

XALQ TA'LIMI

ISSN 2181-7839

O'ZBEKISTON RESPUBLIKASI XALQ TA'LIMI VAZIRLIGINING
ILMIY-METODIK JURNALI

Muassis:

O'zbekiston Respublikasi Xalq ta'limi vazirligi

PUBLIC EDUCATION

SCIENTIFIC-METHODICAL JOURNAL
MINISTRY OF PUBLIC EDUCATION OF THE
REPUBLIC OF UZBEKISTAN

2021

2-son
(Maxsus)

Jurnal 1918-yil dekabr oyidan chiqa boshlagan
O'zMAA tomonidan 2013-yil 4-martda qaytadan ro'yxatga olinib, 0104-raqamli guvohnoma berilgan.

TOSHKENT



TAHRIRIYAT

- 4** Oliy ta'limda kredit-modul tizimi – ta'limning mehnat bozoriga transformatsiyasidir



TA'LIM VA TARBIYA NAZARIYASI

- Sh. Mardonov, O. Jabborova 6** Ta'lim jarayoniga innovatsiyalarni tatbiq qilishning tashkiliy-pedagogik jihatlari
- A. Abdullayev 9** Boshlang'ich ta'limda jismoniy tarbiya darslarini sog'lomlashtirishga yo'naltirish metodikasi
- D. Maxmudova 12** Maktabgacha yoshdagi bolalarni estetik tarbiyalash muammosiga nazariy yondashuvlar
- M. Musurmonova 16** Umumiy o'rta ta'lim maktablari boshlang'ich sinflarida ta'lim sifatini oshirishda "Matematika" fanining ahamiyati
- R. Musurmanov, M. Musurmonova 20** Umumiy o'rta talim maktablarida pedagogik konfliktlar va ularning profilaktikasi muammolari xususida
- F. Ochilov 23** Umumiy o'rta ta'lim maktablari boshlang'ich sinf o'quvchilarining amaliy faoliyatini takomillashtirishda "Atrofimizdagi olam" va "Tabiatshunoslik" darslarining ahamiyati
- B. Axmadaliyev 27** Umumiy o'rta ta'lim maktablari boshlang'ich sinf o'quvchilarining estetik bilimlarini va ijodkorlik qobiliyatlarini shakllantirishda texnologik ta'lim darslarining ahamiyati
- G. Tojiboyeva, Z. Suleymanova 31** Boshlang'ich sinf o'quvchilari nutqini o'stirishda didaktik o'yinlarining roli
- U. Shermatova 35** Millat ruhini saqlash yo'lida
- F. Atabekov 39** Bola tafakkurining rivojlanishida jismoniy tarbiya mashg'ulotlarining o'rmi
- O. Jabborova 43** Yangi ijtimoiy-iqtisodiy sharoitlarda boshlang'ich ta'limni rivojlantirishning pedagogik muammolari
- M. Achilova 46** Shaxsning jismoniy, psixologik rivojlanishida pedagogikaning roli
- D. Po'latova 50** Xalq ta'limi tizimida "Barkamol avlod" maktablari
- Z. Umarova 54** Ta'lim muassasalaridagi nizolarni hal qilish



TA'LIM VA TARBIYA METODIKASI

- M. Abdullayeva 57** Pedagogik va tarbiyaviy ishlar metodikasi
- G. Kuzmanova, B. Alimov, N. Beketov 61** Uchinchi tartibli tenglamalar
- X. Gulyamova 65** Umumiy o'rta ta'lim maktablarining boshlang'ich sinflarida o'qish metodikasi
- R. Nosirova 69** Maktabgacha ta'limda metakognitiv ko'nikmalarni shakllantiruvchi metodlarni qo'llash orqali bolalarni maktabga tayyorlash



ZAMONAVIY TA'LIM TEXNOLOGIYALARI

- D. Mutalova 73** Ta'lim klasteri talabalarni innovatsion kasbiy tayyorlashning innovatsion asosi sifatida
- L. Boliyeva 76** Oliy ta'limda "Steam" texnologiyasidan foydalanishning didaktik imkoniyatlari

- X. Gulyamova, U. Shermatova 79** Ta'lim texnologiyalari asosida o'quvchilarni xalqaro "piris" nazoratiga tayyorlash
- A. Karimjonov, O. Jabborova 83** Umumiy o'rta ta'lim maktablari boshlang'ich sinflarida "tarbiya" fanini o'qitishning zamonaviy texnologiyasi
- Z. Shanasirova 86** Bolalarni maktabga tayyorlashda multimedia vositalaridan foydalanish afzalliklari



MILLIY TA'LIM TEXNOLOGIYALARI

- R. Nosirova, N. Rustambekova 89** O'zbekiston Respublikasi maktabgacha ta'lim tizimini 2030-yilgacha rivojlantirish konsepsiyasini amaliyotga joriy etish texnologiyalari



