

MILLIY HARAKATLI O‘YINLAR ORQALI MAKTAB O‘QUVCHILARINING SPORTGA QIZIQISHINI OSHIRISH

Barakayev Bahodir O‘roqovich
Samarqand davlat pedagogika instituti
Tel: 99 660 72 37

ANNOTATSIYA

Ushbu maqolada maktab yoshdagi bolalarda harakatli o‘yinlarni qo‘llash orqali jismoniy jihatlarni tarbiyalashda jismoniy tarbiya vositasi sifatida harakatli o‘yinlardan foydalanish va shu asosida Umumiy o‘rta ta‘lim maktablari sharoitida bolalarning harakat faoliyatini rivojlantirish texnologiyasining nazariy asoslari va usuliy yo‘llarini aniqlash, hamda maqsadga erishish jarayonida Umumiy o‘rta ta‘limlari sharoitida bolalarning harakat faoliyatini rivojlantirish uchun olib borilayotgan jismoniy tarbiya va ommaviy sog‘lomlashtirish tadbirlari tashkillashtirib tadqiqot olib borish ko‘zda tutilgan.

Kalit so‘zlar: harakatli o‘yin, harakat faoliyati, harakat sifati, jismoniy tarbiya, jismoniy rivojlanish, jismoniy sifat, sog‘lomlashtirish, qobiliyat, fiziologik omillar, mushak, vegetativ organlar faoliyati.

Umumiy ta‘lim maktablarida tarbiyani insonparvarlashtirish uni yangilash jarayonining asosi hisoblanadi. Olimlar, amaliyotchi mutaxassislarning tobora ko‘proq qismi maktabgacha yoshdagi va maktab yoshidagi bolalarni jismoniy tarbiyalash tizimi shaxsga majmual, insoniy ta‘sir o‘tkazishi, har bir bolaning muntazam va imkon qadar to‘la jismoniy rivojlanish huquqi amalga oshirilishini ta‘minlashi kerak, degan xulosaga kelmoqdalar. Bolalarni o‘rab turgan muhit o‘zgarib bormoqda. Oddiy, sodda o‘yinlar o‘rniga kompyuter o‘yinlari va turli ijtimoiy tarmoq videolari kirib keldi. Bolani aqliy, estetik rivojlantirish ustuvorlik kasb etmoqda. Ularni ahamiyatini inkor etmagan holda aytish kerakki, harakatli o‘yinlar, sayrlar, tengdoshlari bilan muloqot qilishga bolaning vaqti tobora kamayib ketyapti. O‘yin bilan bola faoliyatining boshqa turlari, o‘yinlarning har xil turlari orasidagi muvozanatning buzilishi (harakatli va o‘tirib o‘ynaydigan, alohida va birgalikdagi) maktab yoshidagi bolalar salomatligida ham, harakat qobiliyatlarining rivojlanish darajasida ham o‘z salbiy aksini topadi.

Maktab yoshidagi bolalarni jismoniy rivojlantirish muammolarini hal etishning yangi yo‘llarini izlash, birinchidan, ko‘rsatilgan ziddiyatlarni hal etish zarurati bilan, ikkinchidan, o‘sib kelayotgan yosh avlodning jismoniy tayyorgarligi rivoji jarayonini

takomillashtirish qonuniyatlarini, metodologik va usuliy sharoitlarini o'rganish zarurati bilan bog'liq.

Shunga ko'ra, maktab yoshidagi bolalarni jismonan sog'lomlashtirish, bolaning harakat sohasini rivojlantirish, chaqqon, kuchli, jasur bo'lishdek hayotiy ehtiyojlar asosida harakatga bo'lgan qiziqishini kuchaytirishning samarali vositalarini izlab topish va asoslab berish dolzarb masala hisoblanadi. Mazkur muammoning yechimi, bizningcha, yaxlit tarbiya jarayonini, bolaning har tomonlama mutanosib, jumladan, jismoniy va shaxsiy rivojini ta'minlovchi ijtimoiy-pedagogik sharoitlar birligini yaratishdadir desak mubalag'a bo'lmaydi. Bunda bolalarning harakat faoliyatini tashkil etishning o'yin shakllari eng qimmatli sanaladi. Biroq harakatli o'yinlar asosida maktab yoshidagi bolalarning jismoniy sifatleri va psixik jarayonlarini maqsadli rivojlantirish masalasi xususida ayrim ishlarda to'xtalib o'tilgan bo'lsa ham, batafsil so'z yuritilmagan. Shuning uchun bu mavzu yuzasidan ish olib borishdan maqsad jismoniy tarbiya vositasi sifatida harakatli o'yinlardan foydalanish asosida Umumiy o'rta ta'lim maktablari sharoitida bolalarning harakat faoliyatini rivojlantirish texnologiyasining nazariy asoslari va usuliy yo'llarini aniqlashdan iboratdir. Maqsadga erishish jarayonida Umumiy o'rta ta'lim maktablari sharoitida bolalarning harakat faoliyatini rivojlantirish uchun olib borilayotgan jismoniy tarbiya va ommaviy sog'lomlashtirish tadbirlari tashkillashtirib tadqiqot olib borish yuqorida keltirilgan muommoni yechishiga zamin yaratadi.

Umumiy o'rta ta'lim maktablari sharoitida bolalarning harakat faoliyatini rivojlantirish texnologiyasini yaratishning nazariy asoslari mazmuni, shakli, vositalari hamda uslubiyatini yangilash ishning predmeti hisobida amalga oshiriladi. Shu predmetni qo'lash jarayonida quyidagi farazni ilgari surish maqsadga muvofiqdir, jumladan Umumiy o'rta ta'lim maktablari sharoitida bolalar harakat faoliyatini rivojlantirish jarayonini nazariy asoslash haqidagi taxminlarga asoslanadi. Shuningdek, bolalar jismoniy tarbiyasidagi bu yo'nalishni amalga oshirish an'anaviy vositalar, xususan, harakatli o'yinlardan ham bolalar harakat faoliyatini rivojlantirish maqsadida foydalanish ta'sirini jiddiy yaxshilashga yordam berishi mumkin.

