

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

## MAKTABGACHA YOSHDAGI BOLALAR FUNKSIONAL TIZIMLARINI SHAKLLANTIRISH VA HARAKATLANISH QOBILIYATLARINI RIVOJLANTIRISH XUSUSIYATLARI

10.53885/edinres.2022.10.17.104

**Bobomurodov Abdurafik Egamurodovich**

*O'zbekiston davlat jismoniy tarbiyava sport Universiteti katta o'qituvchisi*

*Chirchiq shahri, O'zbekiston*

*[abdurafikbobomurodov@gmail.com](mailto:abdurafikbobomurodov@gmail.com)*

**Annotatsiya.** Ushbu maqolada maktabgacha yoshdagi bolalarning o'ziga xos xususiyatlari o'rganilib, tahlil qilindi hamda harakat qobiliyati rivojlantirilib, nazariy tahlil va amaliy tajriba haqida ma'lumotlar berildi.

**Annotation.** This thesis studied and analyzed the specific characteristics of preschoolers and develops the ability of movement, and information was provided on theoretical analysis and practical experience.

**Аннотация.** Этот тезис изучен и проанализировал специфические особенности дошкольников и разрабатывает способности движения, а информация была предоставлена информация о теоретическом анализе и практическом опыте.

**Kalit so'zlar:** Funktsional tizimlar, harakat qobiliyatlari, ko'nikmalar, malaka, jismoniy sifatlar, pedagogik texnologiya.

**Keywords:** functional systems, motor skills, abilities, qualifications, physical qualities, pedagogical technology .

**Ключевые слова:** функциональные системы, моторика, способности, квалификация, физические качества, педагогическая технология.

**Tadqiqotning dolzarbligi.** Mamlakatimizda bugungi kunda maktabgacha ta'lim tizimini rivojlantirishga alohida e'tibor qaratilib kelinmoqda. Barchamizga ma'lumki, maktabgacha yoshdagi bolalarda funksional tizimlari shakllanishi va harakatlanish qobiliyatlarini rivojlantirish alohida ahamiyatga ega bo'lib, ularning kelajakda jismonan va manan barkamol shaxslar bo'lib etishishlarida muhim o'rinni egallaydi. Shuni alohida takidlash o'rinli bo'ladiki, maktabgacha yoshdagi bolalarda funksional tizimlari shakllanishi va harakatlanish qobiliyatlarini rivojlantirishga alohida e'tibor berilmaydi va an'anaviy yondashuvlar asosida umumiy tarzda olib boriladi. Maktabgacha yoshdagi bolalar funksional tizimlari shakllanishi va harakatlanish qobiliyatlarini rivojlantirish bugungi kunning kechiktirib bo'lmaz muammolardan biri bo'lib, ushbu mavzuning dolzarb ekanligini asoslab beradi.

**Tadqiqot maqsadi:** maktabgacha yoshdagi bolalar funksional tizimlari shakllanishi va harakatlanish qobiliyatlarini rivojlantirishning o'ziga xos xususiyatlarini o'rganish va tahlil qilish.

**Tadqiqotning vazifalari.** Tadqiqot oldiga qo'yilgan maqsaddan kelib quyidagi vazifalarni hal etildi;

- maktabgacha yoshdagi bolalar funksional tizimlari shakllanishi va harakatlanish qobiliyatlarini rivojlantirishning o'ziga xos xususiyatlari bo'yicha ilmiy - uslubiy adabiyotlarni o'rganish va tahlil qilish;
- maktabgacha yoshdagi bolalar funksional tizimlari shakllanishi va harakatlanish qobiliyatlarini rivojlantirishning o'ziga xos xususiyatlarini yoritib berish.

**Tadqiqotning uslublari.** Tadqiqot jarayonida, pedagogik kuzativ nazariy tahlil va umumlashtirish hamda matematik - statistik uslublardan foydalanildi.

