

**MAKTABGACHA TA'LIM YOSHIDAGI BOLLARNI
SOG'LOMLASHTIRISHNI INNOVATSION USULLARI***Xorazm viloyati Xiva shahar 10-son**DMTT direktor o'rinbosari**Qodirova Mohira Qadomboy qizi***Annotatsiya**

Maqolada maktabgacha ta'lim yoshidagi bolalarni sog'lomlashtirish bo'yicha taklif va tavsiyalar keltirib o'tilgan bo'lib bu ilmiy nazariy jihatdan tahlil qilingan. Shuningdek bolalarni sog'lomlashtirishda maktabgacha ta'lim tashkilotlarida yuzaga kelayotgan muammolar jihozlash muammolarining mavjudligi bo'yicha amaliy takliflar ilgari surilgan.

Kalit so'zlar: qobiliyat, tana a'zolari, sog'lom turmush tarzi, jismoniy tarbiya.

**INNOVATIVE METHODS OF HEALTH CARE FOR PRESCHOOL
CHILDREN****Annatation**

In the article, proposals and recommendations for the health care of children of preschool age are given and analyzed from a scientific theoretical point of view. Also, practical proposals were put forward regarding the existence of equipment problems that arise in preschool educational organizations in the health care of children.

Key words: ability, body parts, healthy lifestyle, physical education.

Hozirgi kunda ta'lim-tarbiyaga birinchi darajali ahamiyat berilishining boisi – iymoni, e'tiqodli va axloqiy fazilatlarini, milliy mas'uliyat tuyg'usi qalbida chuqur ildiz otgan, ma'naviy barkamol fuqarolarga ega mamlakatgina mustaqil va barqaror rivojlana oladi. Buyuk kelajak ma'naviy barkamol insonlarga tayangandagina yaratiladi, qad ko'taradi. Boshqacha aytganda ma'naviy barkamol insonlarga buyuk kelajakni yarata oladilar.

Shuning uchun mustaqillikning ilk yillaridan boshlab yoshlarni har tomonlama barkamol avlod etib tarbiyalash davlat siyosatining eng ustuvor yo'nalishlaridan biri etib belgilab olindi.

Aytish joiz, yozgi sog'lomlashtirish dam olish maskanlari vazifasini o'tasa ham, u yerda o'tkaziladigan va olib boriladigan har bir ish bola dunyoqarashini boyitish, ijodiy qobiliyatini shakllantirish, uning har tomonlama ma'naviy kamol topishiga yordam beruvchi asosiy tarbiya manbai bo'lib xizmat qilishi kerak. Buning uchun esa oromgohda faoliyat ko'rsatayotgan barcha tarbiyachi va yetakchilar yoz davomida o'z

mahoratlarini to'la namoyon etib, bola shaxsiga yaqindan yondoshishlari, undagi insoniylik va ijobiy xislatlarni shakllantirishga turtki bo'luvchi qiziqarli ishlar majmuasini tashkil etishlari lozim.

Bolalar va o'smirlarning yozgi sog'lomlashtirish davri muayyan aniq belgilangan muddat va sharoitda o'tkazilib, ta'lim tizimining bir qismi bo'lmog'i va ma'naviy-ma'rifiy tarbiya izchilligini ta'minlashi lozim.

Bu davrning o'ziga xosligi – barcha bolalarning erkin ravishda o'z qobiliyatlarini to'liq namoyon etishlari uchun katta imkoniyat yaratishi hamda o'quv yili davomida o'quv yuklamalarini o'zlashtirish bilan bog'liq bo'lgan jismoniy, aqliy va ruhiy-emotsional zo'riqlashlarni bartaraf qilish, bolalarning yangi o'quv yiliga lozim bo'lgan tayyorgarlik bilan kelishlarini ta'minlashi bilan xarakterlanadi.

Maktabgacha ta'lim tashkilotlarida tarbiyalanuvchilarning sog'lom o'sishi va mavjud muammolarga qaramasdan jismonan, ma'nan, aqliy va axloqiy jihatdan komil inson bo'lib yetishini ta'minlash maqsadida bolalar sog'ligini asrash, avaylash, mustahkamlash asosida ta'lim tarbiya jarayoniga yangicha yondashish dolzarb masalalardan hisoblanadi.

Tana a'zolari va organlari haqida 6-7 yoshli bolalarga tushuncha hosil qiladilar va shu qoidalarga rioya qiladi. Tana a'zolari bola uchun tushuncha hosil bo'ladi.

