

Hozirgi taraqqiyot bosqichida jismoniy tarbiya va sport mashg'ulotlarini tashkil qilishning istiqbollari: muammo va yechimlar. Xalqaro miqyosidagi ilmiy amaliy-anjuman. 2022 yil 28-29 aprel

MAKTAB O'QUVCHILARI O'RTASIDA "ALPOMISH" VA "BARCHINOY" MAXSUS TEST SINOVLARINING IJTIMOY VA TARBIVAVIY XUSUSIYATLARI

10.53885/edinres.2022.92.52.015

Ishankulov Baxtiyor Muratovich

Jizzax shahar XTBga qarashli

19-umumiy o'rta ta'lim maktabi o'qituvchisi

Annotatsiya: Maqolada O'zbekistonda barkamol avlodni tarbiyalash uchun "Alpomish" va "Barchinoy" maxsus testlarining o'rni va ahamiyati yoritilgan.

Kalit so'zlar: Maktab o'quvchilari, jismoniy tarbiya, jismoniy tayyorgarlik.

Аннотация: В статье раскрывается роль и значение специальных тестов «Алпомиш» и «Барчиной» для воспитания гармонично развитого поколения в Узбекистане.

Ключевые слова: Школьники, физическое воспитание, физическая культура.

Annotation: The article describes the role and importance of special tests "Alpomish" and "Barchinoy" for the upbringing of a harmoniously developed generation in Uzbekistan.

Keywords: School students, physical education, physical training.

Maktab o'quvchilari bilan ishlash sohasidagi qator mualliflar (B.A. Bo'riboev -p.f.n. dotsent, 2020)ning ish tajribasi shuni ko'rsatadiki, yoshlarning jismoniy tarbiya, sport va turizm bilan muntazam shug'ullanib borishlari zarur deb ta'kidlaniladi. Bu esa maktab o'quvchilarida zararli odatlar va mayllarga qarshi bo'lgan sog'lom qiziqishlarni maqsadli shakllantirish, jismoniy va ma'naviy kamolotga erishishga bo'lgan ehtiyojni izchil singdirish, yuksak irodaviy sifatlarni, jasurlik va chidamlilikni tarbiyalashga qaratilgan vazifalarni hal etish zaruriyatini to'g'diradi. Bunda "Alpomish" va "Barchinoy" maxsus testlarining o'rni beqiyos ekanligi kuzatilmokda[1].

Ba'zi muallif (B.A. Bo'riboev -p.f.n.dotsent, 2020, A. Nurmuradov, 1998)larning e'tirof etishlaricha, o'quvchi yoshlarning jismoniy va ma'naviy rivojlanishi bir-birini uzviy to'ldirib turadi va shaxsning ijtimoiy faolligini oshirishga imkon beradi. O'quvchilar yoshi, mualliflarning fikricha, katta yoshdagi kishining ijtimoiy funksiyalarining to'liq kompleksini (fuqarolik, ijtimoiy-siyosiy va kasb-mehnat funksiyalarini) faol egallab olish davri sifatida o'ta muhim ahamiyatga ega deb aytib o'tilgan .

Biroq maktablarda tahsil oluvchi o'quvchi yoshlardagi jismoniy tarbiya darsi nafaqat jismoniy barkamollik va sog'lomlashtirish, balki jamiyatning ijtimoiy tuzilishi rivojlanishiga muhim darajada ta'sir qiluvchi ijtimoiy, mehnat va ijodiy faollikni tarbiyalash vositasi deb qaralmoqda. Xususan, xalq xo'jaligi bo'lajak mutaxassislarining ijtimoiy-kasbiy funksiyalarini bajarishlari ularning jismoniy tayyorgarligiga, salomatlik holatiga, ish qobiliyati darajasiga ko'p jihatdan bog'liq.

Insonga tabiatan berilgan va u hayoti davomida undan etarlicha foydalanmaydigan harakat faoliyati sohasidagi potensial imkoniyatlarni jismoniy tarbiya to'liq ochib berishga, rivojlantirishga imkon yaratadi. Bunda jismoniy sifatlarni rivojlantirishda "Alpomish" va "Barchinoy" maxsus testlaridan foydalanish muxim ahamiyatga egadir. Aynan harakatlar jismoniy faollikni namoyon qilish shakli sifatida tirik mavjudotning Er yuzida paydo bo'lishida va moslashish harakati tizimlarining rivojlanishida, uning morfologiyasi hamda funksiyalarining shakllanishida birlamchi asos bo'lib xizmat qildi. "Alpomish" va "Barchinoy" maxsus testlari orkali inson organizmining morfologik va funksional takomillashuvi, uning hayotiy, harakat bilimlari, ko'nikma va malakalarining shakllanishi hamda yaxshilanishi amalga oshiriladi. Insonning jismoniy faoliyatini takomillashtirishda imkoniyatlar chegarasi deyarli yo'q. Insonning kosmik parvozlarda vaznsizlik va ortiqcha yuklama sharoitlaridagi faoliyati bunga misol bo'la oladi.

