

**4-7 YOSHLI BOLALAR JISMONIY FAOLLIGINI NOAN'ANAVIY
VOSITALAR ASOSIDA TARBIALASHNING PEDAGOGIK MEKANIZMLARINI
TAKOMILLASHTIRISH**

Haydarov Baxtiyor Tojiyeveich

*O'zbekiston Finlandiya Pedagogika instituti, Aniq-tabiiy fanlar va jismoniy madaniyat
fakulteti dekani, Pedagogika fanlari nomzodi professor*

Annotatsiya. Ushbu maqolada noan'anaviy vositalar yordamida 4-7 yoshdagi bolalarni jismoniy kompetensiyalarini oshirishda korreksion pedagogika, oila pedagogikasi va pedagogik texnologiyalar asosida jismoniy madaniyat tizimini takomillashtirishga oid vosita va dasturlar yoritilgan.

Kalit so'zlar: 4-7 yoshli bolalar, korreksiyalash, noananaviy jismoniy mashqlar, jismoniy faollik, jismoniy madaniyat, konsepsiya

**СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ ПЕДАГОГИЧЕСКИХ МЕХАНИЗМОВ
ПОВЫШЕНИЯ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ ДЕТЕЙ 4-7 ЛЕТ НА
ОСНОВЕ НЕТРАДИЦИОННЫХ СРЕДСТВ**

Хайдаров Бахтиёр Таджиевич

декан факультета физических наук и физической культуры Финского педагогического института Узбекистана, кандидат педагогических наук, профессор

Абстрактный. В данной статье освещены инструменты и программы, связанные с совершенствованием системы физической культуры на основе коррекционной педагогики, семейной педагогики и педагогических технологий в повышении физической компетентности детей 4-7 лет с использованием нетрадиционных средств.

Ключевые слова: дети 4-7 лет, коррекция, нетрадиционные занятия спортом, двигательная активность, физическая культура, концепция.

**IMPROVEMENT OF PEDAGOGICAL MECHANISMS OF RAISING
PHYSICAL ACTIVITY OF 4-7-YEAR-OLD CHILDREN BASED ON NON-
TRADITIONAL MEANS**

Haydarov Bakhtiyor Tajiyevich

*Dean of the Faculty of Physical Sciences and Physical Culture, Finnish Pedagogical
Institute of Uzbekistan,
Candidate of Pedagogical Sciences, Professor*

Abstract. This article describes an experimental program aimed at modernizing preschool education organizations based on non-traditional methods, improving the physical culture system of preschool children.

Key words: Children 4-7 years old, correction, unconventional exercise, physical activity, physical culture, concept

Kirish. Dunyo tajribasida ta'lim tizimining modernizatsiyasi jamiyatning ijtimoiy, iqtisodiy va madaniy ehtiyojlarini, uning har tomonlama barkamol rivojlangan avlodni, bolalarni sifatli ta'lim olishga bo'lgan talabini qondirish, ta'lim tizimini barqaror rivojlanishini ta'minlash maqsadida mavjud mexanizmning qayta ishlab chiqilishi yoki takomillashtirilishini anglatadi.

Sport va pedagogika uyg'unligi O'zbekistonda bolalarni jismonan, aqlan, estetik tomonlarini inobatga olib, ta'lim-tarbiyani modernizatsiyalashning integrativ omili sifatidagi talqini, O'zbekiston Respublikasi Prezidentining Besh muhim tashabbusi doirasida innovatsion jismoniy madaniyatdan foydalanishning pedagogik-psixologik imkoniyatlari hamda noan'anaviy jismoniy vositalarning bolalarni jismoniy-ta'limiy tarbiyalashdagi integrativ mohiyati ochib berilgan.

