

# 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**

**5-son**  
(maxsus)

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

TOSHKENT



TAHRIRIYAT

- 4 Sog'lom turmush tarzi – farovon hayot asosi ekanligini targ'ib qilish dolzarb ijtimoiy-pedagogik muammo



TA'LIM VA TARBIYA NAZARIYASI

- T. Achilov 6 Pedagogik ta'lim innovatsion klaster yondashuvida o'zaro hamkorlikning didaktik imkoniyatlari
- A. Abdulaxatov 10 Kurash orqali talabalarga milliy va umuminsoniy qadriyatlarni singdirishning ilmiy-nazariy asoslari
- A. Tursunov 13 Tarbiyaviy ishlarni tashkil etishda chaqiriqqacha harbiy ta'lim o'qituvchilarining pedagogik imkoniyatlari
- A. Abdulaxatov, B. Muxtorov 16 Talaba-yoshlarda kurash sport turini tatbiq etish ma'naviy-axloqiy tarbiya vositasi sifatida
- A. Shadiyev 20 Bolalar va o'smirlar bilan o'tkaziladigan yengil atletika mashg'ulotlarining ilmiy-amaliy ahamiyati
- M. Shermatov 24 Umumiy o'rta ta'lim maktablari o'quv dasturida voleybol darsining ahamiyati
- J. Shukurllayev 28 Voleybol sport turi vositasida maktab o'quvchilarida jismoniy sifatlarni rivojlantirishda akmeologik yondashuvning didaktik imkoniyatlari
- J. Xudoyberganov 31 Ta'lim muassasalarida o'quvchilar jismoniy tarbiyasining amaliy ahamiyati



TA'LIM VA TARBIYA METODIKASI

- F. Nurmatov 34 Harakatli o'yinlar bola tarbiyasining asosiy usuli sifatida
- U. Zokirov 38 Umumiy o'rta ta'lim maktablarida jismoniy tarbiyada sinfdan tashqari ishlarni tashkil etishning shakllari
- A. Yusupbayeva 42 Maktabgacha yoshdagi bolalarning jismoniy rivojlanishida harakatli o'yinlarni tashkil etish usullari
- R. Atajanova 46 Ishchi daftarning boshlang'ich sinf o'quvchilari ijodiy qobiliyatini shakllantirishdagi o'rni
- B. Ko'kiyev 49 Yordamchi proyeksiyalash usulida pozitsion masalalarni yechishning metodik qulayligi



TA'LIM SIFATI: MAZMUN VA MOHIYAT

- S. Xabibullayev 53 Umumiy o'rta ta'lim maktablarida sport o'yinlari futbol bo'yicha musobaqalarni tashkil etishning ahamiyati
- J. Shukurllayev 57 Klaster yondashuv asosida voleybolchilarning jismoniy ko'rsatkichlarini rivojlantirish
- A. Sultonov 60 Belbog'li kurash qoidalarining xususiyatlari
- V. Karayev 63 Kompetensiyalarning innovatsion ta'lim klasteridagi ahamiyati
- D. Umaraliyeva 66 Sportchilarda dispanser nazoratini tashkil etishning xususiyatlari



MILLIY TA'LIM TEXNOLOGIYALARI

- I. Marasulova, N. Boymurotov 69 O'zbekiston me'moriy yodgorliklarida naqsh bezaklarining ahamiyati
- S. Sobirov 73 Talaba-yoshlarning mafkuraviy immunitetini mustahkamlash, ularda yuksak axloq, kasbga sadoqat kabi insoniy fazilatlarini shakllantirishda tasviriy san'atning o'rni



**Javlonbek XUDOYBERGANOV,**  
Chirchiq davlat pedagogika instituti,  
"Fakultetlararo jismoniy tarbiya" kafedrasida o'qituvchisi

## **TA'LIM MUASSASALARIDA O'QUVCHILAR JISMONIY TARBIYASINING AMALIY AHAMIYATI**

### **Annotatsiya**

Ushbu maqola O'zbekiston Respublikasida tahsil olayotgan o'quvchi va talabalarni jismoniy madaniyat fanining ta'lim tizimidagi o'rni va ahamiyati, uni o'qitish orqali shaxsni nafaqat jismoniy jihatdan, balki har tomonlama barkamol etib tarbiyalashga yo'naltirilgan.

**Kalit so'zlar.** Jismoniy madaniyat, ta'lim-tarbiya, fan, o'qituvchi, shaxs, barkamol, yoshlar, intellektual, avlod, fuqaro, Vatan, sport.

Статья посвящена изучению роли и значения физической культуры в системе образования учащихся и студентов, обучающихся в Республике Узбекистан, воспитанию человека не только физически, но и всесторонне компетентным путем ее преподавания.

**Ключевые слова.** Физическая культура, образование-воспитание, наука, учитель, личность, гармоничность, молодежь, интеллектуальная, поколение, гражданин, Родина, спорт.

