

## KICHIK YOSHDAGI BOLALAR JISMONIY FAOLLIGINI NOAN'ANAVIY YONDOSHUVLAR ASOSIDA TARBIYALASHNING PEDAGOGIK MEXANIZMLARI

Haydarov Baxtiyor Tojiyevich,  
 O'zbekiston-Finlandiya pedagogika instituti  
 Aniq-tabiiy fanlar va jismoniy madaniyat fakulteti dekani, p.f.n. 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 ВОСПИТАНИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ АКТИВНОСТИ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ВОЗРАСТА НА ОСНОВЕ НЕТРАДИЦИОННЫХ ПОДХОДОВ

Хайдаров Бахтиёр Таджиевич,  
 Узбекско-Финляндский педагогический институт  
 Декан факультета физических наук и физической культуры, к.ф.н. профессор.

*Абстрактный. В данной статье выделены 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 нетрадиционными средствами.*

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

## IMPROVEMENT OF PEDAGOGICAL MECHANISMS OF EDUCATION OF PHYSICAL ACTIVITY OF YOUNG CHILDREN BASED ON NON-TRADITIONAL APPROACHES

Haydarov Bakhtiyor Tajiyevich  
 Uzbekistan-Finland Pedagogical Institute, Dean of the Faculty of Physical Sciences and Physical Culture,  
 Ph.D. professor

*Abstract. In this article, tools and programs related to improving the system of physical culture based on correctional pedagogy, family pedagogy and pedagogical technologies in improving the physical competence of children aged 4-7 using non-traditional means are highlighted.*

*Key words: 4-7-year-old children, correction, unconventional exercise, physical activity, physical culture, concept*

Kirish. Jahonning rivojlangan mamlakatlarida bolalar jismoniy tarbiyasi modernizatsiyasi tendensiyalarida rivojlanayotgan shaxsning intellektual, ma'naviy va estetik kamolotga yetkazishga qaratilgan noan'anaviy texnologiyalar, ijtimoiy-madaniy faoliyat turlarining integratsiyalashuvi asosida muntazam takomillashib bormoqda. Gipodinmiya sharoitida noan'anaviy texnologiyalarni bolalarga jismoniy tarbiyalash ruhida qo'llash, jismoniy aqliy-estetik immunitetni rivojlantirishga yo'naltirilgan mexanizmlarining ahamiyati tobora ortib borishi bola shaxsini ma'naviy, ahloqiy-estetik tarbiyalash, o'z hayotini go'zallik qoidalari asosida yashash, ijtimoiy ma'naviy muhitni sog'lomlashtirish, turmush madaniyatini takomillashtirish uchun xizmat qilmoqda.

Xalqaro amaliyotda bolalar jismoniy tarbiyasi tizimini modernizatsiyalashtirishning noan'anaviy asoslarini rivojlantirishni tadqiq etish dolzarbligi sport taraqqiyoti bajaradigan funksiyalar bilan uzviy bog'liq. Zero, bu funksiyalar orasida ma'naviy-axloqiy tarbiya funksiyasi yetakchi o'rin tutadi. Bugungi kunda ta'lim muassasalarida ma'naviy-axloqiy tarbiyaviy ishlar, o'tkazilayotgan tadbirlarning ba'zi joyda kutilganicha natija bermayotganligining sabablardan biri, ommaviy sport tadbirlarida noan'anaviy texnologiyalardan foydalanish metodikasining yetarli darajada shakllantirmagani bilan bog'liqdir. Dunyoning yetakchi ta'lim muassasalari va ilmiy markazlarida bolalarni jismoniy tarbiya vositasida tarbiyalashning metodologik va texnologik asoslarini takomillashtirish, jismoniy madaniyat va pedagogika integratsiyasining noan'anaviy mezon va darajalarini ishlab chiqishni taqozo qiladi. Zero jismoniy madaniyat konsepsiyalarining metodologik tahlili, jismoniy madaniyatning pedagogik mohiyatini o'rganish natijalari, uning kichik yoshdagi bolalarning "gipodinamiya"ga qarshi faol harakat immunitetini mustahkamlab, noan'anaviy texnologiyalarning yangi modellarini yaratish va amaliyotga tatbiq etishga xizmat qiladi.

