

O'QUVCHILARNING JISMONIY SIFATLARINI RIVOJLANTIRISHGA YO'NALTIRILGAN O'QUV JARAYONINI LOYIHALASH

10.53885/edinres.2022.68.75.050

Kurbanov Djurabek Ismatovch, Munirov Nurali.

Buxoro davlat universiteti katta o'qituvchisi

djurabek.kurbanov.87@mail.ru

Tayanch so'zlar: gimnastika, jismoniy tayyorgarlik, jismoniy faollik, jismoniy ishchanlik, tarbiyaviy, jismoniy sifatlar.

Ключевые понятия: гимнастика, физическая культура, двигательная активность, двигательная активность, образовательные, физические качества.

Key words: gymnastics, physical training, physical activity, physical activity, educational, physical qualities.

Annotatsiya

Bolalarning jismoniy tayyorgarlik darajasini va jismoniy rivojlanishini yaxshilashda gimnastikaning sog'lomlashtiruvchi turlarini o'rgatishda zamonaviy pedagogik texnologiya uslublardan foydalanish zamon talabidir.

Аннотация

Использование современных педагогических технологий в обучении оздоровительным видам гимнастики для повышения уровня физической подготовленности и физического развития детей является современным требованием.

Annotation

The use of modern pedagogical technologies in teaching healthy types of gymnastics to improve the level of physical fitness and physical development of children is a modern requirement.

O'zbekiston Respublikasida joriy etilgan "Ta'lim to'g'risida"gi qonunida ta'limni davlatimiz ijtimoiy taraqqiyoti sohasida ustivor deb e'lon qilinishi jismoniy tarbiya fani zimmasiga juda katta ma'suliyatli ulug'vor vazifalarni yuklaydi.

Jaxon xamjamiyatida jamiyatimiz taraqqiy etgan mamlakatlar qatoridan o'rin olishi uchun ta'limini samaradorligini oshirish maqsadida eng ilg'or pedagogik texnologiyalardan foydalanish zarur [1].

O'quvchilarni jismoniy tarbiyasi, jismoniy rivojlanishi, salomatligi, jismoniy tayyorgarligi hamda yangi zamonaviy ta'lim texnologiyaga o'tishi, xar tomonlama barkamol shaxsni tarbiyalashda shubxasiz samara berishiga ishonaman.

Respublikamizda ta'lim tizimida ayniqsa boshlang'ich ta'lim asosiy bo'g'in sifatida muhim o'rin tutadi. Bu boshlang'ich ta'lim muassasalarida jismoniy tarbiya, sport sog'lomlashtirish ishlarini rivojlantirish, ta'lim olayotgan o'quvchilarning sport turlariga qiziqishini oshirish, bilimi, ko'nikma va malakalarini mustahkamlash davr talabiga aylanib bormoqda.

Ushbu masalalarni to'laqonli bajarilishini ko'zlab, jismoniy tarbiya bo'yicha davlat ta'lim standartlari ishlab chiqilib, amaliyotga tadbiiq etildi. Ushbu standart boshlang'ich ta'lim tizimidagi o'quvchilar egallashi lozim bo'lgan bilim, ko'nikma va malakalar hamda o'quv yuklamasiga qo'yiladigan asosiy talablarni belgilab beradi.

Bugungi kunda taraqqiyot yo'lidan ildam qadamlar bilan borayotgan mamlakatimizda ta'lim tizimini tubdan isloh qilish va takomillashtirish, unga ilg'or pedagogik va zamonaviy axborot texnologiya joriy etish, ta'lim samaradorligini oshirishga davlat siyosati darajasiga ko'tarilgan.

Inson salomatligi hamma narsadan ustun va qimmat turadi. Ayniqsa bolalarni yoshligidanoq sog'lom har tomonlama yetuk shaxs qilib tarbiyalash undan ham qimmatlidir [1; 2].

