

ESHITISHIDA VA NUTQIDA NUQSONI BO‘LGAN BOLALARNING JISMONIY TAYYORGARLIGINI OSHIRISH UCHUN MILLIY VA HARAKATLI O‘YINLARNI SARALASH VA ULARNI YO‘NALTIRISH

*Xursanova Ruxsora Olimjon qizi,
“Oriental” universiteti o‘qituvchisi, O‘zbekiston, Toshkent shahri
<https://doi.org/10.53885/edinres.2024.04.2.084>*

Annotatsiya: Ushbu maqola muallif tomonidan 12-14 yoshli eshitishida va nutqida nuqsoni bo‘lgan bolalarning jismoniy tayyorgarligini rivojlantirishda milliy va harakatli o‘yinlarning ahamiyati haqida o‘rgangan. Eshitishida va nutqida nuqsoni bo‘lgan bolalarning jismoniy tayyorgarligini rivojlantirish uchun milliy va harakatli o‘yinlarni tanlashdan iborat.

Kalit so‘zlar: Jismoniy tayyorgarlik, salomatlik, me‘yor, rivojlantirish, eshitishida va nutqida nuqsoni bo‘lgan bolalar.

ПОДБОР НАЦИОНАЛЬНЫХ И ДЕЯТЕЛЬНЫХ ИГР ДЛЯ ПОВЫШЕНИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ДЕТЕЙ С ДЕФЕКТАМИ СЛУХА И РЕЧИ И ИХ НАПРАВЛЕННОСТИ

*Хурсанова Рухсора Олимжон кизи,
“Ориентал” университет, Узбекистан, г.Ташкент*

Аннотация. В данной статье автором исследовано значение народно-двигательных игр в развитии физической подготовленности слабослышащих и речевых детей 12-14 лет. Он заключается в выборе народных и подвижных игр для развития физической подготовленности детей с нарушениями слуха и речи.

Ключевые слова: физическое развитие, физическое воспитание, глухонемые дети, национальные игры, подвижные игры.

SELECTION OF NATIONAL AND ACTIVITY GAMES TO INCREASE THE PHYSICAL FITNESS OF CHILDREN WITH HEARING AND SPEECH DEFECTS AND THEIR DIRECTION

*Xursanova Ruxsora Olimjon qizi,
“Oriental” University Uzbekistan, Toshkent*

Annotation. This article has been studied by the author about the importance of national and movement games in the development of physical fitness of 12-14-year-old hearing and speech-impaired children. It consists of choosing national and action games for the development of physical fitness of children with hearing and speech impairments.

Key words: physical development, physical training, deaf and dumb children, national games, action games.

Dolzarbligi. O‘zbekiston Respublikasida jismoniy tarbiya va sport sohasida aniq maqsadli siyosat olib borilayotgani tufayli, ushbu sohani yanada rivojlantirish masalalariga ko‘proq e‘tibor berilayotganligi yaqqol ko‘rinmoqda. “Biz xalqaro maydonlarda O‘zbekistonning nufuzi va obro‘-e‘tiborini oshirishga katta hissa qo‘shgan sportchilarimiz bilan faxrlanamiz.

O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining 2021-yil 18-maydagi PF-5114-son “Paralimpiya harakatini rivojlantirishga doir qo‘shimcha chora-tadbirlar to‘g‘risida”, 2021-yil 5-noyabrdagi PF-5279-son “Sport ta‘limi tizimini tubdan takomillashtirish orqali olimpiya va paralimpiya sport turlari bo‘yicha sportchilar zaxirasini shakllantirish sifatini yanada oshirish chora-tadbirlari to‘g‘risida” va 2021-yil 5-noyabrdagi PF-5281-son “2024-yil Parij shahrida (Fransiya) bo‘lib o‘tadigan XXXIII yozgi Olimpiya va XVII Paralimpiya o‘yinlariga O‘zbekiston

sportchilarini kompleks tayyorlash to'g'risida"gi Farmonlar, O'zbekiston Respublikasi Vazirlar Maxkamasining 2022-yil 14-oktyabrdagi VMQ-599-son "O'zbekiston Milliy paralimpiya qo'mitasi huzuridagi Paralimpiya sport turlari bo'yicha mutaxassislarni tayyorlash instituti faoliyatini tashkil etish chora-tadbirlari to'g'risida"gi 2022-yil 3-noyabrdagi PQ-414-son "Jismoniy tarbiya va sport sohasida qadrlarni tayyorlash hamda ilmiy tadqiqotlar tizimini yanada takomillashtirish chora-tadbirlari to'g'risida"gi Qarori hamda adaptiv jismoniy tarbiya va paralimpiya sportni ommalashtirish sohasidagi bir qator me'yoriy-huquqiy xujjatlarda belgilangan vazifalarni amalga oshirishda ushbu tadqiqot muayyan darajada xizmat qiladi.