Mashg'ulotlar bolalarga sergak tushuncha bo'lishi uchun bo'limlarga ajratilgan.

Uslubiy tavsiyani yozishdan maqsad: Bolalarda insonning tuzilishi haqidagi tasavvurlarini shakllantirish. Sog'lom bo'lish istagini rivojlantiring. Vazifalar: Rivojlanayotgan: bolalarda o'zlari, tanasi haqida g'oyalarni rivojlantirish; dialogik nutqni faollashtirish; ijodiy fikrlashni, e'tiborni, tasavvurni, fantaziyaning, o'zboshimchalik bilan xotirani rivojlantirish; so'zlarni harakatlar bilan bog'lash qobiliyatini rivojlantirish. Tarbiyaviy: sog'lom turmush tarzini shakllantirish; bir-birini tinglash qobiliyati, kattalar. Talabalar o'rtasida do'stona munosabatlarni rivojlantirishni davom eting; quvnoq kayfiyatni yaratish. Tarbiyaviy: tananing qismlarini aniqlash va to'g'ri nomlashni o'rganish; Tananing alohida qismlarining maqsadi haqida bilimlarni mustahkamlash. Material: odamning surati va tananing bir qismi, jirafa haqidagi qo'shiqning audio yozuvi. Dastlabki ish: inson tanasi tasvirlangan rasmlarni ko'rish, his a'zolarini o'z ustida ko'rsatish, sog'lom turmush tarzi haqida gapirish; didaktik o'yin "Kichkina odamni to'plang".

Maktabgacha yoshdagi 6-7 yoshli bolalar uchun "Ilk Qadam" davlat o'quv dasturi asosida mashg'ulot tashkil qilishdagi namunaviy jadval.

Yanvar oyi 3- haftasi		
Mavzu: Men va mening tanam		
Hafta kunlari	Mavzular	Markazlar

Dushanba	1. Men va mening kayfiyatim 2. Bosh miya	Nutq va til
Seshanba	1. Yurak qanday ishlaydi 2. Men eshitayapman	Jismoniy tarbiya mashg'uloti
Chorshanba	1. Men rangin olamni ko'ryapman 2. Men sezayapman	Fan va tabiyat
Payshanba	1. Chiroyli qomat 2. Qo'li gul bolalar	San'at markazi
Juma	1. Oyoqlarni parvarishlash 2. Nafas olayapman, yashayapman 3. Hazm qilish organlari	Nutq va til Fan va tbiyat

Men va mening kayfiyatim mavzusida quidagi yo'nalishlar bo'yicha maktabgacha ta'lim yoshidagi bolalarni kayfiyatini xarakterini ko'tarishni intensiv usullarini qo'llagan holda amalga oshiriladi.

Yangi ma'lumot: Inson turli holat va faoliyatda bo'lishi mumkin. Masalan u uxlaydi, ishlaydi, yuradi, o'qiydi. Uning kayfiyati ham har xil bo'lishi mumkin. Yaxshi kayfiyat insoning ham, uning chehrasini ham bezaydi. Sog'lom, istak va hohishlarni qondirgan insoning kayfiyati yaxshi bo'ladi.

Kayfiyat: Har xil quvnoq va g'amgin, ko'tarinki yoki tushkun, tetik va so'lg'in bo'lishi mumkin.

1-topshiriq. Bolarning yuz tasviri aks ettirilgan rasmlar asosida har bir odamning kayfiyati izohlanadi.

Maqsad: bolalarni inson kayfiyatini ilg'ab olishga, sezishga o'rgatish.

2. Savol-javob: -Tarbiyachi: -bolalar nima sababdan kayfiyatimiz buziladi?

B-J: (yomg'ir yog'ib, ko'chaga sayrga chiqa olmaslik, sevimli o'yinchoqni yo'qotib qo'yish, do'st bilan arazlashib qolish)

Tarbiyachi: -Qanday xodisalar kayfiyatimizni ko'taradi?

B-J: (Sayrga chiqish, beg'ubor osmon, yaxshi kun, uyga mehmon kelishi, uyda hamma choyga to'planib o'tirishi, sovg'a olish, multfilm ko'rish)

Tarbiyachi: -Do'stigiz kayfiyati buzilsa, nima qilish kerak?

B-J: (Unga yaxshi sozlash kerak, u bilan do'st bolish kerak, she'r yoki qo'shiq aytib berish, qiziq gaplar, hikoya aytib berish).