Bolalarning jismoniy tayyorgarlik darajasini va jismoniy rivojlanishini yaxshilashda gimnastikaning sog'lomlashtiruvchi turlarini o'rgatishda zamonaviy pedagogik texnologiya uslublardan foydalanish zamon talabidir.

Shu boisdan jismoniy tarbiya tizimida muxim tamoyilni joriy qilish uchun o'quvchilarning sog'ligini ta'minlash, jismoniy rivojlanganlik va jismoniy tayyorgarligini takomillashtirish maqsadida gimnastikaning sog'lomlashtiruvchi turidan doimiy foydalanish dolzarb vazifalardan bo'lib kelgan.

Bolalarni sog'ligini mustahkamlashda, gimnastikaning sog'lomlashtiruvchi turlarini rivojlantirish darajasini yanada yuksaltirish va mashg'ulotlar jarayonida qo'llanilib kelayotgan bugungi tashkiliy-uslubiy usulni takomillashtirishdan iborat.

Quyidagi vazifalar shundan iborat.

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

❖ sog'lomlashtiruvchi gimnastika bilan shug'ullanuvchi bolalarda jismoniy tayyorgarlik samaradorligini oshirish zahiralari qidirish va shu bilan birga gimnastika mashqlar yordamida mashg'ulot jarayoni tizimida yangicha usul va uslublarni jalb etish.

❖ bolalarga sog'lomlashtiruvchi gimnastikani o'rgatish to'g'risidagi mashqlar majmasini to'g'ri tuzish va o'tkazish.

❖ sog'lomlashtiruvchi gimnastika mashg'ulotlari bilan shug'ullanuvchilarning tarbiyaviy fazilatlarini shakllantirish, mashg'ulot davomidagi shikastlanish to'g'risida ma'lumotga ega bo'lish.

❖ shug'ullanuvchilarning shaxsiy xususiyatlaridan kelib chiqib mashg'ulotning usul va uslubini ishlab chiqish.

Boshlang'ich sinif o'quvchilari uchun ishlab chiqilgan mashqlar majmuasini bajarish jarayonlari.

Boshlang'ich sinif o'quvchilarni jismoniy sifatlarni rivojlantirish uchun sog'lomlashtiruvchi gimnastika turlarini shaxsiy (individual) xususiyatlariga qarab tanlab yo'naltirish ularning jismoniy tayyorgarligini oshirishga yordam berdi.

Sog'lomlashtiruvchi gimnastika turining uslubi yaratildi va omaviyligini shakllantirish aniqlandi.

Gimnastikaning sog'lomlashtiruvchi turini mashg'ulot jarayonida o'tkaziladigan mashq vositalari, uslublaridan foydalanib ishlab chiqilgan tavsiyalar asosida boshlang'ich ta'lim yoshdagi balalarlarning jismoniy tayyorgarlik ko'rsatkichlari, xarakat ko'nikma va malakalarni oshirish samaradorligi shakllantirildi.

Bolalarning jismoniy sifatlarni oshirishda pedagogik texnologiya va o'yinlar asosida mashg'ulotlarni tashkil etish yani "Tortishuv", "Sakrovchi chumchuqchalar", "Himoyachi", "Tarmoqlar", "Qochishga urinish", "Kvadrat ichida bahs", "Chiziq uzra kurash" va x.k lardan unumli foydalanish ularni sportga qiziqishini oshiradi bu esa o'qituvchi yoki murabbiydan tinimsiz mehnat va mahorat talab etadi.

Gimnastika va uni o'qitish metodikasi fani doirasida ko'plab tadqiqotlar o'tkazib kelingan. Gimnastikaning ahamiyati borasida X.N.Hakimov, F.B.Muzaffarova, G.M.Akramova kabi olim va ilmiy izlanuvchilar tadqiqotlar olib borgan. Talabalarni mashg'ulot jarayonini shakllantirish, uning samaradorligini oshirishga qaratilgan samarali pedagogik texnologiyalarni ishlab chiqish hamda amaliy sinovdan o'tkazish muammolari ilmiy ob'ekt sifatida ko'pgina olimlar e'tiborini jalb qilib kelmoqda. Jumladan G'.M.Salimov, R.X.Qodirov, Sh.D.Abdullaev, R.S.Shukurov kabi yetakchi mutaxasis olimlar tadqiqotlari shug'ullanuvchilarni jismoniy hamda harakat tayyorgarligi jarayonini shakllantirish mavzulariga qaratilgan.