**Tadqiqotning muhokamasi.** maktabgacha yoshdagi bolalar funksional tizimlari shakllanishi va harakatlanish qobiliyatlarini rivojlantirishning o'ziga xos xususiyatlari bo'yicha ilmiy - uslubiy adabiyotlarni o'rganish va tahlil qilish natijasida aniqlandiki, maktabgacha yoshdagi bolalar o'ta harakatchan bo'lib yangi harakat ko'nikma va malakalarini egallashlari oson amlga oshiriladi. Ammo mavjud adabiyotlar ushbu mavzuning ma'zmun-mohiyatini to'liq ochib bera olmaydi.

Maktabgacha yoshdagi bolalar funksional tizimlari shakllanishi va harakatlanish qobiliyatlarini rivojlantirishning o'ziga xos xususiyatlari quyidagilardan iborat;

- bolaning birinchi 7 yilida barcha organ va tizimlarning intensiv rivojlanishi tavsiflanadi
- bolalar ma'lum meros biologik xususiyatlari, jumladan, asosiy asab jarayonlarining tipologik xususiyatlari (kuch, muvozanat, harakatchanlik) bilan tug'iladilar, ular faqat aqliy vajismoniy rivojlantirishning asosini tashkil etadi, hayotning dastlabki oylaridan boshlab esa hal qiluvchi omil atrof-muhit va tarbiyadir.

- maktabgacha yoshdagi bolalar salomatligining poydevori qo'yiladi, asab tizimining xususiyatlari aniqlanadi, aql va idrok qilish tarzi rivojlana boshlaydi.

**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

- maktabgacha yoshdagi bolalarda markaziy asab tizimining rivojlanishi morfologik xususiyatlarning jadal shakllanishi bilan xarakterlanadi. Bu yoshdagi shartli reflekslar tez rivojlanadi, lekin darhol o'rnatilmaydi.

- bola rivojlanishi jarayonida ixtiyorsiz diqqatning asosiy mexanizmlari tezroq etiladi va ixtiyoriy diqqatning shakllanishi nutqning rivojlanishi bilan chambarchas bog'liq.

- bola ulg'aygani sari sezuvchi tizimlarning sezuvchanligi ortadi, bu esa vizual tasvirlarni sezish tezligini oshiradi, ko'zni yaxshilaydi, ko'rish maydonini kengaytiradi va rang ko'rishni yuqori darajada mukammallashtirishga erishadi.

- qizlarda 6 yoshdan boshlab o'g'il bolalarga nisbatan yuqori stereoskopik ko'rish qobiliyatiga ega bo'ladilar.

- maktabgacha yoshdagi bolalarda biron bir uzunlik uchun predmetlarning xarakteristikasi ustunlik qiladi. Bu xususiyat maktabgacha bo'lgan davr oxiriga kelib, bolalar uch-o'lchamlilik tushunchasini o'zlashtirmasliklari va shuning uchun idrok qilinayotgan nuqtai nazarga qarab ob'ektning makon koordinatalarini o'rnatishni bilmasliklari bilan bog'liq.

- markaziy asab tizimining rivojlanishi va differentsiatsiyasi (uning etilishi) bilan statik va harakat funksiyalari paydo bo'ladi.

- 5-7 yoshda harakatlarning vaqtinchalik va makon xususiyatlarini tahlil qilish va mushak harakatlari muvaffaqiyatli amalga oshiriladi. Yosh rivojlanishi bilan harakat miqdori, tezligi va harakatlarning fazoviy aniqligini baholash imkonini beruvchi harakat analizatori hosil bo'ladi.

- harakat analizatori organizmning makonda tartibga solishida ham muhim ahamiyatga ega bo'lib, eng murakkab mehnat va sport motorikasiga qadar mutlaqo barcha harakatlar faoliyatining koordinatsionligini ta'minlaydi.

- maktabgacha yoshdagi bolalarda fiziologik tizimlar noaniq ishlaydi va tartibga solish mexanizmlari hali ham nomukammaldir shuningdek organizm faoliyati uchun muhim bo'lgan organlar rivojlanadi va takomillashtiriladi.

