

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

**SPORT O'YINLARI BO'YICHA MAKTAB JISMONIY TARBIYA DARSLARINI
O'TKAZISH METODIKASI
10.53885/edinres.2022.22.12.150**

**Qurbonov G'ayratjon katta o'qituvchi, FarDU
Raximjonov Dostonbek Rasuljon o'g'li, magistrant, FarDU**

Yoshlarni sog'lom va baquvvat tarbiyalashda sport turlari orasida sport o'yinlari (basketbol, voleybol, futbol, qo'l to'pi) ham o'ziga xos ahamiyatga ega. Sport o'yinlari qiziqarliligi va ommaviyligi bilan millionlab kishilarni o'ziga jalb qilib kelmoqda. Zamonaviy sportda o'ta tezkor va mahorat, g'ayrat talab qiluvchi turlar sport o'yinlaridir. Yuqori darajali texnika va taktikaga erishish uchun birinchi navbatda sport o'yinlari bilan shug'ullanuvchilar yetarli ravishda jismoniy rivojlangan hamda maxsus sifatlarga ega bo'lishi kerak. Sport o'yinlari bilan tashkillanadigan mashg'ulotlarda shug'ullanuvchilarda ahloqiy, jamoa uchun jon kuydirish, mas'uliyat kabi sifatlari tarbiyalanadi. Sport o'yinlari tezkor dinamik sport turlari bo'lib o'yinchidan katta jismoniy tayorgarlikni talab etadi, chunki sport o'yinlari jarayonida shug'ullanuvchilar ko'p martaba sakraydilar, turli xil harakatlar bilan maydonda o'z o'rnini almashtiradi, xujum va himoya harakatlarini bajaradi.

Sport o'yinlari bo'limi dasturini o'ziga xosligi vositalarni tanlashda ularning mazmunidan ratsional foydalanishni taqozo etadi. Bu darsning motor zichligi va uning samaradorligini sezilarli oshirish imkoniyatiga ega bo'lishga olib keladi. Harakatli va sport o'yinlari ta'sirining universal xarakteri jismoniy sifatlarni keng miqyosda tarbiyalashga olib keladi, ularning kompleks namoyon bo'lishi tezkorlik kuch xarakterida, dinamik kuch, sakrash chidamlilikda ko'rinadi.

Qobiliyatlar qatorida kuch, vaqtinchalik va keng miqyosdagi harakatlar parametrlarni baholashga bu sifatlari va vositalari hayotiy muhim ahamiyat kasb etadi.

Axloq - odob, irodaviy-ma'naviy sifatlari va mustaqillikka sodiqlikni tarbiyalash, raqib bilan kurashish, jamoa bo'lib harakatlanishda, sezilarli ravishdagi jismoniy va emotsional kuchlanishlar sharoitida amalga oshiriladi. O'yinda shaxsiy qiziqishlari jamoa maqsadlariga bo'ysunadi, jamoalariga hamda raqibga hurmat talab qilinadi. O'yin faoliyatidagi ko'pqirrali shaxsning namoyon bo'lishi, shaxsni shakllanishida axloqiy, ijodiy yondashuvlarni tarbiyalashda maqsadga muvofiq harakat qilish imkoniyati yuzaga keladi.

Harakatli va sport o'yinlariga, ularni takomillashtirish uchun maktabda dars va darsdan tashqari soatlar o'tkaziladi. O'quv shakllariga dars va sport seksiyasidagi mashg'ulotlar kiradi. Ular tarkibi va vaqti bo'yicha qat'iy reglamentlashtirilgan. Ularning mazmuni dastur bilan belgilangan. Darsdan tashqari shakllariga darslargacha gimnastika, darslardagi jismoniy tarbiya daqiqalari, uzaytirilgan tanafuslardagi jismoniy mashqlar va harakatli o'yinlar kuni uzaytirilgan guruhlardagi kunlik mashg'ulotlar kiradi. Darsdan tashqari shakllarga yana salomatlik kunlari, sport kunlarini ham kiritish mumkin. Yuqori emotsionalligi va qo'llanishini unversalligi bilan ajralib turadigan harakatli va sport o'yinlari mashg'ulotlarni darsdan tashqari shakllarida katta o'rin egallaydi. Jismoniy tarbiya bo'yicha kompleks dastur jismoniy madaniyatning barcha shakllarini yagona jismoniy madaniyat sog'lomlashtirish tartibiga birlashtiradi. Uning barcha tarkibiy qismlaridan zarur paytlarda foydalanish har bir o'quvchini jismoniy mashqlar bilan sistemali shug'ullanishga jalb qilish hisoblangan asosiy maqsadga erishishga yo'naltirilgan.