This article is devoted to the study of the role and importance of physical culture in the education system of students and students studying in the Republic of Uzbekistan, the education of a person not only physically, but also comprehensively competent through its teaching.

**Key words.** Physical culture, education-education, science, teacher, personality, harmoniously developed, youth, intellectual, generation, citizen, Homeland, sport.

**O**'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2017-yil 7-fevral kunidagi farmoni bilan 2017-2021-yillarda O'zbekistonni rivojlantirishning beshta ustuvor yo'nalishi bo'yicha Harakatlar strategiyasini tasdiqlanishi hamda yoshlarga oid davlat siyosatini takomillashtirishda ularni jismonan sog'lom, ruhiy va intellektual rivojlangan, mustaqil fikrlaydigan, qat'iy hayotiy nuqtayi nazariga ega, Vatanga sodiq yoshlarni tarbiyalash, demokratik islohotlarni chuqurlashtirish va fuqarolik jamiyatini rivojlantirish jarayonida ularning ijtimoiy faolligini oshirish yosh avlodning ijodiy va intellektual salohiyatini qo'llab-quvvatlash hamda amalga oshirish, bolalar va yoshlar o'rtasida sog'lom turmush tarzini shakllantirish, ularni jismoniy tarbiya va sportga keng jalb etish belgilab qo'yilgan.

O'zbekiston Respublikasi Prezidenti Shavkat Mirziyoyev tashabbusi bilan 2021-yilni "Yoshlarni qo'llab quvvatlash va aholi salomatligini mustahkamlash" yili deb e'lon qilindi. Prezident Shavkat Mirziyoyevning farmon va farmoyishlarida sportga qobiliyatli bolalarni jismoniy mashg'ulotlar va sportga jalb etish, shuningdek, ularni saralab olishning zamonaviy uslublarini ishlab chiqish va hayotga tatbiq etishga mo'ljallangan fundamental va amaliy izlanishlarni amalga oshirish hayotiy zaruriyatdir.

O'quvchi-talabalarning bo'sh vaqtlaridan unumli foydalanishda, ularning sog'lom bo'lib etishlarida o'quv yurtlarida olib borilayotgan jismoniy tarbiya va ommaviy sport ishlari ham muhim ahamiyat kasb etmoqda. O'zbekistonda uzluksiz ta'lim tizimini takomillashtirish va jahon standartlariga muvofiq bo'lgan kadrlarni tayorlash bo'yicha ta'limning milliy dasturi ishlab chiqilgan.



1. Sog'lomlashtirish.
2. Har tamonlama yetuk inson qilib tarbiyalash.
3. Vatan mudofaasiga hamda mehnatga tayyorlash.

Jismoniy tarbiyaning maqsadidan kelib chiqqan holda o'quvchi va talabalarni sog'lomlashtirish, chiniqtirish, jismoniy rivojlantirish, harakat malaka va ko'nikmalarini shakllantirish bo'yicha jismoniy tarbiyaning asosiy vazifalari belgilanadi:

Jismoniy mashqlar va sportga oid maxsus bilimlar berishda jismoniy mashq deb, jismoniy tarbiya qonuniyatlari talablariga javob beruvchi, ongli ravishda bajariladigan ixtiyoriy harakat faoliyatlarining turli turkumi tushuniladi.

Bunday harakat faoliyatlari gimnastika, o'yinlar, sport, turizm mashqlari sifatida tarixan tizimlashtirildi. Ularga gigiyenik bilim va ko'nikmalar singdirildi. Bu vazifa o'quvchi va talabalarga jismoniy mashg'ulotlarning foydasi haqidagi gigiyenik qoidalarga, dasturda ko'zda tutilgan barcha jismoniy mashqlarni to'g'ri bajarish qoidalariga rioya qilish haqidagi zarur bilimlarni berishdan iborat. Bularning hammasi sog'liqni mustahkamlashga, ularning gigiyena qoidalarini bilishlari va ularga amal qilishlariga bevosita daxldor bo'lib, bunga maktab, oila, jamoatchilik hamda bolalarning o'zlarining birgalikdagi harakat bilan erishiladi.

Jismoniy mashqlarga va sport mashqlariga jismoniy tarbiya darslari, kun tartibidagi tadbirlar hamda to'garak mashg'ulotlarida o'rgatiladi. Uning natijasida jismoniy rivojlantirish ta'minlanadi. Shuningdek, o'quvchi va talabalarda sportga qiziqishlar shakllantirilib, sport turlariga jalb etiladi.

