



## **MAKTABGACHA YOSHDAGI BOLALARDA HARAKATLI O`YINLAR ORQALI HARAKAT KO`NIKMA VA MALAKALARINI SHAKLLANTIRISH**

*Achilova Soxibaxon*

*Qo`qon davlat pedagogika instituti o`qituvchisi*

*Ilyosova Mubina, Ismatullayeva Munisa*

*Qo`qon DPI talabalari*

Yurtimizda jismoniy tarbiya, sport va xalq milliy o`yinlari ta`lim tizimidan asosiy ta`lim-tarbiya vositalari sifatida mustaxkam o`rin olmoqda. Bunda «Alpomish» va «Barchinoy» maxsus testlarini xayotda taqbiq qilinishi, yoshlarning turli sport musobaqalari, «Umid nihollari», «Universiada», xalq milliy o`yinlari festivallari hamda aholii istiqomat joylari mehnat jamoalarida spartakiadalar, birinchiliklarning muntazam tashkil qilinishi e`tiborga loyiqdir. Barcha hududlar va markaziy shaharlarda yirik sport inshootlari qad ko`tarmoqda, ya`ni sport maktablari tashkil qilinmoqda. Istiqolol yillarida xalqimizning qaddini ko`taradigan, uning sha`n-shavkatini ulug`laydigan, g`ururiga g`urur qo`shadigan va asriy orzulari ro`yobga chiqishiga zamin yaratadigan ko`pdan-ko`p ishlar amalga oshirilayotganiga har birimiz guvoxmiz. Sog`lom farzandlarimizni har jihatdan yetuk va barkamol insonlar qilib voyaga yetkazish, ularga kelajagimiz egalari deb qarash xalq kelajagiga bevosita daxldor masala sifatida istiqolol siyosatining uzviy qismiga aylangani ham mohiyat e`tibori bilan shu ezgu maqsadga xizmat qiladi. Har qanday insonning eng mo`tabar orzusi, astoydil intilgan asosiy maqsadi sog`lom barkamol avlodni tarbiyalash, har tomonlama komil insonni voyaga yetkazishdan iborat.

Tashabbuskorlik – bunyodkor g`oyalarni amalga oshirish borasida, oilada, mahallada, jamoada, kishilar o`rtasida ijobiy ishlar, tadbirlar tashkilotchisi bo`lish va o`zi ham faol ishtirokchiga aylanish orqali amalga oshiriladi. Jismoniy tarbiyaning maqsad va vazifalari jamiyatning ehtiyojlari bilan belgilanadi. Bu ehtiyoj tarbiyaning umumiy maqsadidan kelib chiqadi, bu maqsad o`zida ma`naviy boyligni, axloqiy poklikni va jismoniy barkamollikni mujassamlashtirgan uyg`un rivojlangan shaxsni shakllantirishdan iboratdir.

Maktabgacha yoshdagi bolalarning jismoniy tarbiyasi vazifalarini hal etishda ularning yosh hususiyatlari hisobga olinadi. Jadal o`sishtirish va rivojlanish maktabgacha yoshdagi bola organizmining o`ziga hos xususiyatidir. Lekin sistemalar va ular vazifalarining shakllanishi xali tugallanmagan bo`ladi. Shuning uchun maktabgacha yoshdagi bola juda nozik bo`ladi. Shu munosabat bilan quyidagi sog`lomlashtirish vazifalari birinchi o`ringa qo`yiladi:

- 1) hayotni muhofaza qilish, kasallikka qarshi kurash olib borish, orgnizmning tashki muhit ta`siriga karshiligini oshirish;
- 2) organizmning barcha sistemalarini tug`ri va o`z vaqtida rivojlantirish, ularning funksional imkoniyatlarini kengaytirish to`g`ri qaddi-qomat va tovonni shakllantirish uyg`un jismoniy rivojlantirish. Bolalar organizmining nomukammalligi, nozikligi bilan birga unga qudratli rivojlanishni ta`minlovchi hususiyatlar ham hosdir. Bu barcha to`qimalarning juda egiluvchanligi, tezkorligi, modda almashinuvi jarayonlarining jadalligidir. Uning juda katta moslashish imkoniyatlari shuning natijasidir.

