

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'ri
- 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 TARBIYA 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
------------------------	------------	--

Eshmahmat HURRAMOV,

Chirchiq davlat pedagogika instituti

"Maktabgacha ta'lim" kafedrası o'qituvchisi

MAKTABGACHA TA'LIM MUASSASALARIDAGI JISMONIY TARBIYA MASHG'ULOTLARIGA UMUMIY TASNIF

Annotatsiya

Maqolada muallif hozirgi zamonaviy maktabgacha ta'lim muassasalarida jismoniy mashqlarning maktabgacha yoshdagi bolalar jismoniy hamda aqliy rivojlanishida qanchalar muhim ekanligi haqidagi mulohazalar bildirilgan. Shuningdek, muallif maktabgacha yoshdagi bolalarga jismoniy mashqlarni ularning yosh darajasiga mosligi haqida ham fikr yuritgan.

Kalit so'zlar. Funktsional o'zgarish, jismoniy ko'nikma, yuklama, epchillik, nafas olish, oila muhiti.

В статье рассматривается значение физических упражнений в физическом и умственном развитии дошкольников в современных дошкольных учреждениях. Автор также предположил, что физическая активность детей дошкольного возраста должна соответствовать их возрасту.

Ключевые слова. Функциональные изменения, физические возможности, нагрузка, ловкость, дыхание, семейное окружение.

The article examines the importance of physical exercises in the physical and mental development of preschoolers in modern preschool institutions. The author also suggested that the physical activity of preschool children should be appropriate for their age.

Key words. Functional changes, physical capabilities, stress, agility, breathing, family environment.

Maktabgacha yoshdagi bolalarning ham ruhan, ham jismonan rivojlanishlarida jismoniy mashqlarning ahamiyati katta. Aksariyat ota-onalar farzandlarining sog'lom va faol o'sib-ulg'ayishini istaydilar. Ushbu sifatlarining ko'pchiligi aynan bolalarning yoshlik davridayoq shakllanadi. Maktabgacha ta'lim muassasida tarbiyalangan va oila muhitida ulg'aygan bolalar o'rtasidagi farq maktab davrida yaqqol namoyon bo'ladi. Demak, bolaning maktabgacha ta'lim muassasasida ta'lim olishi uning rivojlanishida yaqqol o'z ta'sirini sezdirar ekan. Maktabgacha ta'lim muassasalarining jismoniy mashg'ulotlarga tuzilgan dasturning asosiy vazifasi bolalar salomatligini mustahkamlash, ularni himoya qilishga qaratilgan. Bundan tashqari, bu mashg'ulotlar yordamida bolalarda epchillik, tezkorlik kabi sifatlarini rivojlantirish ham ko'zda tutilgan. Mashqlar davomida har bir bolaning individul xususiyatlaridan kelib chiqqan holda zaruriy ko'nikmalar shakllantirilishi lozim.

Maktabgacha yoshdagi bolalarning jismoniy rivojlanishida mashg'ulotlarning o'yin shaklida olib borilishi muhim ahamiyatga ega. Bunda ta'lim muassasasi tarbiyachilar bir qancha omillarni hisobga olib, bolaning yoshiga, fe'l-atvoriga mos bo'lgan o'yinlarni tanlashlari kerak. Chunki o'yin amaliyoti bolada ma'lum ko'nikmalardan tashqari (masalan voqea-hodisaga javob qaytarish), bolalarga jamiyatdagi ijtimoiy munosabatlarga kirishishlariga poydevor bo'lib xizmat qiladi.

3 yoshdan 7 yoshgacha bo'lgan davrda bola organizmida jiddiy o'zgarishlar kuzati-

ladi. Bunda organ va tizimlarda morfologik hamda funksional o'zgarishlar sodir bo'ladi. Umurtqaning egiluvchanlik xususiyati ortib, muskullarning kuchi ortadi. O'pkaning hajmi ortishi natijasida nafas olish ham uzoqroq va chuqurroq bo'ladi. Bu davrda bolaning ham ruhan ham jismonan barqaror rivojlanishini ta'minlash uchun ta'lim muassasalari hamda tarbiyachilari oldiga bir qator vazifalar qo'yiladi:

– organizmda to'laqonli uyg'un jismoniy rivojlanishni ta'minlash (yurak qon tomir tizimi faoliyatini rivojlantirish, qaddi qomatning tik va to'g'ri bo'lishini, oyoqning to'g'ri bo'lishini ta'minlash);

– organizmni chiniqtirish;

– sport turlarining asosi bo'lgan jismoniy elementlar o'zlashtirilishini ta'minlash;

– zaruriy jismoniy ko'nikma va sifatlarni shakllantirish.