Mazkur fikr va mulohazalarni inobatga olgan holda eshitishida va nutqida nuqsoni bo'lgan bolalarning jismoniy tayyorgarligini rivojlantirish, jismoniy tomonlama ko'nikma va malakalarini shakllantirish hamda ta'lim-tarbiya, sog'lomlashtirish jarayonining samarali tashkil etilish bo'yicha bir qator chora-tadbirlar amalga oshirib kelinmoqda.

Tadqiqot maqsadi. Eshitishida va nutqida nuqsoni bo'lgan bolalarning jismoniy tayyorgarligini oshirish uchun milliy va harakatli o'yinlarni saralash va ularni yo'naltirish

Tadqiqot vazifalari:

- Mavzuga doir ilmiy-uslubiy adabiyotlarni tahlil qilish;
- Eshitishida va nutqida nuqsoni bo'lgan bolalar jismoniy tayyorgarligi oshirish uchun milliy va harakatli o'yinlarni saralash.
- Eshitishida va nutqida nuqsoni bo'lgan bolalarga saralangan milliy va harakatli o'yinlarni o'ynatish hamda jismoniy tayyorgarlik darajasiga ko'rsatadigan ta'sirini aniqlash.

Tadqiqot usullari ilmiy uslubiy adabiyotlar taxlili, pedagogik kuzatuv, matematik statistik usullar.

Tadqiqotning tashkil qilinishi.

Tadqiqot eshitishida va nutqida nuqsoni bo'lgan bolalarning jismoniy tayyorgarligini milliy va harakatli o'yinlar orqali rivojlantirish. Jismoniy tayyorgarlik deganda biz eng avvalo 5 ta jismoniy sifatlarni tushunamiz. Milliy va harakatli o'yinlar ichidan jismoniy tayyorgarlikni oshiruvchi hamda jismoniy sifatlarni rivojlantiruvchilarini tanlab tahlil qilindi.

Jismoniy mashqlar inson uchun, ayniqsa, o'rta maktab bosqichida hayotiy zarur ko'nikma va malakalarni shakllantirish hamda dastlabki jismoniy tayyorgarlikni rivojlantirish uchun eng maqbul davr hisoblanadi. Kam harakatsizlik bolani ijodiy faolligiga va yoshga xos jismoniy sifatlarini yetarli darajada rivojlanmasligiga olib keladi. Harakatni cheklash yoki uni buzish hayotiy zarur bo'lgan qobiliyatlarni rivojlanishiga salbiy ta'sir etadi.

Ko'plab tanlangan o'yinlarni misol qilib aytamiz "Oq terakri, ko'k terak"; "Kartoshka ekish" o'yinlari, "Yomg'ir", "mushuk va sichqon", "Xo'rozlar jangi", "Yelka urishtirish" va h.k. Estafetali harakatli o'yinlar ham jamoali, umumiy va yakka (juft) tartibda bo'lishi mumkin. Piyoda ko'pkari", "Eshak mindi", "Cho'pon", "Podato'p", kurash, piyoda poyga, to'pli estafetalar va shunga o'xshash o'yinlar qo'llanilsa maqsadga muvofiq bo'ladi. Milliy va harakatli o'yinlardan jismoniy sifatlar (tezlik, chaqqonlik, chidamlilik, kuch, egiluvchanlik)ni tarbiyalash, jamoatchilikni, rostgo'ylikni va boshqa axloqiy-irodaviy sifatlarini tarbiyalashda foydalanish mumkin. agarda darsning vazifasi — kichik maktab yoshidagi bolalarda yugurub kelib uzunlikka sakrash malakasini takomillashtirish bo'lsa, unda "Bo'ri zovurda" o'yinidan foydalanilsa bo'ladi. Qolaversa "Uzatdingmi — o'tir", "Ovchilar va o'rdaklar", "o'yin boshiga to'pni berma", "To'p o'rtadagiga", "Otishma" "To'p uchun kurash" o'yinlaridan foydalanish mumkin.

"Doiraga tort", "Qal'a himoyasi", "Cho'nqa shuvoq", "Cho'rton baliq", "Halqa himoyasi", "Harakatchan nishon", "Uchuvchi to'p", "To'p o'rtadagiga" "Xo'rozlar jangi", "Cho'nka shuvoq", "Uysiz quyon", "Hamma o'z bayroqchasiga", "Zuv-zuv", "Qirq tosh", "To'p qatnashchisi", "To'p tutib oluvchi" ushbu milliy va harakatli o'yinlar bolalarning jismoniy tayyorgarligini oshirish hamda jismoniy qobiliyatlarni rivojlantirish uchun eng yaxshi o'yinlardir.