Bola sharoitlarning o`zgarishiga, jismoniy zo`riqishga kattalarga nisbatan ancha tezrok va yaxshirok moslashadi. U o`ziga tushunarli bilim va ko`nikmalarni o`zlashtirishga idroki baland bo`ladi, bu esa bir qancha ta`limiy vazifalarni hal etish imkonini beradi:

- 1) jismoniy mashqlar bilan shug`ullanish va madaniy – gigiyenik ko`nikmalarni o`zlashtirish bilan



bog'liq dastlabki bilimlarni shakllantirish;

- 2) shaxsiy va ijtimoiy gigiyena ko'nikmalarini singdirish;
- 3) kelgusida sport bilan shug'ullanish uchun asos bo'lib hizmat qiladigan hayotiy zarur harakatlar malaka va ko'nikmalarini shakllantirish.

Jismoniy mashqlar bolalarning to'laqonli aqliy, ahlokiy, estetik va mehnat tarbiyasiga yordam berib, ularning ma'naviy – irodaviy sifatlarini (jasurlik, halollik, qat'iyat va boshqalarni) rivojlantiradi. Maktabgacha yoshdagi va kichik maktab yoshdagi bolalar bilan ish olib borishda bu qoidalar quyidagilarda o'z ifodasini topadi. Shaxsni har tomonlama rivojlantirish qoidasi harakat madaniyati asoslarini shakllantirishni va ayni vaqtda aqliy qobiliyatlarni (topqirlik, kuzatuvchanlik, qiziqish va boshqalar), ahloqiy fazilatlarni (intizomlilik, jamoatchilik, va boshqalar), estetik didni rivojlantirishni ta'minlaydi. U yoki bu alohida jismoniy mashq turlariga erta ixtisoslashuviga yo'l qo'yib bo'lmaydi. U bola salomatligiga va uning uyg'un jismoniy rivojlanishiga zarar yetkazishi, yangi ko'nikmalar, keyinchalik sport mahorati tarkib topishida, shakllanishida qiyinchilik tug'dirish mumkin.

Sog'lomlashtirish yo'nalishi qoidasi materiallar va vositalar mazmunini, hajmini tanlashni ko'zda tutadi, u salomatlikni mustahkamlashni, shifokor – pedagog nazoratini amalga oshirishni ta'minlaydi.

Maktabgacha ta'lim tashkiloti kun tartibida xilma-xil o'yinlarga alohida o'rin beriladi. Vaqtdan to'laqonli foydalanish uchun tarbiyachi o'yinchoqlar va qo'llanmalarni oldindan tanlab qo'yishi, bolalarni bajarish ko'nikmalarini tarbiyalashi zarur.

Maktabgacha yoshdagi bolalar bilan ish olib borishda jismoniy mashqlar katta o'rin tutadi. 3 yoshdan 7 yoshgacha bo'lgan davrda bolalar tarbiyachi rahbarligida va mustaqil ravishda asosiy harakatlarni, sport mashqlarni egallagan, xilma-xil harakatli o'yinlarni o'ynashni o'rgangan bo'lishlari kerak. Bu keng dastur ishning xilma-xil vositalari va shakllaridan foydalangandagina bajarilishi mumkin. Bolalarning shu davrdagi jismoni va ruhiy rivojlanishi xususiyatlari munosabati bilan quyidagi o'ziga xos vazifalar o'rta qo'yiladi:

- 1) to'laqonli uyg'un jismoniy rivojlanishi yurak tomir va nafas olish tizimini mashq qildirish qaddi qomat va oyoqni shakllantirish;
- 2) organizimni chiniqtirish;
- 3) barcha asosiy harakatlarni, sport mashqlarini bajarish ko'nikmalarini tarbiyalash;
- 4) jismoniy qobiliyatlar, tashabbuskorlik sifatlarni rivojlantirish;
- 5) ozodalik, tartiblilik odatlarini tarbiyalash.