Mavzuga oid adabiyotlarning sharhi. Noan'anaviy vositalar texnologiyalarini ishlab chiqish va

takomillashtirishga yo'naltirilgan ilmiy izlanishlar jahonning yetakchi ilmiy markazlari va oliy ta'lim muassasalari, jumladan, IPEES, Physical Education and sport science (AQSh), Preschool training and Physical Culture (Buyuk Britaniya), Children's sports and health (Kanada), Physical Culture and tourism (Jabubiy Koreya), Children's Center (Singapur) larda olib borilmoqda[5].

Tadqiqot metodologiyasi. Noan'anaviy pedagogik yondoshuvlarning xususiyatlari, mazmun, shakl va tarbiyaviy, sog'lomlashtirish imkoniyatlari oid tadqiqotlarni Z.Qodirova, F.Qodirova., X.Ibragimov, J.Eshnazarov, M.Ismoilova, D.Kenjayeveva, H.I.Nurmatov, Sh.Olimov, M.Mahmudov, K.Risqulova, M.Maxmudova, O.Musurmonova va boshqalar o'z asar va manbalarida qimmatli g'oyalari aks etgan.

Noan'anaviy pedagogik yondoshuvlar, jismoniy tarbiyalash mexanizmlarini takomillashtirish, ta'limda innovatsion pedagogik yondoshuvlar, individualashtirish, uzluksizlik, kognitiv ta'lim texnologiyalari, kognitiv kompetentlikka doir tadqiqotlar, S.Nishonova, M.Abdujabbarova, S.Annamuratova, Ye.Balabekov, N.Qiyomov, M.Quronov, Q.Quronboyev, S.Yuldasheva, Z.Qosimova, G.Maxmutova, N.Shodiyev, Sh.Qurbonov, A.Hasanov kabi olimlar tomonidan amalga oshirilgan[2,5].

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

Tahlil va natijalar. Tajriba boshlanishidan oldin tajriba va nazorat guruhlari 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 innovatsion 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.

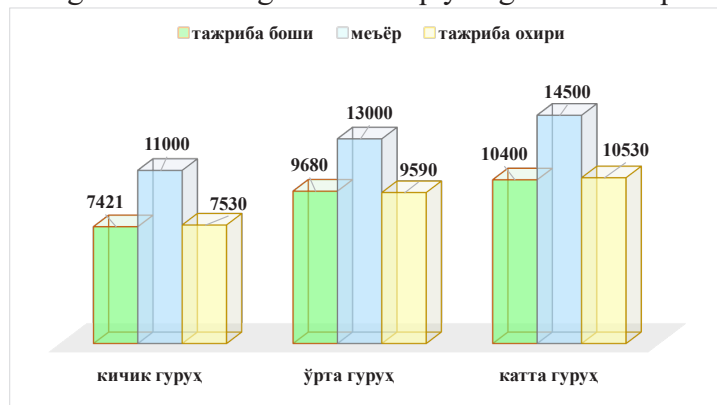
Jismoniy qobiliyatning rivojlanishini samarali boshqarish uchun 4-7 yoshdagi bolalarda harakat faolligini oshirish va takomillashtirish, har bir bolada tashkiliy va mustaqil harakat faolligi darajasini aniqlash va shunga muvofiq noan'anaviy gimnastika vositalari hamda usullaridan foydalanish zarur.

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.

Shuningdek, harakatchanligi turli xil bo'lgan bolalar quyidagicha tahlil qilindi:



**1-rasm. MTT kun tartibida HF hajmi ko'rsatkichlarini me'yor bilan solishtirilishi (qadamlar soni)**

Izoh: MTT-maktabgacha ta'lim tashkiloti; HF-harakat faolligi.

Shunday qilib, kichik guruh 4-7 yoshdagi bolalarning

HF darajasini o'rganish shuni ko'rsatdiki, nazorat guruhida bolalarning ko'pchiligi (62%) o'rta darajaga ega, tajriba guruhining sinaluvchilari ko'rsatkichi esa, o'rta darajadan yuqori bo'lgan (68%); o'rta guruh 4-7 yoshdagi bolalarning HF darajasini o'rganish shuni ko'rsatdiki, nazorat guruhida ko'pchilik bolalar (75%) o'rta HF darajasiga ega, tajriba guruhida bu ko'rsatkich 54%ni tashkil etdi; katta guruh 4-7 yoshdagi bolalarning HF darajasini o'rganish shuni ko'rsatdiki, nazorat guruhidagi bolalarning ko'pchiligi (43%) Hfning past darajasiga ega, tajriba guruhida ko'pchilik (79%) harakat faolligi o'rta darajaga ega bolalardir. MTTning kun tartibida jismoniy faollikning umumiy hajmini baholashda quyidagi ko'rsatkichlar qayd etildi.