Noan'anaviy jismoniy madaniyat, fan va sport o'rtasidagi o'zaro aloqalarning yagona tizimi orqali bolalarni insoniyatning tarbiyaviy madaniyati, milliy va zamonaviy sport namunalari bilan tanishtirish orqali O'zbekistonda bolalar sportini modernizatsiyasining noan'anaviy asoslarini ishlab chiqildi.

Mavzuga oid adabiyotlarning sharhi. L.Xolmurodov (2019), G.Xolboyevalarning tadqiqotlarida (2022), jismoniy tarbiya mashg'ulotlari asosan ma'lum miqdordagi harakat

ko'nikmalarni o'zlashtirishga qaratilganligi biroq 4-7 yosh bolalarda aqliy, estetik tarbiyaning jismoniy tarbiya bilan bog'liqligi jihatlariga samarali hissa qo'shmasligi aniqlandi [6].

Tadqiqot metodologiyasi. Respublikamizda 4-7 yosh bolalar tarbiyasida eng asosiy bo'g'in hisoblangan yosh avlodni tarbiyalash jamiyatimiz hayotidagi katta o'rni va ahamiyatini e'tiborga olib jismoniy faolligini tarbiyalashning yangi vositalarini ishlab chiqish talabini qo'yimoqda. "Bolalarni har tomonlama yetuk, barkamol, sog'lom qilib tarbiyalashda, xorijiy tajribalardan foydalangan holda ta'lim yuqori darajaga olib chiqish, tizimda innovatsion faoliyatni qo'llab quvvatlash, pedagogic mexanizmlarini ishlab chiqish imkoniyatlarni yaratish zarur [2,5].

Yuqoridagilardan kelib chiqib, 4-7 yosh bolalarni jismoniy tarbiyalashning yangi, noan'anaviy shakllari, vositalari va usullarini izlash dolzarb hisoblanadi.

Mavzuga oid adabiyotlarning sharhi. G.Xolboeva, N.Nuriddinovalarning tadqiqotlarida (2022) jismoniy tarbiya mashg'ulotlari asosan ma'lum miqdordagi harakat ko'nikmalarni o'zlashtirishga qaratilganligi biroq 4-7 yosh bolalarda asosiy harakat faolligini va jismoniy tayyorgarligini samarali tarbiyalashga hissa qo'shmasligi aniqlandi [6].

Tadqiqot metodologiyasi. Respublikamizda 4-7 yosh bolalar tarbiyasida eng asosiy bo'g'in hisoblangan maktabgacha ta'lim tizimining jamiyatimiz hayotidagi katta o'rni va ahamiyatini e'tiborga olib jismoniy faolligini oshirishning yangi vositalarini ishlab chiqish talabini qo'yimoqda. "Maktabgacha ta'lim tizimini yanada takomillashtirish, xorijiy tajribalardan foydalangan holda ta'lim yuqori darajaga olib chiqish, tizimda innovatsion faoliyatni qo'llab quvvatlash, sohada xususiy ta'lim tashkilotlarini rivojlanishiga imkoniyatlarni yaratish zarur [2,5].

Yuqoridagilardan kelib chiqib, 4-7 yosh bolalarni jismoniy tarbiyalashning yangi, noan'anaviy shakllari, vositalari va usullarini izlash dolzarb hisoblanadi.

Tadqiqotning maqsadi: noan'anaviy vositalar yordamida 4-7 yosh bolalarni jismoniy kompetensiyalarini oshirishda korreksiyalash, oila pedagogikasi va pedagogik texnologiyalar asosida jismoniy madaniyat tizimini takomillashtirish

Tadqiqotning vazifalari: Tadqiqot maqsadi quyidagi vazifalarda belgilangan:

4-7 yoshdagi bolalarning jismoniy faolligini oshirish uchun yoshga mos harakat kompetensiyalarini shakllantirish imkoniyatini kengaytirish;

4-7 yoshdagi bolalarni jismoniy faollik darajasini inobatga olib individual yondoshuv orqali mushaklar harakatchaligini uyg'un tarbiyalashga va bolalar aerobikasi pedagogik texnologiyasidan foydalanish imkoniyatini kengaytirish;

4-7 yosh bolalarning jismoniy faolligini oshirish uchun yoshga mos harakat kompetensiyalarini shakllantirish imkoniyatini kengaytirish;

zamonaviy maktabgacha ta'lim tashkilotidagi bolalarni "Maktabga tayyorlik" darajasini oshirish shart sharoitlarini ishlab chiqish.

