

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

Imomov Mavlon Abdusalomovich

Samarqand davlat pedagogika instituti dotsenti

Mixliboyev Muxriddin Mixliboy o'g'li

Samarqand davlat pedagogika instituti magistranti

Annotatsiya: Ushbu maqolada Maktabgacha tarbiya muassasalarida jismoniy tarbiya mashg'ulotlarini tashkil etishning o'ziga 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.

ХАРАКТЕРИСТИКА ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ В ДОШКОЛЬНЫХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ

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.

CHARACTERISTICS OF PHYSICAL EDUCATION IN PRESCHOOL EDUCATIONAL INSTITUTIONS

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 Birinchi prezidentimiz 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.

Mamlakatimizda jismonan va ma'nau 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'nau 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.

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 ekanligi 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'haragiga qatnayotgani sababli ham boshqa ishlariga o'z vaqtida ulgurishga intiladi. Pirovardida unda mas'uliyat hissi shakllanadi, mustahkamlanadi.

Eng muhimi, sportga oshno bo'lgano'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 jqilib 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.

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'pqirrali 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 orhali erishiladi. Afsuski yuqorida qayd qilingan ish formalari va targ'ibot vositalari sog'lom turmush tarzini turligicha joriy qilishda ayniqsa bolalarga sog'lom turmush tarzini o'gatish sohasida yetarli deb bo'lmaydi.

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

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

Ikkinchidan - gigienik tarbiyani amalga oshiruvchilar oila, maktabgacha tarbiya muassasalari, maktab, maktabdan tashhari idoralar:

Uchinchidan - shu sohadagi kadrlarni tayyorlab beruvchi idoralar:

To'rtinchidan - 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 haramay 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'lomo'stirish, gigienik tarbiyalash qoidalarini va yo'l-yo'riqlari haqida yetarlicha bilim 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 birinchidan bolalarni sog'liqini himoya qilish bilan ifodalansa, ikkinchidan hamma oila a'zolarining jumladan bolalarning salomatligi yaxshi bo'lishi orhali 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.

Bizning tushunchamizda oilada sog'lom turmush tarzini ta'minlash uchun quyidagilar zarur bo'ladi. Bular yetarli moddiy turmush sharoiti ya'ni har bir oila a'zosi uchun normadagi joy xajmi kvartira m², ijtimoiy turmush shart-sharoitlari ya'ni suv isitish sistemasi, yetarli xo'jalik jihozlari, bolalar uchun ovqatlanish va dam olish xonalari, oila a'zolarining ishlab chiqishdagi ishtirok etish darajasi, yetarlicha bo'sh vaqt va hokozolar. Ana shu moddiy ijtimoiy turmush shart-sharoitlari mavjud bo'lganda bundan to'g'ri foydalanish sog'lom turmush tarzi uchun har bir oila a'zosining bilim saviyasi va malakasiga bog'liq. O'zbekistonda turmush sharoitining milliy xususiyatlarining bir ko'rinishi, ko'pchilik oilalarda yuqorida keltirilgan imkoniyatlarni yo'qligi va qishloqlarda, ba'zi joylarda shaharlarda ham davlat idoralari tomonidan turmush tarzini yaxshilashni zarur shart-sharoitlarini yaratilmaganidir.

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 sharoitlarmajmuasi hisoblanadi. Ya'ni bu sharoitlar - mehnat va dam oilshni 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.

Ayniqsa respublikamizning qishloq a'olisida, ba'zi hollarda shaharlarda ham sog'lom turmush tarziga o'rgatishning eng oddiy yo'llariga e'tiborsizlik bilan harashni uchratish mumkin. Bu ishda xotin-qizlarning faol bo'lishi, ayniqsa maktabgacha tarbiya yoshdagi bolalarni tarbiyalashda ularni bu sohadagi tushunchasi

juda muhimdir. Ko'pchilik onalarda bolani yoshlikdan chiniqtirish, to'g'ri ovqatlanirish, kun rejimiga rioya qildirish malakalari yetarli emas. Masalan: maktabgacha tarbiya yoshdagi bolalarni xaftada 2-3 marotaba yuvintirish, kiyimlarini almashtirish, ovqat yeyishdan oldin qo'llarni sovunlab yuvish, oyoq va qo'llarini doimo toza tutish, o'tirganda, yotganda gavgani to'g'ri tutish kabi talabalarga rioya qilmaslik, yana shuningdek uxlash vaqti va turish vaqtini ma'lum soatga asoslab rejimga o'rgatish, ovqatlanish normalariga, ovqat tarkibiga, turlariga e'tibor qilmaslik sog'lom turmush tarzini joriy qilishga salbiy ta'sir qiladi. Bu sohadagi kamchiliklarni tugatish kelajakni, jamiyatni sog'ligini ta'minlash demakdir.

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 ibratini bilan yoshlarga o'rnatib bo'lishi kerak.

Xulosa o'rniida shuni aytish lozimki, bola tarbiyasi oila, maktab, mahalla, jamoatchilik bilan hamkorlikda olib borilmas ekan, tarbiyada ko'zlangan orzu-maqсадlarga erishish qiyin bo'ladi. Oilada maqsadga muvofiq tarbiya olgan bola maktabda barkamollashadi, ta'lim olib o'z ma'naviyati va madaniyatini yuksaltiradi. Sog'lom turmush tarzini tashkil etishning yetakchi printsiplari yoshlarda ichki nuqtai nazarni shakllantirish, o'z shaxsiy salomatligini muhofaza qilish uchun maqsadga yo'naltirilgan faoliyatni aniqlashdan iborat.

ADABIYOTLAR

1. Atoev A.H. Frazandlarimiz barkamol bo'lsin. T.: 1990.
2. Buyuk va muqaddassan mustaqil Vatan. T.: "O'qituvchi", 2011.
3. Bolajon Davlat dasturi. T.: 2010.
4. Barkamol avlod orzusi. T.: "O'zbekiston" 1998.
5. Bu muqaddas vatanda azizdir inson. T.: "G'.G'ulom", 2010.
6. Keneman A.V., Xuxlaeva D.V. Maktabgacha tarbiya yoshidagi bolalarni jismoniy tarbiyalash nazariyasi va metodikasi. -T.: O'qituvchi, 1988.
7. Maxkamjonov K.M. "Xarakat go'zallik va salomatlik garovi". -T.: 2002.
8. Maxkamjonov K.M., Tulenova X. Farzandlarimiz sog'lom bo'lishini istasangiz.
9. 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.
10. Usmonov M. T. Fundamentals of Symmetric Cryptosystem. International Journal of Academic and Applied Research (IJAR) ISSN: 2643-9603 Vol. 5 Issue 1, January - 2021, Pages: 36-40.

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