Bajarilayotgan tadqiqot ishini amalga oshirish uchun qo‘yilgan vazifalarni hal qilishda quyidagi tadqiqot uslublari qo‘llanildi. Adabiyotlar va davriy nashriyotda chop etilgan materiallarni umumlashtirish va tahlil qilish;

pedagogik kuzatish;

Pedagogik testlar;

pedagogik tadqiqot;

matematik – statistika uslublari.

12-14 yoshli eshitishida va nutqida nuqsoni bo‘lgan bolalarning jismoniy tayyorgarligini aniqlash va ularning tayyorgarlik darajasini oshirish uchun milliy va harakatli o‘yinlardan foydalanildi. Tadqiqotga jalb qilingan 12-14 yoshli eshitishida va nutqida nuqsoni bo‘lgan bolalarning jismoniy tayyorgarlik darajasiga ko‘ra quyidagi test sinovlari tanlab olindi.

1. 30 metr ga yugurish (soniya)

2. 60 metr ga yugurish (soniya)

3. Moksimon yugurish 3x10 m. (soniya)

4. Arqonda sakrash (marta)

Tadqiqotdan avval ularning jismoniy tayyorgarlik darajasi ushbu jadval orqali aniqlab olindi.

Tadqiqotdan oldin nazorat va tajriba guruh o‘quvchilarining qiyosiy natijalari tahlili
1-jadval

№	Nazorat testlari	Nazorat guruhi		Tajriba guruhi		t_{sr}	R
		σ	V%	σ	V%		
1	30 m ga yugurish	6,12	0,96	6,51	1,41	1,36	>0,05
2	60 m ga yugurish	11,14	0,72	11,43	1,01	1,39	>0,05
3	3x10 maxsimon yugurish	9,07	0,37	9,23	0,51	1,53	>0,05
4	Arqonda sakrash (marta)	35,17	15,34	30,08	17,20	1,30	>0,05

Pedagogik tadqiqotda ishtirok etgan 12-14 yoshdagi eshitishida va nutqida nuqsoni bo‘lgan bolalar jismoniy tayyorgarligining dastlabki darajasini aniqlash uchun o‘rganilgan ko‘rsatkichlar bo‘yicha sinovdan o‘tkazildi. Ushbu sinov natijasida bolalar nazorat va tajriba guruhlariga ajratildi. Nazorat va tajriba guruhlarining o‘rtacha guruh bo‘yicha natijalari statistik jihatdan sezilarli farqlar kuzatilmadi.

Tadqiqot oxirida tajriba va nazorat guruhlarida o'tkazilgan pedagogik tajriba testlari

2-jadval

№	Nazorat test mashqlari	Nazorat guruxi		Tajriba guruxi		t _{sr}	R
		σ	V%	σ	V%		
1	Hujum uchun o'rtacha ball	4,3	0,80	3,8	0,70	1,1	<0,05
2	Hujum oralig'i	17,61	0,6	18,65	0,7	0,42	<0,05
3	Hujum samaradorligi	0,68	0,05	0,61	0,06	1,1	<0,05
4	Himoya samaradorligi	0,69	0,04	0,60	0,07	0,79	<0,05
5	Muvaffaqiyatli hujum oralig'i	22,4	1,15	24,5	1,29	1,26	<0,05

Tadqiqot so'nggida nazorat va tajriba guruh o'quvchilarining qiyosiy natijalari tahlili

2-jadval

№	Nazorat testlari	Nazorat guruhi		Tajriba guruhi		t _{sr}	R
		σ	V%	σ	V%		
1	30 m ga yugurish	6,05	0,99	5,55	1,08	2,02	<0,05
2	60 m ga yugurish	11,04	1,62	10,16	1,96	2,04	<0,05
3	3x10 maxsimon yugurish	9,09	1,14	8,45	1,26	2,22	<0,05
4	Arqonda sakrash (marta)	37,67	9,46	46,50	8,24	4,17	<0,001

Adabiyotlar tahlili va ilg'or amaliy tajribani umumlashtirish shuni ko'rsatdi-ki, hozirga O'quvchi yoshlarning jismoniy tayyorgarligi yangi zamonaviy pedagogik texnologiyalardan foydalanish uslubiyati yetarlicha ilmiy asoslab berilgan. Ammo eshitishida va nutqida nusoni bo'lgan bolalarning jismoniy tayyorgarligi bundan mustasnodir.

eshitishida va nutqida nusoni bo'lgan bolalarning harakatlarini namoyon qilish darajasini zamonaviy pedagogik texnologiyalar asosida nazorat qilish ustivor masalalar qatoriga mansub bo'lib, ushbu jarayonni samarali effektiv vosita va usullar asosida tashkil etish, bunday bolalarning jismoniy tayyorgarligining tez o'sishiga xizmat qiladi.