Tadqiqotning ob'ekti sifatida 4-7 yosh bolalarning jismoniy tarbiya mashg'ulotlarida jismoniy faolligini noan'anaviy jismoniy mashqlar tizimini moderinizatsiyalash jarayoni olingan.

Tadqiqotning predmeti: 4-7 yosh bolalar jismoniy madaniyatini moderinizatsiyalashning tashkiliy-uslubiy asoslarini tashkil etadi.

Tadqiqotning uslublari: Belgilangan vazifalarni hal qilish uchun tadqiqotning pedagogik va tibbiy-biologik usullari majmuasi qo'llanildi:

Maktabgacha yoshli bolalar uchun jismoniy tarbiya mashg'ulotlarida noan'anaviy mashqlar majmuasidan tashkil topgan dastur ishlab chiqildi.

Noan'anaviy mashqlar-bu jismoniy tarbiya mashg'ulotlarini o'tkazishning tashkiliy shakllaridan biri bo'lib, maktabgacha yosh va boshlang'ich maktab yoshidagi bolalarning jismoniy mashqlarni bajarish jarayonini moderinizatsiyalashga yordam beradi.

An'anaviy shaklda o'tkaziladigan mashg'ulotlardan farqli o'laroq, noan'anaviy mashqlar mashg'ulotlarda qo'llaniladigan jismoniy tarbiya vositalarining barchasi yangi innovatsion texnologiyalarga asoslangan.

4-7 yoshdagi bolalarning jismoniy faolligini oshirishda tayanch-harakat tizimidagi mushaklarni (bo'g'inlar va boylamlar) rivojlanganlik darajalaridan kelib chiqib muvozanat saqlash hamda reabilitasiyaga yo'naltirilgan noan'anaviy avtomat gimnastika mashqlarini tana qismlariga tanlab yo'naltirish hisobiga yoshga mos harakat kompetensiyalarini shakllantirish imkoniyati kengaytirilgan;

4-7 yoshdagi bolalarni jismoniy faollik darajasini inobatga olib individual yondoshuv

asosida mushaklar harakatchaligini uyg'un tarbiyalashga qaratilgan logoritmik gimnastikada nutq va harakatni bir xil ritm hamda tempda bajartirish hisobiga bolalar aerobika pedagogik texnologiyasidan foydalanish imkoniyati kengaytirilgan;

4-7 yoshdagi bolalar organizmining funksional va adaptiv imkoniyatlaridan kelib chiqib statik rejimda umurtqa pog'onasi mushak qayishqoqligini rivojlantirishga qaratilgan spring elastika mikromashg'ulotlarini ishlab chiqish hisobiga mashg'ulotlarni o'z vaqtida tezkor korreksion korreksion pedagogika yo'nalishi takomillashtirilgan;

4-7 yoshdagi bolalarni mushak elastikligini oshirish maqsadida diqqatni jamlash, mashqlar muvozanat saqlash intervalini uzaytirish darajasidan kelib chiqib "Xatxa" yoga asanalari mashqlarida harakatni assimetrik va asinxron yo'nalishini kiritish orqali pedagogik jarayon bilan uyg'unlashtirilgan.