Tadqiqotlar davomida ishlab chiqilgan "Oliy ta'limda sog'lomlashtiruvchi gimnastikaning ahamiyati" mavzusini modul asosida o'qitish yuzasidan ilmiy tavsiyalardan jismoniy tarbiya va sport ta'lim muassalarida "Jismoniy madaniyat nazariyasi va metodikasi", "Gimnastika va uni o'qitish metodikasi" fanlarini o'qitishni samarali tashkil etishda keng foydalanish mumkin.

Shuningdek, tadqiqot jarayonida olingan nazariy va amaliy natijalarni boshqa turdosh fanlarni o'qitish jarayonlarini uslubiy ta'minlashda ham qo'llash mumkin.

1. O'zbekiston Respublikasining "Ta'lim to'g'risidagi qonun".-T. 2020-yil.
2. "Jismoniy tarbiya va sport to'g'risida" gi qonun 2015-yil yangi tahrir.
3. Тураев М. М. МЕТОДЫ ПРЕПОДАВАНИЯ ФИЗИЧЕСКОГО ОБРАЗОВАНИЯ И ИХ ВАЖНЫЕ АСПЕКТЫ //Проблемы науки. – 2021. – №. 2 (61). – С. 35-37.
4. Мухамедович Т.М. Важные факторы организации медицинских кружков по физическому воспитанию // ЦЕНТРАЛЬНО-АЗИАТСКИЙ ЖУРНАЛ МЕДИЦИНСКИХ И ЕСТЕСТВЕННЫХ НАУК. – 2022. – Т. 3. – №. 1. – С. 82-86.
5. Тураев М. Важные факторы организации медицинских кружков по физической культуре //ЦЕНТР НАУЧНЫХ ПУБЛИКАЦИЙ (buxdu. uz). – 2021. – Т. 8. – №. 8.
6. Тураев М. М. ПОВЫШЕНИЕ ЭФФЕКТИВНОСТИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ СТУДЕНТОВ С ПОМОЩЬЮ КОМПЬЮТЕРНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ //Вестник науки и образования. – 2021. – №. 5-3 (118). – С. 99-102.
7. Тураев М. Important Factors for the Organization of Medical Groups in Physical Education //ЦЕНТР НАУЧНЫХ ПУБЛИКАЦИЙ (buxdu. uz). – 2021. – Т. 8. – №. 8.
8. Тураев М. М., Баймурадов Р. С., Файзиев Я. З. Интерактивные методы физического воспитания в вузах //Педагогическое образование и наука. – 2020. – №. 3. – С. 132-135.
9. 2. Исмаатович К.Д. Физическое воспитание в центральной азии в средневековые //Web of Scientist: International Scientific Research Journal. – 2022. – Т. 3. – №. 02. – С. 82-93.
10. Kurbanov D. Амир Тимур-великий государственный правитель //центр научных публикаций (buxdu. uz). – 2021. – Т. 8. – №. 8.

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

11. Хамраев И. Т., Курбанов Д. И., Тураев М. М. Принципы современной педагогической подготовки //Academic research in educational sciences. – 2021. – Т. 2. – №. 2.

12. Абдуллаев Ш. Д. Физкультурно-оздоровительная работа с студентами вуза //XI Международная научно-практическая конференция «Актуальные проблемы физической культуры, спорта, здорового и безопасного образа жизни». – 2021. – С. 12-17.

13. Kurbanov D.I. Амир Тимур - великий государственный правитель // International scientific and practical confrence "Actual issues of scientific". – 2022. – Т. 2. – №. 2. С. 53-59