Bu kabi vazifalarni oila hamda ta'lim muassasalarida kompleks tarzida olib boril-gandagina to'la uddalash mumkin. Bolalardagi aktiv faoliyat (o'yin, o'quv, mehnat, turmush) kun davomida vaziyatga qarab bir necha bor o'zgarishi mumkin. Misol uchun, kichik maktab yoshigacha bo'lgan bolalarga aqliy faoliyat davomiyligi 8 daqiqa qilib belgilangan bo'lsa, katta yoshidagi bolalar uchun bu vaqt davomiyligi 12 daqiqa etib belgilangan. Aqliy faoliyat mashg'ulotlari davomida jismoniy mashqlardan foydalanish yuqoridagi vaqt davrlarini uzaytirish imkonini beradi. Bunda tarbiyachi jismoniy tarbiya daqiqalari yoki jismoniy tarbiya tanaffuslaridan foydalanishi, bolalar e'tiborini boshqa faoliyat turiga qaratgan holda mashg'ulotning qiziqarli bo'lishini ta'minlashi zarur. Mi-sol uchun, kun tartibiga sayr dasturlarining kiritilishining o'zi foydadan holi bo'lmaydi. Chunki sayr orqali ham bolalarda ijtimoiy hayot bilan muloqot ko'nikmalari shakllanadi.

Maktabgacha ta'lim muassasalarida olib boriluvchi jismoniy mashqlarda ko'zlangan asosiy maqsad bola salomatligini mustahkamlash hamda himoya funksiyasini kuchay-tiradi. Amaliy jismoniy tarbiya usullari o'z ichiga quyidagilarni qamrab oladi:

1. Eshitish qobiliyati.

2. Ko'rish organlari tomonidan qabul qilinishi.

3. Harakat bilan idrok qilish.

Yuqoridagi o'qitish usullarining o'zi maktabgacha yoshdagi bolalar uchun jismoniy tarbiya vositasi sifatida ishlaydi. Bunda tanlov ham bir qancha omillarni hisobga olgan holda bajariladi. Mashqlarning murakkablik darajasi, bosqichi, tabiati, bolaning tayyor-garligi shu kabi boshqa xususiyatlar hisobga olinib mashqning xarakteri ham o'zgarib boradi. Misol uchun, hayotning birinchi yilida bola barcha mashqlarni ota-onasi yoki kattalar yordamida amalga oshiradi. Bola ulg'aygan sari jismoniy mashqlarda foy-dalaniladigan mashq elementlari ham ortib boradi. Ushbu jarayonda ko'z orqali aloqa qilish muhim sanaladi. Chunki bu davrda idrok etishning asosiy vositasi ko'rishdir. Har qanday yangi mashq elementini o'rganish bir necha bosqichlarni o'z ichiga oladi:

– boshlang'ich o'rganish. Bolaga harakatning to'g'ri g'oyasi tushuntiriladi. Tu-shuntirish jarayoni ham o'z ichiga mashqning ko'rsatilishi, tushuntirilishi va bolalar tomonidan takrorlanishi kabi bosqichlarni o'z ichiga oladi. Yuqoridagi bosqichda bola ongida harakat va mashq o'rtasida assotsiativ munosabat shakllanadi. Bu munosa-batning rivojlanishi bola katta yoshga yetganida ham murakkab bo'lgan elementlarni bajarishida ko'mak beruvchi omil sanaladi;

– chuqur o'rganish. Bunda maktabgacha yoshdagi bolalarga faqatgina mushak-lar xotirasiga asoslangan mashq elementlari bajartiriladi. O'qitish jarayoni imitatsiya, eshitish, qisqa guruhlariga bo'lish va vizual ko'rsatmalar berish orqali amalga oshiriladi;

– ijro texnikasini birlashtirish va rivojlantirish. Bunda asosiy e'tibor bolaning mashqni

har qanday sharoitda o'rganilgan mashq elementini to'g'ri bajarishga qaratiladi. Bu ko'nikmalar o'yin darslari hamda musobaqalarni tashkil etish orqali amalga oshiriladi.