Tahlil va natijalar. Tajriba boshlanishidan oldin tajriba va nazorat guruhleri bolalari oldinga yegilish natijalari bundan mustasno, jismoniy rivojlanish ko'rsatkichlari va harakat faolliklari natijalarida sezilarli farqlar mavjud yemas yedi. Tajriba o'tkazilgandan so'ng, har ikki guruhda ham jismoniy rivojlanish ko'rsatkichlarida bir tomonlama ishonchli o'zgarish kuzatildi. Shunday qilib, yuklama miqdorini asta-sekin oshirib borish tajriba guruhidagi bolalar organizmiga salbiy ta'sir ko'rsatmadi. Noan'anaviy mashqlar mashg'ulotlarning tajriba guruhlarida qo'llanilgan vositalari va usullari ushbu yoshdagi bolalar organizmining imkoniyatlariga mos yedi (bu pedagogik kuzatuvlar va pulsometriya ma'lumotlari bilan ham tasdiqlangan).

Zamonaviy maktabgacha ta'lim tashkilotining jismoniy tarbiya va sog'lomlashtirish ishlari amaliyotida innovasion quyidagi pedagogik texnologiyalar paydo bo'ldi: o'yin stretching, ritmoplastika fitbol, logoritmik gimnastika va boshq.

O'yin stretching. Barcha mashqlar mushaklarning kuchlanishi va bukilishiga asoslangan. Mashqlar musiqa ostida bajariladi. Har bir mashg'ulotda ajoyib sayohatlar shaklida yangi rolli o'yin o'tkaziladi. O'yin emotsional tarzda o'ynaladi, mashqlarni almashish va ertak tinglash almashtiriladi. O'yin syujeti mashqlar o'zgaruvchan bo'lishi uchun tashkil etilgan, bolaning butun tanasiga bir xil yuklama tushadi.

Ritmoplastika, "Ritmoplastika" pedagogik texnologiyasi harakatlar va ritmning uyg'un mozaikasi.

Ritmoplastika texnologiyasining o'ziga xos xususiyati bu ishda maxsus ishlab chiqilgan repertuardan - musiqiy va plastik kompozitsiyalardan foydalanish bo'lib, ularning har biri bolalar uchun tushunarli bo'lgan aniq o'ynoqi tasvirga ega. Har xil turdagi harakatlarni (har xil boshlang'ich pozitsiyalarda bajariladigan raqs, umumiy rivojlanish, taqlid va boshqalar) kombinatsiyasi pedagogik mahorat, kommunikativ raqs yoki o'yin texnologiyasi shaklida musiqiy va plastik tasvirni yaratishga yordam beradi.

Fitbol. Texnologiya katta to'plardan foydalanishga asoslangan. Gimnastika to'plarida mashq qilishning shifobaxsh ta'sirining o'ziga xosligi umurtqa pog'onasidagi ta'sirning fiziologik mexanizmi va natijada butun tayanch-harakat tizimi va tananing avtonom tizimlarining ishi bilan belgilanadi. To'plar umumiy va maxsus korreksion vazifalarni hal qilish uchun ishlatilishi mumkin.

To'plarda mashqlarni yuqori tezkorlikda bajarish mushaklarning ohangini oshiradi, bola aqliy qobiliyatlarini stimullab, charchoqning yoqimsiz hislarini kamaytiradi. To'pning elastik xususiyatlari mushak-skelet tizimiga zarba yuklamasini kamaytiradi. Shuning uchun, turli xil tartiblarni tanlashda vazifani bajarish qulayligi bilan tananing ish qobiliyatini rivojlantirishga qaratilgan.

Kreativ gimnastika. "Kreativ gimnastika" atamasi tomonidan 4-7 yoshli bolalar uchun jismoniy tarbiya mashg'ulotlarining yangi tuzilishi va mazmunini ishlab chiqishda kiritilgan.

Bolalar bilan jismoniy tarbiya mashg'ulotlari asosan o'yin shaklida, aqliy va tarbiyaviy faoliyatga yo'nalgan musiqadan foydalangan holda olib boriladi. Bundan tashqari, bolalarda ijodkorlik va tasavvurni rivojlantirishga katta e'tibor beriladi.