Ishni amaliy va nazariy ahamiyati shundan iboratki, tadqiqotlar jarayonida qo'lga kiritilgan ilmiy ma'lumotlar Umumiy o'rta ta'lim maktablari sharoitida o'quv jarayonini takomillashtirish muammolariga ta'lluqli jismoniy tarbiya nazariyasi va uslubiyatining qonuniyatlarini oydinlashtiradi. Umumiy o'rta ta'lim maktablari sharoitida bolalarning harakat faoliyatini rivojlantirish texnologiyasi ishlab chiqiladi va nazariy jihatdan asoslandi.

Bolalar va o'smirlar harakat faolligi sifat jihatlarini rivojlantirishning fiziologik

omillari mushaklar hamda vegetativ organlar faoliyatining boshqarilishini takomillashtirishda nomoyon bo‘ladi. Qisqa muddatli, tezkorlik va kuch harakatlarida asab-mushak tizimi faoliyati boshqaruvini yaxshilashga ko‘proq ahamiyat beriladi. Birmuncha uzoq muddatli faoliyatda harakat funksiyalarini takomillashtirish bilan birga vegetativ funksiyalarni muvofiqlashtirish ham jiddiy ahamiyat kasb etadi. Biroq bolalar va o‘smirlar organizmnining kuch, tezlik va chidamlilik ko‘rsatkichlari yaxshilanishini belgilaydigan funksiyalarining fiziologik boshqarilishini yaxshilashda eng muhim o‘rinni asab tizimi, ayniqsa, mushak zo‘riqishlarida organizmning funksiyalari yaxshilanishini ta‘mintovchi aloqalarning shakllanishi egallaydi. Shunday qilib, bolalik davrida kuch, tezlik va chidamlilikning o‘zaro bog‘liqligiga oid turli-tuman shakllarni belgilovchi fiziologik mexanizmlar ham xilma-xildir. Shartli-reflektor omillar muhim ahamiyatga ega. Mashg‘ulotlar davomida biror yo‘nalishdagi kuch, tezlik yoki chidamlilikni rivojlantiruvchi harakatlar uchun markaziy asab tizimida mushaklar hamda vegetativ organlar ishini dasturlashtirishning ma‘lum shakllari yuzaga keladi. Harakatli o‘yinlar harakat qobiliyatlari kompleks rivojlantirish vazifasining amalga oshirilishini maksimal darajada ta‘minlaydi, chunki ularning mazmuni harakat dasturlarini shakllantirish va almashtirishga yo‘naltirilgan. Ma‘lumki, insonning rivojlanish jarayonida egallab boradigan harakat tajribasi turli darajadagi harakat dasturlarining yuzaga kelishi va mustahkamlanishida o‘z ifodasini topadi. Harakat malakalari qanchalik xilma-xil bo‘lsa, yangi harakatlarni o‘zlashtirish imkoniyatlari shuncha ko‘p bo‘lishi tabiiy. Harakatli o‘yinlar murakkab tizimlar bo‘lgan tana va uning qismlari holatlari, harakatlar va harakat faoliyatlarining tez-tez almashinib turishi bilan tavsiflanadi. Xulosa qilib aytganda biz pedagogik tajriba vaqtida olgan natijalarimizning bir ma‘noli emasligini qat‘iy ayta olamiz. Umumiy o‘rta ta‘lim maktablari sharoitida bolalarning harakat faoliyatini rivojlantirishning yoshga bog‘liq xususiyatlari o‘tkazilgan tajribalar orqali aniqlandi va nazariy jihatdan asoslab berildi. Umumiy o‘rta ta‘lim maktablari sharoitida jismoniy tarbiya mashg‘ulotlarida harakatli o‘yinlarni qo‘llash bolalarning harakat imkoniyatlarini, jismoniy tayyorgarligini rivojlantirishga yordam beradi, shuningdek, ularning maktab yoshi davriga o‘tish uchun tayyorgarligi sifatini oshiradi.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. O‘zbekiston Respublikasining qonuni “Jismoniy tahbiya va sport to‘g‘risida”gi (yangi tahriri) “Xalq so‘zi” gazetasi 2015 yil 5 sentyabr №174 (6357) - soni.
2. Abdullaev A., Xonkeldiev Sh.X. “Jismoniy tarbiya nazariyasi va usuliyati” T. O‘zDJTI nashriyot. 2005 y.

3. Дьяченко В.К. “Диалоги об образовательных технологиях”. М. Школьные технологии, 2000 г.
4. Железняк Ю.Д., Петров П.К. “Основы научно методической деятельности в физической культуре и спорте”. Учеб. пособие для студ. ВУЗов. М. Академия, 2002 г.
5. Masharipova M.I. “Maktabgacha tarbiya muassasalarida bolalarning harakat potentsiyalini rivojlantirish texnologiyasi” Monografiya. Tashkent 2018 y.
6. Salomov R.S., Sharipov A.K. “Jismoniy tarbiya nazariyasi va uslubiyati”. Darslik II-jild. T. “JTA PRESS”. 2015 y.
7. Tulenova X.B., “Ta’lim jarayonida harakatli o‘yinlaming ahamiyati” ilmiy maqola.,”Umumta’lim maktab, akademik litsey kasb hunar kollejlarida jismoniy tarbiyaning dolzarb muammolari” To‘plami. Toshkent 2011-yil.