Bizning kuzatishlarimiz shuni ko'rsatdiki, butun o'quv yili davomida o'quvchi yoshlarda sog'lom turmush tarzi malakalarini doimiy ravishda hosil qildirib borish zarur. Bunda shuni yodda tutish kerakki, "Alpomish" va "Barchinoy" maxsus testlari talablarini muntazam topshirib borish yoshlikni, sog'liqni, umrboqiylikni saqlab qoladi, ijodiy mehnat qilishga imkon beradi. Gigienik me'yorlarga rioya qilish, o'quvchi yoshlar jamoalarida yaxshi psixologik iqlim yaratish, ommaviy jismoniy tarbiya bilan shug'ullanishni rag'batlantirib borish, ish vaqtini to'g'ri tashkil qilish – sog'lom turmush tarzining zarur shartlaridir. R.Samarov tadqiqot ishlarida o'quvchi yoshlarning turmush tarzi asosiy faoliyat turlari sifatida qaraladi[2]. Bunday faoliyat yaxshi jismoniy tayyorgarlikka ega bo'lgan yuqori malakali aqliy mehnat mutaxassislarini tayyorlash bilan bog'liq.

Adabiyotlar ro'yxati

1. Bahodir Murodovich Ishankulov. KURASH TURLARIDA PORTLOVCHAN KUCHNI OSHIRISH OMILLARI. Научный вестник НамГУ 2020 yil 4-son.426-431 bet.

Hozirgi taraqqiyot bosqichida jismoniy tarbiya va sport mashg'ulotlarini tashkil qilishning istiqbollari: muammo va yechimlar. Xalqaro miqyosidagi ilmiy amaliy-anjuman. 2022 yil 28-29 aprel

2. R.SAMAROV. Yoshlar ijtimoiy faoligini oshirish: amaliy masalaning nazariy-psixologik bayoni. Respublika ilmiy-amaliy konferensiyasi. Toshkent 2020. 91-95 bet.
3. Karomatovich I. A. PSYCHOLOGICAL AND PEDAGOGICAL SUPPORT OF YOUNG TEAM ATHLETES //Web of Scientist: International Scientific Research Journal. – 2022. – T. 3. – №. 02. – C. 1011-1016.
4. Ibragimov A. K. DEVELOPING THE PROFESSIONAL COMPETENCE OF TEACHERS AS A PEDAGOGICAL PROBLEM //E-Conference Globe. – 2021. – C. 333-338.
5. Karomatovich I. A. METHODS OF TEACHING CHILDREN FOR MOVEMENT ACTIVITIES IN THE PROCESS OF PHYSICAL EDUCATION //Web of Scientist: International Scientific Research Journal. – 2022. – T. 3. – №. 1. – C. 242-249.
6. Ibragimov A. K. Catalog of training tasks for training special endurance of young girl handball players. *Academica: An International Multidisciplinary Research Journal*. Year: 2020, Volume: 10, Issue: 11. P: 486-492. DOI: 10.5958/2249-7137.2020. 01410. X.
7. Narzullayev, Farrux. "Qizlar sporti yo'nalishi bo'yicha tahsil olayotgan qizlarning yengil atletika darslarida kuch siaftlarini rivojlantirishning pedagogik asoslari." *ЦЕНТР НАУЧНЫХ ПУБЛИКАЦИЙ (buxdu. uz)* 1.1 (2020).
8. Ashrapovich, N. F. (2021). Determination of physical development of primary school students through national movement games. *Middle European Scientific Bulletin*, 11.
9. Ashrapovich, N. F. (2022). FORMS OF CONTROL OVER THE PROFESSIONAL AND PEDAGOGICAL ACTIVITY OF THE TRAINER AND ITS PEDAGOGICAL SIGNIFICANCE. *Web of Scientist: International Scientific Research Journal*, 3(1), 372-379.
10. Narzullayev, Farrux Ashrapovich, and Dinara Olimovna Begimkulova. "Sport psixodiagnostikasi fanini o'qitishda ta'lim texnologiyalardan foydalanishning o'ziga xos xususiyatlari." *Science and Education* 3.4 (2022): 1724-1730.
11. Nematovich K. S. Abduyeva Sitorabonu Savriddin kizi, Fatullayeva Muazzam Azimovna, Kurbanov Shukhrat Kuldoshevich. Using of innovation terms in physical education and sport lessons and their social and educational features //Journal of Critical Reviews. doi. – T. 10. – C. 470-471.
12. Abdueva S. S. Q. Determining the speed and strength of 14-15 year old handball players in jumping //ACADEMICIA: An International Multidisciplinary Research Journal. – 2020. – T. 10. – №. 11. – C. 1212-1220.
13. Abdueva S. S., Khurbonov S., Sabirova N. Evolution of physical performance and techniques of handball girls aged 11-12 //International Journal of Advanced Research in Science, Engineering and Technology (IJARSET). – 2019.
14. Abdueva S. S. Activities that increase children's interest in the sport of handball //Innovatsionnoerazvitienauki I obrozovaniemejdunarodnayanauchno-prakticheskayakonferensiya. – 2020.