Gender xususiyat insonning asosiy xususiyatlaridan biridir. Shaxsni shakllantirishga individual yondashishning zamonaviy talablari bolaning jinsining o'ziga xos xususiyatlarini hisobga olmasdan amalga oshirilmaydi. Shu bilan birga, zamonaviy ta'lim amaliyotida insonning u yoki bu jinsga mansubligi belgilarini farqlash tendensiyasi kuchaymoqda[4.6].

Jismoniy qobiliyatning rivojlanishini samarali boshqarish uchun 4-7 yoshdagi bolalarda harakat faolligini oshirish va takomillashtirish, har bir bolada tashkiliy va mustaqil harakat faolligi darajasini aniqlash va shunga muvofiq noan'anaviy gimnastika vositalari hamda

usullaridan foydalanish zarur.

Bolalarning harakat faolligini, vosita va amalga oshirish usullarini o'rganishda adabiyotlarni tahlil qilishni yakunlab, biz ikkita muhim jihatni qayd etdik:

bolaning harakatga bo'lgan ehtiyojini to'la-to'kis qondirishga, harakat faolligini rivojlanishiga yordam beradigan eng munosib faoliyatni yo'lga qo'yish; tashkiliy va mustaqil faoliyatda bolalarning harakat faolligini optimal tashkil etish usullari va vositalarini izlash.

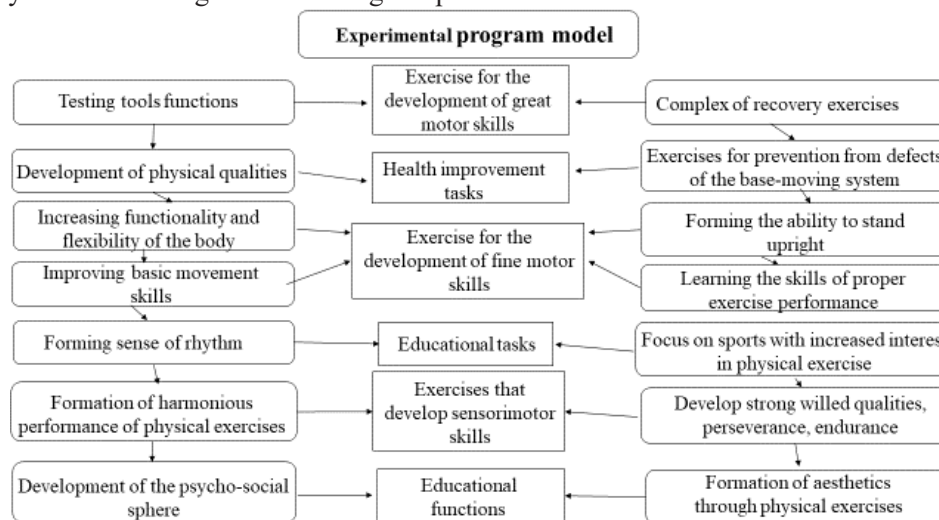
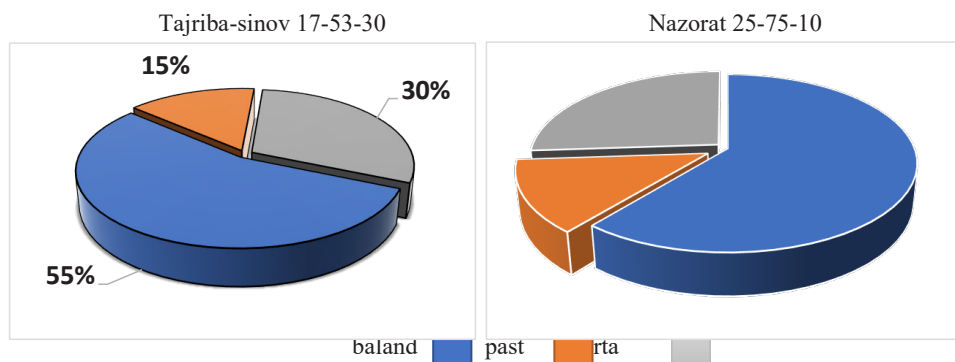