Sog'liqni mustahkamlash, o'quvchilarni to'g'ri jismoniy rivojlantirishga va chiniqtirishga yordam berish. Tabiat omillari suv, quyosh, havo ta'sirida o'quvchilarni sog'ligini mustahkamlash, chiniqtirish hamda organizmni kasalliklarga chidamliligini orttirish. Jismoniy tarbiya mashg'ulotlarini imkoni boricha toza havoda o'tkazish yoki sport zallarini toza havo bilan ta'minlanishini tashkil etish. O'quvchi va talabalarni suv muolajalari, suzish va cho'milish mashg'ulotlarini olib borish hamda quyoshga toblanish tadbirlarini boshqarish. Bu tadbirlarni sayrlar, ekskursiyalar va turizm mashg'ulotlarida amalga oshiriladi. Bu vazifa ta'lim muassasasidagi barcha jismoniy madaniyat va sport ishlarining eng muhimi hisoblanadi. U har bir o'qituvchining, pedagoglar jamoasining diqqat markazida bo'lish kerak. Shuning uchun o'quvchi va talabalarning jismoniy jihatdan normal rivojlanishi kerak.

O'quvchi va talabalarda harakat malaka va ko'nikmalarini shakllantirishda ularni jinsi, yoshi va jismoniy tayyorgarligi hamda shaxsiy qobiliyatiga qarab yondashish zarur. Jismoniy fazilatlarni takomillashtirish. Tezkorlik, kuch, epchillik va chidamlilik hamda egiluvchanlik har bir kishi uchun zarur bo'lgan sifatlardir. Ular o'quvchi va talabalarda harakat ko'nikmalarining shakllanishi bilan uzviy bog'liqdir. Jismoniy mashqlarni qisqa yoki uzoq vaqt davomida turli sur'atda, turli murakkabliklar bilan o'tkazish yuqoridagi sifatlarning rivojlanishiga yordam beradi. Jismoniy fazilatlarni bir-biriga muvofiq holda rivojlantirish, mashg'ulotlarni shug'ullanuvchilar shaxsiy qobiliyatlariga muvofiq tashkil etish hamda o'quvchilarni sport turlariga jalb etishdan iborat.

O'quvchi va talabalarni ta'lim muassasalaridagina emas, balki uyda ham jismoniy mashqlarni sistemali ravishda bajarishga odatlantirib borishdan iborat. Bu muhim vazifani amalga oshirish uchun o'quvchi va talabalar bilan olib boriladigan barcha mashg'ulotlarni jonli, o'rganiladigan materialning mazmuni va shaklini qiziqarli, hayajonli qilish, mashg'ulot rahbarining samimiy muomalasi ostida o'tkazish, shug'ullanuvchilar o'zaro do'stona hamkorlik qilishlari uchun sharoit yaratish zarur.

O'quvchi va talabalarni shaxsiy qiziqishlari va jismoniy qobiliyatlariga ko'ra ularni sport turlari bilan shug'ullanishga jalb etish. Shuningdek, yashash joylarida, sport to'garaklarga umumiy jismoniy tayyorgarlik va sport mashg'ulotlarni amalga oshirish kerakdir. O'quvchi va talabalarda tashkilotchilikni tarbiyalash, jismoniy madaniyat faoliyatini tayyorlash, ta'lim muassasasi ommaviy jismoniy madaniyat va sport ishlarini muvaffaqiyatli olib borish, jismoniy madaniyat darslari hamda mashg'ulotlarni to'laqonli o'tkazishda o'quvchi va talabalar jismoniy madaniyat faoliyatining o'qituvchiga doimiy yordami zarur.

O'quvchi va talabalar orasida jismoniy madaniyat tashkilotchilari, sport to'garaklarida jamoa sardorlari, guruh boshliqlari saylanadi. Ular faol ishtirokchi ichidan tanlanadi. Jismoniy tarbiya va sport tadbirlarini tashkil etish va boshqarishda jismoniy madaniyat jamoasiga yaqindan yordam beradi. Shuningdek, o'quvchi va talabalarni sportga jalb etish va jismoniy tarbiyaga qiziqishlarini orttirishda ahamiyati kattadir. Jismoniy rivojlanish tarbiyaning ta'sirida organizmda biologik shakllar va funksiyalarning vujudga kelishi, o'zgarishi va takomillashuvidir. Bu jarayon organizm va uning yashash muhiti tuzilishi, o'zgarishi, miqdor va sifat qonuniyatlariga bo'ysunadi. Inson organizmini jismoniy jihatdan baquvvat qilish albatta organizmga berilayotgan jismoniy yuklamalarni meyorida hamda mashg'ulotlarni to'g'ri olib borish natijasida yuzaga keladi.

#### **Foydalanilgan adabiyotlar:**

1. Kachashkin V.M. "Jismoniy tarbiya metodikasi". –T.: O'qituvchi, 1982.
2. Usmonxodjayev T.S., Xo'jayev F. "Boshlang'ich sinflarda jismoniy tarbiya", O'quv qo'llanma. –T.: O'qituvchi, 1996.
3. Abdullayev A. "Jismoniy tarbiya vositalari", O'quv qo'llanma. Farg'ona, 1999.
4. Abdullayev A., Xonkeldiyev Sh.X. "Jismoniy tarbiya nazariyasi va metodikasi"–Farg'ona, 2001.
5. Rahimov M., Xolto'rayev B. Boshlang'ich sinflarda jismoniy tarbiyani o'qitish nazariyasi va metodikasi –T., 2002.