyatli bola shaxsini shakllantirish, jismoniy tarbiyaning shaxsni har tomonlama rivojlantirish asoslari sifatidagi alohida ahamiyatini belgilab beruvchi muhim vazifasi hisoblanadi. Jismoniy tarbiya nazariyasi ilk yoshdagi va maktabgacha ta’lim yoshidagi bolalarning quyidagi psixofiziologik xususiyatlarini o‘z ichiga oladi: organizmning ish qobiliyati imkoniyatlari, yuzaga keluvchi qiziqish va ehtiyojlar, ko‘rgazmali harakat, ko‘rgazmali obraz va mantiqiy tafakkur formalari, ustun turuvchi faoliyat turining o‘ziga xosligi, bu faoliyat rivojlanishi bilan bog‘liq ravishda bola psixikasida muhim o‘zgarishlar kechadi va “Bolaning yangi oliy rivojlanish bosqichiga o‘tishi”ga tayyorlanadi. Shunga muvofiq bolalar jismoniy tarbiya nazariyasi, jismoniy tarbiyani tashkil qilish va ularni optimal pedagogik sharoitlarda amalga oshirishning barcha formalari mazmunini ishlab chiqadi. Jismoniy tarbiya nazariyasi har bir yosh bosqichdagi bolaning potensial imkoniyatlari qonuniyatlarini o‘rganib va hisobga ola borib, jismoniy tarbiyaning butun ta’lim-tarbiya kompleksi ilmiy asoslangan dasturi talablarini (harakat, ko‘nikma va malakalari, jismoniy sifatlar, ba’zi elementar bilimlarni) ko‘zda tutadi. Ularni o‘zlashtirish bolalarni maktabda o‘qishi uchun zarur jismoniy tayyorgarlik darajasini ta’minlash imkonini beradi. Jismoniy tarbiya shaxsni har tomonlama tarbiyalash ishining muhim komponenti hisoblanadi, ayni paytda u aqliy, axloqiy, estetik va mehnat tarbiyasi vazifalarini kompleks tarzda hal etadi. Bolalar jismoniy tarbiyasini tashkil etishning turli shakllarida (mashg‘ulotlar, harakatli o‘yinlar, mustaqil harakat faoliyati va h.k.) tarbiyachining e’tibori fikrlaydigan, o‘z yosh imkoniyatlariga ko‘ra ongli harakat qiladigan, harakat ko‘nikmalarini muvaffaqiyat bilan egallaydigan, atrof-muhitda mo‘ljal ola biladigan,

uchraydigan qiyinchiliklarni faol tarzda bartaraf etadigan, ijodiy izlanishga intiladigan bolani tarbiyalashga qaratiladi.

ADABIYOTLAR TAXLILI VA METODLAR

O‘zbekistonda Sh.X.Xankeldiyev, Muradov F.M., Muradov F.M.,

O‘rinboyev E.A.,Djumakulov Sh., Raxmatova D.N., Xolmurodov L.Z. lar o‘z bilimlari va ko‘nikmalarini turli sohalarda amalda qo‘llay oladigan sog‘lom yosh avlodni tarbiyalash muammosi jamiyatrivojlanishining ustuvor strategik yo‘nalishiga aylanganligi va maktabgacha ta’lim muassasalarida bolalarlarningharakat tayyorgarligi jismoniy tarbiya yo‘nalishlaridan biri ekanligini yetarlicha keng o‘rganganlar.

Umumiy o‘rta ta’lim muassasalari o‘quvchilari o‘rtasida o‘tkazilgan musobaqaning final bosqichida g‘oliblikni qo‘lga kiritgan ta’lim muassasalariga ularning real ehtiyojlaridan kelib chiqib zarur sport anjomlari va jihozlarini yetkazib berish.

Maktab-internat faoliyati basketbol, voleybol, futbol, qo‘l to‘pi bo‘yicha iqtidorli yosh sportchilarni tanlab olish va ularni terma jamoalarga asosiy nomzod qilib tayyorlashdan iborat.

Davlat ta’lim standartida oliy ta’lim muassasalari uchun jismoniy madaniyat bo‘yicha taxminiy o‘quv rejasi tasdiqlanadi. Ushbu dasturning nazariy qismida jismoniy madaniyatning tabiiy va ijtimoiy jarayonlarini tushunish uchun zarur bo'lgan ilmiy, amaliy va maxsus bilimlarning tabiiy va ijtimoiy jarayonlarini tushunish uchun zarur bo'lgan ilmiy, amaliy va maxsus bilimlar tizimini ishlab chiqish, ulardan o'rinli va ijodiy foydalana olish ko'zda tutilgan. Talabalarning shaxsiy va kasbiy rivojlanishi, o'z-o'zini takomillashtirish, sog'lom turmush tarzini tashkil etish vazifalari belgilanadi.