Figure 1 Model of the experimental program

Shunday qilib, maktabga tayyorlov guruxlaridagi kichik yoshdagi maktab o'quvchilarining dam olish jismoniy faolligini tashkil etish bolalarning maktab sharoitlariga moslashishini osonlashtirdi. Ta'lim ko'nikmalarini o'zlashtirish muvaffaqiyatiga o'qituvchining kasbiy kompetensiyasi sezilarli darajada ta'sir qilganligi sababli, 76-sonli maktabgacha ta'lim tashkilotidan (15 bola) Tajriba-sinov sinfga kirgan maktab o'quvchilarining ko'rsatkichlari boshqa maktablardan tajriba sinfga kirgan maktab o'quvchilarining ko'rsatkichlari bilan taqqoslandi. maktabgacha ta'lim tashkilotlari (12 kishi).



43-rasm. 1-sinf o'quvchilarining o'quv yuklamalariga moslashish darajasi

O'qish, rus tili, matematika, tabiatshunoslik, chizmachilik, mehnat, jismoniy tarbiya va musiqa fanlari bo'yicha baholar tahlili shuni ko'rsatdiki, taqqoslangan: Tajriba-sinov guruhda o'rtacha ball 4.5; nazorat guruxida 4.2. ball.

Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, intellektual va jismoniy faoliyatni optimal o'zgartirish tartibi "sog'lig'ida muammolar bo'lgan bolalarda ham sog'lom bolalar kabi ta'lim faoliyatini muvaffaqiyatli o'zlashtirishga imkon berdi.

Xulosa qilganda, 4-7 yosh bolalarning yosh, individual, va boshqa differensial xususiyatlarni hisobga olgan holda noan'anaviy mashqlar tizimiga asoslangan vositalarni MTT lari amaliyotida qo'llash, jismoniy tarbiya jarayonini moderinizatsiyalashga imkon beradi hamda mashqlar korrektsiyaviy, reabilitativ effekt berib, jismoniy faolligini oshirish dinamikasiga ijobiy ta'sir ko'rsatadi, shuningdek, bolalarning muntazam jismoniy



mashqlarga bo'lgan qiziqishi, irodaviy va tarbiyaviy jarayonlarini shakllantirishga asos bo'ladi. Tadqiqtdan so'ng matematik statistik tahlil qilinganda bolalar aerobika pedagogik texnologiyasidan foydalanish imkoniyati kengaytirilgan hamda statik rejimda umurtqa pog'onasi mushak qayishqoqligini rivojlantirishga qaratilgan spring elastika mikromashg'ulotlarini ishlab chiqish hisobiga mashg'ulotlarni o'z vaqtida tezkor tuzatuvchi korreksion pedagogika yo'nalishi takomillashtirilgan.

ADABIYOTLAR

1. G.X.Xolboyeva. SamDU ilmiy Axborotnomasi. Mechanisms for improving primary gymnastics in increasing the physical activity of children in preschool education. 2021-yil, 2-son. 2091-5446. B.130-136.

2. G.Xolboyeva. Maktabgacha ta'lim muassasalarida jismoniy tarbiya mashg'ulotlarida bolalarning jismoniy sifatlarini rivojlantirish, SamDU ilmiy Axborotnomasi.2020. 2-son. 2091-5446. B.102-108.

3. B.T.Xaydarov. G.X. Xolboyeva. SamDU ilmiy Axborotnomasi. Maktabgacha yoshdagi bolalar harakat faolligini oshirishda dastlabki gimnastika mashg'ulotlarini takomillashtirish mexanizmlari. 2020. 2019-yil, 6-son. 2091-5446. B.140-144.