JISMONIY TARBIIYA VA SPORT

- E. Soatov 93** Sportchilarning jismoniy tayyorgarligini oshirishda ularning psixologik holatini o'rganish
- F. Abdullayev B. Abdullayeva 97** Maktabgacha va kichik maktab yoshidagi bolalarning jismoniy rivojlanishida jismoniy mashqlarning o'rni
- A. Jo'raboyev 101** Jismoniy tarbiya va sportning bola tafakkuriga ta'siri
- E. Hurramov 104** Maktabgacha ta'lim muassasalaridagi jismoniy tarbiya mashg'ulotlariga umumiy tasnif



MAKTABGACHA TA'LIM

- N. Maripova 107** Maktabgacha ta'lim tashkilotlarida bolalarga noan'anaviy applikasiya yasash usullarini o'rgatish
- A. Sanakulova 111** Maktabgacha ta'lim tashkilotlarida pedagogik jarayonlar samaradorligini oshirish bo'yicha ayrim takliflar
- Z. Teshabayeva 114** Maktabgacha ta'lim tashkilotida sahnalashtirish o'yin faoliyati shakllarini tashkil etish
- L. Narimbayeva 117** Maktabgacha yoshdagi bolalar hayotida teatrning roli
- N. Urinova, A. Abdullayev 121** Ilk yoshdagi bolalarning rivojlanishida nutqning ahamiyati
- Z. Nasirova 124** Maktabgacha yoshdagi bolalar nutqini o'stirishda tilning fonetik, leksik va grammatik aspektlari
- S. Xolmatova 128** Maktabgacha tarbiya yoshidagi bolalarning matematik tafakkurini shakllantirish omillari



ILM, MA'RIFAT VA RAQAMLI TEXNOLOGIYALAR

- Z. Narimbetova 131** Matematika darslarida o'quvchilar ijodkorligini rivojlantirishda axborot-kommunikatsion texnologiyalarning o'rni



ТЕОРИЯ ОБРАЗОВАНИЯ И ВОСПИТАНИЯ

- Ш. Мардонов, У. Закирова 134** Об основных понятиях педагогических ценностей
- Ю. Кушназарова 138** Теоретические исследования в математике



ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ

- Р. Гимазутдинов 141** Знания по физической культуре – основа физкультурного образования дошкольников

Akmal JO'RABOYEV,
Chirchiq davlat pedagogika instituti
"Maktabgacha ta'lim" kafedrası o'qituvchisi

JISMONIY TARBIYA VA SPORTNING BOLA TAFAKKURIGA TA'SIRI

Annotatsiya

Maqolada mamlakatimizda jismoniy tarbiya va sportga qaratilayotgan e'tibor, jismoniy tarbiya va sportni bola tafakkurining rivojlanishiga ta'siri to'g'irisida fikrlar yuritilgan. Jismoniy tarbiya darslarini va mashg'ulotlarini tashkil qilishda dars samaradorligini oshirishga qaratilgan usullardan foydalana olish malakasiga ega bo'lish haqida fikr-mulohazalar kiritilgan.

Kalit so'zlar. Uslub, dars, talab, tashkil etish, dars o'tish, tafakkur, samarador, mashg'ulotlarini tashkil qilish.

В статье рассматривается внимание, уделяемое физической культуре и спорту в нашей стране, влияние физической культуры и спорта на развитие мышления детей. Включены отзывы о том, как использовать методы повышения эффективности уроков при организации уроков и занятий по физическому воспитанию.

Ключевые слова. Стиль, урок, востребованность, организация, обучение, мышление, эффективность, организация уроков.

The article examines the attention paid to physical culture and sports in our country, the influence of physical culture and sports on the development of thinking in children. Includes feedback on how to use lesson-effectiveness techniques in organizing physical education lessons and activities.

Key words. Style, lesson, relevance, organization, learning, thinking, efficiency, organization of lessons.

Sport hozirgi kunda barcha xalqlarning hayot talabi va ehtiyojiga aylanib qolmoqda. Chunki u kishilarning har tomonlama chiniqishini ta'minlabgina qolmay, balki ruhan tetik, ma'nan boy, axloqan pok, yuksak madaniyatli, mustahkam irodali qilib ham tarbiyalaydi. Sport turlari xilma-xildir. Lekin ularning har biri ham kishilarda yuqoridagi xislatlarni tarbiyalash uchun sport mashg'ulotlarida uzluksiz shug'ullanish va musobaqalarda qatnashishini talab etadi. Sport faoliyatining qonuniyatlarini va xususiyatlarini, sportchi shaxsini bilmasdan turib, biz sport mashg'ulotlarining foydali metodlarini ishlab chiqarish va ish faoliyatiga bo'ysundira olmaymiz. Sport faoliyati juda katta aniqlik, his qilish hamda idrok etish nafisligiga bog'liqdir.