Tarbiyachi va ota-onalar uchun bolalarni jismoniy barkamol qilib tarbiyalash va rivojlantirishda nimalarga etibor qaratish kerak?

Bu borada qanday mashg'ulotlar katta ahamiyat kasb etadi?

Avvalo qaysi jismoniy sifatlari va ko'nikmalarni rivojlantirish zarur?

Jadal rivojlanish yoshiga qadam qo'ygan bola uchun eng muhimi qaysinisi — o'z gavgasi, tanasini boshqarib borishmi yoki kuchli, chaqqon, chidamli bo'lishmi, bilimlarni o'zlashtirish, yangi axborot va ma'lumotlardan xabardor bo'lishmi yoki o'z fikrini izhor qilishni bilishmi?

Bu masalala ikkala yo'nalish ham juda katta ahamiyatga ega. Zero shu yo'nalishdagi biron-bir yetishmovchilik kamchilik albatta tez orada bilinadi. Bolalar tarbiyasi bilan band bo'lgan insonlar shuni anglamog'i zarurki, jismoniy va aqliy rivojlanish baqamti, yonma-yon boradi. Bu jarayonni olib borishni, ta'lim-tarbiyani, ayniqsa, 3-6 yoshli bolalarda davom ettirish kerak, chunki ayni shu yoshlarda jismoniy salomatlik, qiziquvchanlik, atrof olamni o'rganish, iroda, qiyinchiliklarni yengib o'tish ko'nikmalari hosil qilinadi. Maktabgacha ta'lim tashkiloti jamoalarining umumiy yugurish, velosiped poygalari, basseynida ommaviy cho'milish, maktab o'quvchilari va kattalar chiqishlaridan



alohida, bolalar uchun qulay bo'lgan soat va kunlarda o'tkazish zarur. Maktabgacha ta'lim tashkilotlari jamoalari ko'rsatgan natijalar umumiy hisobga kiradi. Ochiq havoda tashkil qilingan sport bayramlari bolalarni sog'lomlashtirish va chiniqtirish uchun juda katta foyda keltiradi. Bayram vaqtida bolalar kiyimini e'tiborga olib, yuqori harakatlanish faolligini ta'minlash zarur. Sport bayramlarini xonada o'tkazish uchun haqiqiy qoidalarga rioya qilish, bolalarning ochiq havoda bo'lish vaqtini qisqarishiga yo'l qo'ymaslik lozim. Yaqinda joylashgan sport inshootlari - stadion, sport zallari, basseyn va boshqalardan keng foydalanish tavsiya qilinadi.

Bayramlarni tashkil qilishga bo'lgan muhim talablardan biri ularni turli yil fasllarida o'tkazishdir. Shunga ko'ra ular turli xil tabiiy shart-sharoitlarda o'tkazilishi mumkin. Masalan, sport bayrami nafaqat maktabgacha ta'lim tashkilotlari hududida, balki oromgoh, stadion, tabiiy shart-sharoitlarda - bog', hovuz, daryo yonida tashkil qilinishi mumkin. Bayramning o'tkazilish joyiga ko'p holda uning mavzusi, tuzilishi, tayyorlov ishlari va jihozlanishining o'ziga xosligi bog'likdir. Sport bayramlarini tashkil qilishga jamoat tashkilotlari, sport inshootlari xodimlari, homiyar jalb qilinadi. Bayram dasturini tuzishda, mavzusini aniqlashda, mazmuni va jihozlanishini tanlashda iqlim-geografik, iqtisodiy, ijtimoiy sharoitlar o'ziga xosligini, O'zbekiston Respublikasi, viloyat, tuman milliy an'analari xususiyatlarini hisobga olish maqsadga muvofiq.

### FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

1. Ilk qadam davlat o'quv dasturi (takomillashtirilgan ikkinchi nashr) Toshkent 2022
2. Bolalarni boshlang'ich ta'limga majburiy bir yillik tayyorlash tizimini yanada rivojlantirish chora tadbirlari tog'risida. O'zbekiston Respublikasi Vazirlar Mahkamasining Qarori 2020 yil, 9-mart
3. Maktabgacha ta'lim va tarbiyaning davlat standarti 802-sonli Qaror
4. G. Nazirova, МАКТАБГАЧА КАТТА ЁШДАГИ БОЛАЛАРДА ХАЛҚ ОҒЗАКИ ИЖОДИ ВОСИТАСИДА МИЛЛИЙ ҒУРУП ҲИССИНИ ШАКЛЛАНТИРИШ–ИЖТИМОЙ ПЕДАГОГИК ЗАРУРИЯТ СИФАТИДА - Science and innovation, 2022
5. N.G. Malikovna, MG Bakhodirovna, EDUCATION OF CHILDREN IN THE SPIRIT OF PATRIOTISM AND FRIENDSHIP OF PEOPLES IN THE FAMILY.-International Journal of Early Childhood Special ..., 2022
6. Anvarovna, Sultonova Nurxon. "O'QUVCHILARDA XULQ-ATVOR SIFATLARINI SHAKLLANTIRISHDA XALQ OG'ZAKI IJODI VOSITALARIDAN FOYDALANISH." *Role of Exact and Natural Sciences During the Renaissance III* (2023): 94-98.
7. N.A Sultonova, Ibragimova Sh, D. Xolqoziyeva // TECHNOLOGIES OF URBRINGING CHILDREN IN MODERN FAMILIES /2020/3 European Journal of Research and Reflection in Educational Sciences – 2- 3 p 115-119
8. Sultonova Nurxon Anvarovna. Issues of Education during the Oriental Renaissance //INTERNATIONAL JOURNAL OF INCLUSIVE AND SUSTAINABLE EDUCATION. – 2022. – T. 1. – №. 5. – S. 301-305.
9. Султонова Н. А. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ПОДГОТОВКИ ДЕТЕЙ В СОВРЕМЕННЫХ УСЛОВИЯХ К СОЦИАЛЬНОЙ ЖИЗНИ В СЕМЬЕ// SCIENTIFIC PROGRESS 1 (6), 631-635
10. Султонова Н. А., Йўлдашев К., Ёшларни ахлокий тарбиялашда нафосат тарбиясининг айрим муаммолари// Modern Scientific Challenges and Trends 1 (3(14)), 101-106
11. [https://scholar.google.com/citations?view\\_op=view\\_citation&hl=ru&user=Rh71JaMAAAAJ&citation\\_for\\_view=Rh71JaMAAAAJ:W7OEmFMylHYC](https://scholar.google.com/citations?view_op=view_citation&hl=ru&user=Rh71JaMAAAAJ&citation_for_view=Rh71JaMAAAAJ:W7OEmFMylHYC)
12. [https://scholar.google.com/citations?view\\_op=view\\_citation&hl=ru&user=Rh71JaMAAAAJ&citation\\_for\\_view=Rh71JaMAAAAJ:Тyk-4Ss8FVUC](https://scholar.google.com/citations?view_op=view_citation&hl=ru&user=Rh71JaMAAAAJ&citation_for_view=Rh71JaMAAAAJ:Тyk-4Ss8FVUC)
13. [https://scholar.google.com/citations?view\\_op=view\\_citation&hl=ru&user=Rh71JaMAAAAJ&citation\\_for\\_view=Rh71JaMAAAAJ:UeHWp8X0CEIC](https://scholar.google.com/citations?view_op=view_citation&hl=ru&user=Rh71JaMAAAAJ&citation_for_view=Rh71JaMAAAAJ:UeHWp8X0CEIC)