3. Musiqa tinglash. Bolalarga o'zbek mumtoz kuylardan birini tinglashni taklif etish. Bolalar kuyni tinglaydilar .

Tabiyachi: Bolalar, kuy qanday ekan? B-J: (Ohangraboli, dilkash, ma'yus, quvnoq, sho'x);

Tabiyachi: - Kuyni eshitib, nima haqda o'yladingiz?

B-J: (Onasiga injiqlik qilganini, ortog'ni xafa qilgani, bulutlar haqida, buvijonim haqida, kasal bo'lib qolgan akam haqida).

Tarbiyachi: - Mana, ko'rdingizmi musiqa ham insonga kayfiyat bag'ishlar ekan. U ham bizga ruhan hamohang bo'lishi mumkin ekan. Shuning uchun ham, musiqa har doim bayramlarimiz, tadbirlarimiz va ko'ngil ochish damlarimizda bizga hamroh bo'ladi.

4. Yaxshi ko'rgan mashg'ulotim. Tarbiyachi: - Bolalar, yaxshi kayfiyatimizga mos qilib, o'zingiz sevgan faoliyatni tanlang. (*qalam, plastin, qog'oz beriladi.*)

Yakun. Bolalar, kayfiyatimiz yaxshimi? Xursandman. Shunday kayfiyat bilan uyga boring, ota-onangizning ham kayfiyatini ko'taring.

Xulosa qilib aytganda maktabgacha ta'lim tashkilotlarida tarbiyalanuvchilarning sog'lom o'sishi va mavjud muammolarga qaramasdan jismonan, ma'nan, aqliy va axloqiy jihatdan komil inson bo'lib yetishini ta'minlash maqsadida bolalar sog'ligini asrash, avaylash, mustahkamlash asosida ta'lim tarbiya jarayoniga yangicha yondashish dolzarb masalalardan hisoblanadi. Shuning uchun quyida maktabgacha ta'lim tashkiloti pedagog xodimlari uchun sog'likka mustahkamlovchi ta'lim texnologiyalarini tavsiya etamiz.

Sog'likni mustahkamlovchi zamonaviy texnologiyalar oddiy davolash kasallikning oldini olish orqali inson sog'ligini mustahkamlashga xizmat qiladi. Tarbiyalanuvchilarning sog'ligini yuqori darajaga olib chiqish, ularda inson sog'ligi va hayotini muhofaza qilishga doir tushunchalarni shakllantirish, ularga sog'lom turmush madaniyati, mustaqil va samarali sog'lom hayot tarzini, birinchi tibbiy yordam, o'z-o'ziga yordam berish va boshqalarga yordamlashishni o'rgatish.

Maktabgacha ta'lim tashkilotlarda yozgi sog'lomlashtirish oylarida jismoniy tarbiya mashg'ulotlarini to'g'ri tashkil qilish va mashg'ulotlarni to'g'ri o'tkazish uni samarali hal etish nihoyatda muhim sanaladi. Mashg'ulotlarni to'g'ri tashkil etilsa, qiziqarli, ibratli jihatlar oshirilsa, bolalarning o'z vaqtida dam olishlariga e'tibor qaratilsagina jismoniy tarbiya mashg'ulotlarning samaradorligi ortib boradi. Jismoniy tarbiya mashg'ulotlarida mashq va o'yinlarning to'g'ri taqsimlanishi o'ta muhimdir. Bunda mashg'ulotning asosiy vazifasini ajratish lozim, uning mazmuni ko'zda tutgan maqsadini hisobga olib, bola tanasining ma'lum qismlariga har tomonlama ta'sir o'tkazish zarur. Shu jumladan mashg'ulotlarning unumdorligini oshirish maqsadida turli mashqlarni bir-biriga bog'lab olib borish juda muhimdir. Jismoniy tarbiya mashg'ulotlarini rejalashtirganda harakat tartibini va takroriyligini, vazifasini to'g'ri

taqsimlash va bolalarni guruhlarga uyushtirishning aniq va oqilona usullari ko'zda tutiladi.

Foydalangan adabiyotlar

1. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining O'zbekiston Respublikasi Maktabgacha ta'lim tizimini 2030 yilgacha rivojlantirish konsepsiyasini tasdiqlash to'g'risidagi 2019 yil 8 may PQ-4312 sonli qarori.
2. Vazirlar Mahkamasining 2019 yil 13 maydagi 391-son "Maktabgacha ta'lim tashkilotlari faoliyatini yanada takomillashtirish chora-tadbirlari to'g'risida" gi Qarori
3. N.Urazova "Mening tana a'zolarim" uslubiy tavsiya (6-7 – Yoshli bolalar uchun)
4. mdo.uz