Harakat faolligi sust 4-7 yoshdagi bolalarning mavjudligi, faol kun tartibini tashkil etish uchun noanaviy gimnastika vositalari va nazariy modelini qo'llash orqali yoshga nisbatan to'laqonli shakllantirish zarurligini ko'rsatadi.

1-jadval

Tajriba guruhining o'g'il va qiz bolalarida jismoniy qobiliyatlarini rivojlanishining tadqiqot boshidagi ko'rsatkichlari dinamikasi n=30 (6-7 yosh)

Jismoniy me'yorlar		6 yosh		7 yosh		
		$\bar{X} \pm \sigma$	V %	$\bar{X} \pm \sigma$	V %	
Egilluvchanlik	Yotgan holda ko'priklar holatida turish, soniya	O*	4,96±0,64	12,90	5,03±0,65	12,92
		Q	4,58±0,59	12,88	4,67±0,55	12,21
	Tik turgan joydan egilish, sm.	O*	4,22±0,52	12,32	4,28±0,55	12,85
		Q	4,31±0,51	11,83	4,42±0,52	11,76
Mushak harakatchanligi	Burchak holda o'tirib, qo'llarni yon tomonlarga cho'zib (10 marta) harakatlanish, soniya	O*	4,33±0,58	13,39	3,52±0,46	13,07
		Q	4,48±0,57	12,72	3,62±0,48	13,56
Chaqqonlik	Oldinga 10 qadam 8 shaklida sakrab yurish, qo'llar belda, soniya	O*	4,36±0,45	10,32	3,33±0,36	10,81
		Q	4,29±0,55	12,82	3,27±0,44	13,46
	Gimnastika o'rindig'ida qo'llarga tayangan holda, qorin bilan sudralish, soniya 2 marta.	O*	4,24±0,63	14,86	4,14±0,61	14,73
		Q	4,90±0,57	11,63	4,99±0,61	12,22
	To'rt oyoqlab 10 metrga emaklash, (soniya).	O*	10,34±1,12	10,8	9,3±1,06	11,4
		Q	11,28±1,26	11,17	9,17±1,09	11,89
Harakat faolligi	Doira bo'ylab yugurish, 1 marta, soniya	O*	4,18±0,59	14,1	3,64±0,54	14,8
		Q	3,59±0,45	12,53	3,52±0,43	12,22

Izoh: o' - o'g'il; Q - qiz.

Qiz va o'g'il bolalarda jismoniy qobiliyatlarining rivojlanishiga oid ma'lumotlar qiyosiy tahliliga ko'ra, o'g'il bolalar yuqoriroq ko'rsatkichga ega ekanligi aniqlandi. Tadqiqot davomida barcha yoshdagi qizlarda egiluvchanlik qobiliyatining rivojlanishi yuqoriroq ko'rsatkichga ega ekanligi kuzatildi. Bu yesa jismoniy qobiliyatlarning yaxshiroq shakllanganligi hamda o'g'il bolalardan ko'ra qizlarda egiluvchanlik qobiliyatini rivojlanishining yuqoriroq darajasi bilan belgilanadi

Xulosa qilganda, 4-7 yosh bolalarning yosh, individual, va boshqa differensial xususiyatlarini hisobga olgan holda noan'anaviy mashqlar tizimiga asoslangan vositalarni MTT lari amaliyotida qo'llash, jismoniy tarbiya jarayonini moderinizatsiyalashga imkon beradi hamda mashqlar korreksiyaviy, reablitativ 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. Tadqiqotdan 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.
- 4.J.Eshnazarov. Bolalar jismoniy sifatlarini rivojlantirish uslublari
- 5.Малинина Н.Н. Гимнастика и методика преподавания. Ташкент. 2001 й. 123 стр.