Jismoniy harakat bolaning butun organizmini normallashtiradi, buzilgan fiziologik faoliyatining tiklanishiga yordam beradi, aqliy va jismoniy faolligini oshiradi. Shuni aytish zarurki, turli yoshdagi bolalar uchun jismoniy tarbiya va sport – hayot va faoliyat ko'rsatkichidir. Shuning uchun o'qituvchi yoki murabbiy tomonidan o'quvchilar ruhiyatini ko'taruvchi holatlarni yaratish zarur. Hayotda uchraydigan murakkab holatlarni misollar asosida, bolalar psixologiyasiga ta'sir etish yo'li bilan, jismoniy tarbiya va sport orqali, uzoq umr ko'rish g'oyasini bola ongiga singdirish katta ahamiyat kasb etadi.

Ta'lim jarayonida o'quvchilarda jismoniy mashqlarni muvaffaqiyatli bajarish qobiliyati rivojlanadi. Mashg'ulot jarayonlari ularda yuksak sport mahoratini egallashlariga, jismonan baquvvat bo'lishlariga o'z ta'sirini ko'rsatadi. Sportning vazifasi o'quvchilarga jismoniy mashqlarni bajarishning turli usullarini egallashga yordamlashidir. O'quvchining sportni mukammal egallashida harakat tasavvurlarining roli kattadir.

Harakat tasavvurlariga ega bo'lmagan bola eng oddiy jismoniy mashqlarni ham bajara olmaydi. Harakat to'g'risidagi tasavvurlar doimo murakkab bo'lib, u ko'rish harakat elementlari birligidan tashkil topadi. Uzoq davom etgan harakatlar dastlab ko'z kuzatishlari, keyin muskul harakat tasavvuri bilan bog'lanadi. Bola ongida ko'z tasavvuri paydo bo'lganda o'z-o'zidan muskul harakatlari paydo bo'ladi. Shu sababli harakatni ko'rsatish, har doim ham uning o'quvchi tomonidan to'g'ri bajarilishiga olib kelavermaydi. Muskul harakat tasavvurlarini hosil etish uchun jismoniy mashqlarni bajarish jarayonida aniqlab olish zarur. Bu harakatda og'zaki tushuntirish yordamida erishiladi:

1. Harakatni sekinlashtirib bajarish. Masalan, diskani otishda harakatni boshqarish muhim rol o'ynaydi. Unga erishish uchun sportchi, avvalo, harakatni sekinlatib bajaradi. Shu paytda u muskulning otish vaqtdagi holatini tasavvur qila oladi. Bu jarayonda o'quvchi harakatning har bir detaliga mukammal e'tibor berishga harakat qiladi.

2. Turli og'irlikdagi snaryadlardan foydalanish, o'quvchi turli og'irlikdagi snaryadlar bilan shug'ullanganda, o'sha zahoti muskul miqdorida o'zgarish ro'y beradi, uni his etadi. Bu unga harakatni yaxshi o'zlashtirishga yordam beradi.

3. O'rgangan harakatlarni diffrensional bajarish. Shug'ullanish jarayonida sportchi mashqni umumiy, bo'linmagan holda bajaradi. Keyin u mashqni elementlarga, qismlarga bo'lib bajaradi, ya'ni qo'l va oyoq harakatlari, qo'l bilan harakat qilganda u faqat qo'lni o'ylaydi, shu paytda oyoq harakatlari unutiladi.

4. Har bir aniq harakat og'zaki ko'rsatma asosida olib borilishi lozim. Shundagina bu harakatlar to'g'risida aniq tasavvurlar hosil bo'la boradi. Jismoniy mashqlarni ko'rsatishdan maqsad, o'quvchilarda o'rganilayotgan harakat to'g'risida ko'z tasavvuri obrazi hosil etishdir.

Bugungi kunda, jismoniy tarbiya va sportni bola tafakkurining rivojlanishiga ta'sirini o'stirishda o'qituvchi va murabbiylar quyidagi nazariy bilim asoslarini egallashlari kerak:

– jismoniy tarbiya darslari va sport mashg'ulotlarini o'tkazish jarayonlarida nazariy bilim, malaka va ko'nikmalarini rivojlantirish;

– mustaqillikka erishgan yillardan buyon, jismoniy tarbiya va sportga oid farmon va qarorlarning mazmun-mohiyatini o'quvchilarga yetkazish;

– o'z mutaxassisligi bo'yicha ilmiy tadqiqot, metodik ishlarni olib borish talablarini bilish, amaliyotga tatbiq etish;

– mustaqil ravishda o'z malakasini oshirishning yo'l va usullarini bilish;

– darsni kuzatish va tahlil qilish;

– mutaxassisligi yo'nalishidagi ilg'or ish tajribaga ega mutaxassis-o'qituvchilardan tajribalar o'rganib, ulardan o'z faoliyatida foydalanish malakasini egallash;

– iqtidorli sportchilarni aniqlash, saralash va ularga tabaqalashgan ta'lim berish yo'llari, shakllari hamda usullarni o'rgatish;

– jismoniy mashqlar bilan shug'ullanishda gigiyenik qoidalarga rioya qilish.