Sport o'yinlari shunday bo'g'in hisoblanadiki, unda mashg'ulotlarni darsdan tashqari shakllarini o'tkazish bilimlari, ko'nikma va malakalari, yo'riqchi va hakamlik malakalari shakllantiriladi, harakat malakalari va ko'nikmalari hosil qilinadi. Sport o'yinlari bo'yicha dasturning mazmuni va vaqt hajmi o'rganilayotgan o'yinning asosiy usullarini o'quvchilar tomonidan o'zlashtirilishi, ularni o'yinda qo'llashga mo'ljallangan. O'yinning alohida usullarini o'zlashtirishda texnikani bajarishning mug'im jihatlari ajratib ko'rsatish mumkin: usulning dastlabki va oxirgi holatlari, uning alohida qismlarini bajarishda davomiylik va mos keluvchanlik. Ko'nikmalarga o'rgatishda o'xshatish mashqlari va tashkillashning frontal metodini qo'llash orqali harakat tayorgarligini va jismoniy yuklamalar darajasini pasaytirmasdan darsning yuqori motor zichligiga erishish mumkin. Harakat ko'nikmalariga o'rgatish o'qituvchidan o'rgatish metodlari va o'quvchilarni tashkillash uslublarini takomillashtirish, yuqori sifatli tushuntirishni talab qiladi. Ular qisqa va namoyishona, so'z bilan tushuntirishni mashqlarni bajarish bilan qo'shib olib borish bilan farqlanadi. Kichik sinflarda sport o'yinlari texnikasi elementlarini o'rgatishda harakatli o'yinlarni qo'llash o'rgatishning o'yin metodini qo'llashga imkoniyat beradi. Darsga harakatli o'yinlari va estafetalarni kiritish o'yin texnikasini takomillashtirish va jismoniy yuklamalarni oshirishda qo'l keladi.

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

Yuqori sinflarda harakat malakalari o'yin faoliyatining o'zgaruvchan sharoitlarida, himoyachilarni qarshilik ko'rsatish paytida takomillashtiriladi. O'rganilgan usullar taktik xarakterdagi mashqlar va ikki tomonlama o'yinlar bilan tashkillashtiriladi. Ikki tomonlama o'yinlarda o'yin texnikasi usullarini mustahkamlash, taktik harakatlarni takomillashtirish, axloqiy tarbiyalash bo'yicha kompleks vazifalar hal qilinadi. Yo'riqchilik amaliyotining roli ortadi, u aniq mazmunga ega bo'ladi. Jamoa sardorlari o'yindagi jamoa harakatlarini tashkillaydi va boshqaradi. Yo'riqchilar va hakamlar o'yinga jamoani tayyorlash va ikkitomonlama o'yin mashqlarida amaliy hakamlikda qatnashadilar.

Yo'riqchilar, hakamlar, jamoa sardorlari faoliyatini tashkillash tashabbuskorlik va mustaqil fikrlashni tarbiyalash vazifalarini hal qilishga olib keladi.

Sport o'yinlari darslarida jismoniy madaniyat mashg'ulotlariga doimiy qiziqishni tarbiyalash vazifalarini muvaffaqiyatli hal qilish mumkin. O'yinlarning emotsionalligi va qiziqarliligi o'quvchilarni o'ziga jalb qiladi, o'yinlarda ishtirok etishga qiziqish va hohishni keltirib chiqaradi. Qiziqishni o'quvchilar o'yin faoliyatidan va jismoniy madaniyat mashg'ulotlaridan qoniqish hosil qilgandagina mustahkamlash mumkin.

Qoniqish hosil qilish shunday faktorki, u mashg'ulotlarga qiziqishni oshiradi va mustahkamlaydi hamda uni turg'un qiladi. Mashg'ulotlar jarayonida o'quvchi o'zining jismoniy tayyorgarligini oshiradi va o'yinning yangi usullarini o'rganadi hamda ularni muvaffaqiyatli qo'llaydi. O'yindagi jamoaviy harakatlar o'rtoqlik va do'stlik tuyg'ularini hosil bo'lishiga olib keladi.

O'yindagi kuchli vazifalarni muvaffaqiyatli hal qilish, jismoniy sifatlarni rivojlantirish mashqlarni bajarish o'quvchiga o'z kuchiga ishonchni keltirib chiqaradi. O'yinda o'zini ko'rsatish istagi o'quvchilarni jismoniy va texnik takomillashtirish uchun, faol mustaqil mashg'ulotlar uchun, uy vazifalarini doimiy bajarishga motivni hosil bo'lishiga xizmat qiladi. Yoshning o'zgarishi bilan qoniqish hosil qilish turli faktorlarga bog'liq bo'ladi. Kichik sinflarda ularning o'rtoqlari bilan birgalikda shug'ullanish imkoniyati, shug'ullanish sharoiti, jixozlar asosiy hisoblanadi. O'rta sinflarda mashg'ulot mazmuni, o'qituvchi, o'rtoqlari bilan o'zaro munosabat katta o'rinni egallaydi. Yuqori sinflarda pedagog, murabbiy bilan o'zaro munosabatlar, mashg'ulot mazmuni, shaxsiy muvaffaqiyatlar birinchi o'ringa ko'tariladi. Bu jarayonning dinamikasi jismoniy madaniyat mashg'ulotlariga barqaror qiziqishni tarbiyalashga ijodiy yondashuvni taqazo etadi, sport o'yinlari esa bu vazifani hal qilish uchun vositalarni keng tanlab olishga yordam beradi.