Xulosa

Xulosa qilib shuni aytish kerak-ki, ilmiy-uslubiy adabiyotlarni o‘rganish hamda amaliyotda eshitishini va nutqida nuqsoni bo‘lgan bolalarning o‘quv mashg‘ulot jarayonini kuzatish natijasida olib borilayotgan tajribada aynan milliy va harakatli o‘yinlardan foydalanib, bunday bolalarning jismoniy tayyorgarlik darajasini oshirish muhim ahamiyat kasb etadi. Bizga ma’lumki milliy va harakatli o‘yinlar qiziqarliligi bilan boshqa metodlardan ko‘ra samarasi yuqoriroq, ayniqsa bu bolalarda qo‘llanganda. Jismoniy tayyorgarlikni rivojlantirishga xizmat qiluvchi milliy va harakatli o‘yinlarni mashg‘ulotlarda qo‘llash samarali usulligi tadqiqotimiz jarayonida aniqlandi. Eshitishida va nutqida nuqsoni bo‘lgan bolalarning jismoniy tayyorgarligi aniqlanganda tajribadan oldin nazorat va tajriba guruhlarining natijalari deyarli farq qilmayotgan edi. Nazorat guruhining ko‘rsatkichlari tajriba guruhining ko‘rsatkichlaridan sezilarsiz darajada yuqori edi. Tadqiqot o‘tkazilgandan so‘ng esa ularning jismoniy tayyorgarligini aniqlash uchun nazorat testlari qayta olindi va nazorat guruhiga nisbatan tajriba guruhining natijalari sezilarli darajada oshganini jadvallarimiz orqali ko‘rish mumkin.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR:

1. O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining PF-5924 sonli “O‘zbekiston Respublikasida jismoniy tarbiya va sportni takomillashtirish va ommalashtirish chora-tadbirlari to‘g‘risida”gi Farmoni. 2020 yil 24 yanvar.
2. O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining PQ-5281-sonli “2024 yil Parij shahrida (Fransiya) bo‘lib o‘tadigan XXXIII yozgi Olimpiya va XVII Paralimpiya o‘yinlariga O‘zbekiston sportchilarini kompleks tayyorlash to‘g‘risida”gi Qarori. 2021 yil 5 noyabr.
3. T.S. Usmanxodjayev, Sh.X. Isroilov, A.A. Pulatov, Sh.A. Pulatov “Milliy va harakatli o‘yinlar” darslik T:“IQTISOD-MOLIYA” 2015 y.
4. T.S. Usmanxodjayev “Milliy va harakatli o‘yinlar” o‘quv uslubiy qo‘llanma T; “O‘zDJTI nashriyot bo‘limi” 2009 67 b
5. K. Rahimqulov “Milliy va harakatli o‘yinlar” o‘quv qo‘llanma T; “tafakkur bo‘stoni” 2012 y
6. Bobomurodov A.E. “Jismoniy tarbiya, sport nazariyasi va uslubiyati” (Jismoniy sifatning umumiy tavsifi).O‘quv qo‘llanma.T.,-2020 yil. 157 b.
7. Gapparov, Z., & Ishtayev, J. Development of explosive psychomotor and personal activity of sportsmen.
8. Гончарова О.В. “Ёш спортчиларнинг жисмоний қобилиятларини ривожлантириш”. Ўқув қўлланма. Т.,-2005 й. 176 б.
9. Ishtayev, J. M., & Gapparov, Z. (2022). Development of explosive ability in schoolchildren (on the example of 10-11 grades). Eurasian Journal of Law, Finance and Applied Sciences, 2(2), 56-59.
10. Ishtayev, J. M. (2020). Explosive activity school performance by age indicators. European Journal of Research and Reflection in Educational Sciences, 8(8).
11. Ishtayev, J. M., Abdullayev, B. B., Xasanova, N. R., & Toshpo‘Latov, A. A. (2022). Effectiveness of the new developed sports and health program in sports gymnastics in the preparation of 3-7 year old boys. Central Asian Research Journal for Interdisciplinary Studies (CARJIS), 2(3), 94-99.
12. Ishtayev. J.M. (2020). Развитие взрывной способности у юных тяжелоатлетов. II International Book Edition of the countries of the Commonwealth of Independent States “BEST YOUNG SCIENTIST-2020” г. Нур-Султан, Казахстан, 28.
13. Salamov R.S. “Jismoniy tarbiya nazariyasi va uslubiyati”. Darslik. 1 jild. T.,-2015 y.
14. Sobirova L.B “Ko‘zi ojiz va zaif ko‘ruvchi shaxslarni golbol sport turiga tayyorlashning metodologik asoslari” diss.. Chirchiq -2023