Bola 5 yoshga yetgan bolalarda motor qobiliyati to'la rivojlangan bo'ladi. Shu sababdan ham mashq elementlari amaliy namoyish qilmasdan, faqat buyruq yoki elementni nomlash orqali amalga oshirish mumkin.

Kichik maktabgacha yoshidagi bolalar uchun (5 yoshgacha) mashq elementlariga quyidagilarni misol qilib ko'rsatishimiz mumkin:

Ko'rish. Bola tik turadi. Oyoqlari bir-biridan ajratilgan holda qo'llari pastga tushiriladi. So'ng navbat bilan qo'llar oldinga va orqaga harakatlantiriladi.

Nafas mashqi. Bola oyoqlar bir-biridan ajratilgan holda tik turadi. Qo'llari bir-biriga qo'shilgan holda oldinga egilib nafas oladi. Nafas chiqarilayotgan esa qo'llar oyoqlar orasiga qo'yiladi. Nafas olish paytida qo'llar ko'tariladi va bola dastlabki holatga qaytariladi.

“To'lqin”. Bola chalqancha holatida yerga yotqiziladi va qo'l-oyoqlar cho'ziladi. Nafas olib, qo'llar boshning orqasiga qo'yiladi. Nafas chiqarilayotganda qo'llar qarama-qarshi tarzda harakatlantiriladi.

Yuqoridagi mashq elementlar bolaning umumiy rivojlanishi uchun asos bo'lib xizmat qiladi. Mashqlarning murakkablik darajasi bolaning individual sifatlariga qarab asta-sekinlik bilan o'sib boradi. Quyida katta yoshdagi maktab bolalarini jismoniy rivojlantirishda qo'llaniluvchi mashqlarga e'tibor qaratamiz:

“Qayiq”. Bola qorni bilan yerga yotqiziladi va qo'llari oldinga cho'ziladi. Chuqur nafas olinganda yelka va qo'lar ko'tarilib oldinga cho'ziladi. Bu bolada mushaklarning chiniqishiga va qomatning to'g'ri rivojlanishida samarali.

“Bel mashqi”. Bola oldinga egilgan holda ikki qo'llarini ortiga uzatib tayoqni ushlab tanasini chap va o'ngga buradi. Nafas olish bir maromda kichadi.

Sport elementlarining umumiy ro'yxatida muvozanatni his qilish uchun mashqlar muhim o'rin egallaydi. Muntazam va tartibli olib borilgan mashqlar bolada harakatda muvozanatni, chidamlilik, epchillik kabi sifatlarini shakllantiradi. Guruhlardagi samaradorlik barcha muassasalarda olib boriladigan maktabgacha yoshdagi bolalarning jismoniy tarbiyasi ustidan tibbiy-pedagogik nazoratni ta'minlab beradi.

Xulosa o'rniida shuni aytishimiz mumkinki, maktabgacha yoshidagi bolalarning jismoniy tarbiyalash ta'limda barkamol kadrlar yetishib chiqishiga bevosita ta'sir qiladi. So'nggi tadqiqot natijalari shuni ko'rsatmoqdaki, hozirgi maktabgacha yoshdagi bolalarning sog'lig'i masalasi eng dolzarb masalalardan biridir. Chunki zamonaviy hayot tarzimiz jismoniy faoliyatning keskin tushib ketishiga sabab bo'lmoqda. Maktabgacha yoshdagi bolalarning jismoniy rivojlanishidagi diagnostika natijalariga ko'ra hozirgi bolalar jismoniy salomatligi 10 yil oldingi tengdoshlariga qaraganda jismoniy zaif va kasallikka chalinish ehtimollari yuqoridir. Ushbu muammo hal qilish uchun tarbiyachi va ota-onalar bolaning tug'ilish paytidan boshlab uning to'la rivojlanishiga e'tibor qaratilishi lozim.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining “2017-2022-yillarda maktabgacha ta'lim tizimini yanada takomillashtirish chora-tadbirlari to'g'risida”gi qarori. 2016-yil 29-dekabr.
2. Maktabgacha yoshdagi bolalarning ta'lim-tarbiyasiga qo'yiladigan davlat talablari. – T., 2000.