Jismoniy tarbiya darslari va sport mashg'ulotlarini tashkillashtirishda, dars samaradorligini oshirishga qaratilgan usullardan oqilona foydalana olish malakasiga ega bo'lish:

– “yoppasiga” (frontal) shug'ullanish usuli – bu usulda barcha o'quvchilar bir vaqtning o'zida bir xil mashqni bajaradilar. Uning ustunligi shundaki, barcha o'quvchilar

band bo'ladilar, darsning motor zichligi baland bo'ladi. Bu usuldan maktab dasturidagi ko'plab mashqlarni bajarishda foydalanish mumkin;

– “oqim” usuli – bu usulda o'quvchilar bitta mashqni navbat bilan, ketma-ket, to'xtovsiz oqim tarzida bajaradilar. Bunday oqimlar sharoitga qarab ikkita, uchta bo'lishi mumkin.

Bu usulni o'tkazish uchun o'qituvchi kerakli jihozlarni avvaldan tayyorlab qo'yishi talab etiladi;

– “guruh” usuli – bu usulda shug'ullanishning mazmuni shundan iboratki, unda o'quvchilar guruhlarga bo'linib, har bir guruh o'qituvchi topshirig'iga binoan mustaqil shug'ullanadi. Bu usulga mashq uchun jihoz va uskunar yetishmasa, o'qituvchiga murojaat qilinadi. Guruhlar ma'lum vaqt o'tgandan so'ng joylarini almashtiradilar. Har bir guruhga boshliq tayinlanadi. Dars jarayonida bir-biriga xalaqit bermaydigan tarzda joylashtiriladi.

Bu usulni to'g'ri tashkil etish natijasida, o'qituvchi o'quvchilarga mashqlarni mustaqil bajara olish ko'nikmasini o'rganishga imkon yaratadi:

– “individual” (yakka) usuli – bu usul shundan iboratki, o'qituvchi mashqni individual bajaradi, qolganlar esa uni kuzatib turishadi. Bunday usullar darsning yakuniy qismlarida qo'llaniladi.

Shuning uchun ham har bir jismoniy tarbiya o'qituvchisi va sport murabbiysi yil davomida o'quvchilar salomatligini mustahkamlash yo'lida quyidagilarni amalga oshirishlari lozim. Jumladan:

– o'quvchilarda yuksak axloqiy, ma'naviy, irodaviy fazilatlarini, mehnatsevarlik, faollikni tarbiyalashga;

– jismonan baquvvat, epchil, sog'lom, kuchli va qiyinchiliklarni yengishga qodir etib tarbiyalashga;

– hayotiy muhim malaka va ko'nikmalar (yugurish, yurish, sakrash, uloqtirish, tirmashib chiqish va tushish, suzish, sayohat asboblardan foydalana olish)ni shakllantirishga;

– o'quvchilarning jismoniy mashqlar gigiyenasi, anatomiyasi va fiziologiyasiga doir bilimlarni boyitishga;

– sport bo'yicha targ'ibotchilik, tashkilotchilik, instruktorlik malakasini singdirish, harakatlarning estetikasini to'g'ri talqin qilishga odatlantirishga;

– yuqori sinf o'quvchilarida ularning kelajakda egallaydigan kasblarini hisobga olgan holda, kasb-hunar va amaliy ko'nikmalarni rivoj toptirishga ko'niktirmoq kerak.

Mazkur yo'sinlarni jismoniy tarbiyani tashkil etishda, hamma jihatlaridan to'liq foydalangan taqdirdagina, muvaffaqiyatli ravishda hal etish mumkin.

Xulosa qilib aytganda, jismoniy tarbiya mutaxassislari o'z ustida tinimsiz mehnat qilishlari, izlanishlari, o'quvchilarning bilim samaradorligini oshirishda kerakli malaka va ko'nikmalarni rivojlantirib borishlari zarur. Shundagina, jismoniy tarbiya va sportni o'quvchi tafakkurining rivojlanishiga, jismoniy sifatlarining o'sishiga, ularning texnik va taktik harakatlarni o'rganishiga yaqindan yordam beriladi.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. *Shabbozov D.R. Sport psixologiyasi. –Termiz, 2008.*
2. *Адизова Т.М. Психокоррекция: Учебное пособие. – Т., 2006.*
3. *Бернштейн Н.А. Физиология движений и активность. – М., 1990*