NATIJALAR VA MUHOKAMA

Bolalarni jismoniy tarbiyalash nazariyasi to‘xtovsiz rivojlanmoqda va bola tarbiyasining turli tomonlarini qamrab oluvchi tadqiqotlar natijasida olinayotgan yangi bilimlar hisobiga boyib bormoqda. Bolalar muassasalarining ommaviy tajribasida sinovdan o‘tgan tadqiqot natijalari dasturlar, o‘quv qo‘llanmalari, darsliklarga kiritilmoqda va bolalarbilan ishlash amaliyotiga joriy qilinmoqda. butun ta’lim-tarbiya jarayonining taraqqiyotiga yordam beradi. Shunday qilib, maktabgacha yoshdagi bolalarni jismoniy tarbiyalash nazariyasi butun jismoniy tarbiya tizimini takomillashtirishga yordam beradi. Maktabgacha yoshdagi bolalarni maktabgacha ta’lim muassasalarida, oilada jismoniy tarbiyalashning asosiy vazifalari ularni sog‘lom va baquvvat qilib o‘stirish, ular organizmini chiniqtirish, ta’lim va tarbiyani to‘g‘ri tashkil etishdan iboratdir.

Maktabgacha yoshdagi bolalarning sog‘lomlashtirish vazifalari – bu jismoniy tarbiyaning eng asosiy vazifasi bo‘lib, bola hayotini muhofaza qilish, uning sog‘lig‘ini mustahkamlash, organizmini chiniqtirish yo‘li bilan o‘zini himoya qilish va turli kasalliklarga chidamlilik xislatlarini oshirishdan iborat. Bola organizmining rivojlanishi o‘ziga xos xususiyatga ega bo‘lgani sababli, uning vazifalari ancha aniqroq shaklda ifodalanadi; bola suyagini bexato va o‘z vaqtida qotishiga orqa umurtqa-dagi egik joylarning shakll anishiga, tovon yuzasining yaxshi rivojlanishiga, pay-bo‘g‘im apparatlarni pishitishga yordam ko‘rsatiladi.Tana qismlarining (proporsiyalar) to‘g‘ri nisbatda rivojla-nishiga, suyaklar o‘sishi va vaznini bir tartibga solishga yordam berish; barcha muskullar guruhini rivojlantirish (tana, oyoq, qo‘l va yelka kamari, panja, barmoqlar, tovon, bo‘yin, ko‘z, ichki organlar - yurak-qon tomirlar, nafas olish va boshqa muskullar); ayniqsa, zaif rivojlangan bukuvchi muskullar gu-ruhining rivojlanishiga alohida e’tibor berish lozim. Yurak-qon tomirlari va nafas olish tizimlari faoliyatini takomillashtirishga yordam berish, ya’ni yurakka qon oqishini kuchaytirish, uning qisqarishi ritmini yaxshilash va to‘satdan o‘zgaradigan yuklamaga moslashish qobilyatini rivojlantirish; ko‘krak qafasi hatakatchanligini o‘stirish, chuqur nafas olish, uning ritmi barqarorligiga, o‘pka sig‘imini oshirishga yordam ber ish, burundan nafas olishni yaxshilash; ichki organlarning (ovqat hazm qilish, modda ajralish va boshqalar) to‘g‘ri ishlashiga yordamlashish; termoregulatsiya funksiyasiningto‘g‘ri rivojlanishiga ko‘maklashish. Markaziy asab tizimining faoliyatini takomillashtirish: qo‘zg‘alish va tormozlanish, ularning harakatchanligi jarayonlarining

muqobilligiga, shuningdek, harakat analizatori, sezgi organlarining takomillashuviga yordam berish.

XULOSA. Xulosa qilib shuni aytiz joizki jismoniy madaniyatning umumiy tushunchasi va usullari,jismoniy tarbiya psixofiziologiyasi, bolalar psixologiyasi tayyorgarlik ahamiyatini kuchaytirgan holda o‘quv jarayoniga innovasion pedogogik texnologiyalartini joriy etishlari maqsadga muvofiq. Ommaviy sport sog‘lomlashtirish tadbirlari, vosita va mashg‘ulotlari uzoq sog‘lom umr ko‘ rishlari, organizmning salomatligi, uni kunlik o‘ quv va mehnat faoliyatiga oid nazariy va amaliy bilimlari, ko‘ nikma va malakalariga aniqlik kiritilib, egallashi lozim bo‘ lgan harakat faolligi, organizmga tushadigan kunlik, haftalik jismoniy yuklamalar, ular uchun sariflanadigan quvvat va uni tiklash uchun jismoniy mashiqlardan samarali foydalanish usullarining amaliy va nazariy bilimlari dasturi yaratiladi.

Adabiyotlar ro‘yxati

1. Ханкельдиев Ш.Х. Физический статус учащейся молодежи. Монография. –Ташкент: 2018, -С. 432. (Khankeldiev Sh.Kh. Physical status of student youth. Monograph. -Tashkent: 2018, -S. 432)
2. Муродов Ф.М. Физическое воспитание в дошколъном образовании. Учебная пособия . Издателбство Уз ДЖТСУ Чирчик.,-2020. Muradov F.M. Development of physical abilities of a young athlete. Textbook T., 2020.