- bolalar o'sish davrlari, quvvat va modda almashinuv jarayonlarining sezilarli o'sishi bilan birga, tana vaznining eng katta to'planishi va farqlash jarayonlarining ustunligi bilan birga sekin o'sish bilan almashtiriladi.

- skeletning jadal rivojlanishi hali kuchsiz bo'lgan muskullar, paylar va bo'g'im (ligamentoz/svyazochnoy) apparatlarning rivojlanishi bilan chambarchas bog'liq. Besh yoshga kelib, mushaklarning massasi sezilarli darajada oshadi (ayniqsa, pastki oyoqlarda) va shunga mos ravishda mushaklarning kuchi va ishlashi oshadi.

- 6-7 yoshga kelib tik turish qobiliyati (biomekanik statika) u hali to'liq shakllanmaydi va harakat biomekanikasining evolyusion shakllanishida asosiy bo'lib, notekis takomillashib boraveradi.

- mushak yukining ortishi bilan harakat sifatlarining rivojlanishi va jismoniy tayyorgarlik darajasining oshishi yanada jadallashadi.

- bolalar yurish, yugurish, sakrash kabi mashqlarni tez o'zlashtirib oladilar, ammo mayda mushaklar bilan bog'liq bo'lgan mashqlarni bajarishda biroz qiyinchilik his qiladilar

- maktabgacha ta'lim davrida yurak-qon tomir va nafas olish tizimlari faoliyatini yanada tejamli va samarali faoliyat darajasiga ko'tarishda muhim qayta qurish kuzatiladi. Yurak hajmi kattalashadi, yurak urishi qisqarishining kuchi va qon bosimi ko'tariladi.

- kichik maktabgacha yoshda lokomotor harakatlar koordinatsiyasi va muvozanatni saqlash mexanizmi allaqachon ishlab chiqilgan va nisbatan mustahkam o'zlashtirilgan, biroq, oddiy yurish impulsining biodinamik tuzilmasi xali shakllanmagan bo'ladi.

- 4-6 yoshli bolalarda harakat koordinatsiyasi rivojlanishining darajasi xali past. Harakat ko'nikmalari indikativ, shuningdek, ortiqcha harakat reaksiyalari fonida shakllanadi, farqlash qobiliyati past bo'ladi. Maktabgacha yoshda murakkab sport turlarida jismoniy mashqlar texnikasini dastlabki egallash uchun shart-sharoit yaratiladi.

Umumiy qilib aytadigan bo'lsak, jismoniy tarbiya nazariyasi va uslubiyatida rivojlangan maktabgacha yoshdagi bolalarning jismoniy rivojlanishining ahamiyati to'g'risida rivojlangan hamfikir haqida gapirsak, bu davrda asab-mushak tizimi, yurak-qon tomir va nafas olish tizimlari rivojlanishiga asoslangan barcha organlar va tizimlar tez rivojlanishi kuzatiladi, shu sababli bolaning funksional imkoniyatlari rivojlanib boradi.

**Xulosa.** Adabiyotlarni tahlil qilish shuni ko'rsatdiki, chaqqonlik qobiliyatini rivojlantirish muammosi chuqur nazariy va tajribaviy ishlanmalarga muhtoj. Biz chaqqonlik qobiliyatining fiziologik va psixiy mexanizmlarini o'rganishimiz, turli yosh va jinsdagi bolalarda ushbu sifatni rivojlantirish

**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 darajasini aniqlashimiz, chaqqonlik qobiliyatini rivojlantirishning samarali vosita va uslublarini ishlab chiqishimiz va tajribaviy asoslashimiz muhimligini ko'rsatmoqda.

#### **Adabiyotlar ro'yxati**

O'zbekiston Respublikasi Prezidentining "2017-2021-yillarda maktabgacha ta'lim tizimini yanada takomillashtirish chora-tadbirlari to'g'risida" qarori.

Salamov R.S. "Sport mashg'ulotlarining nazariy asoslari". 2 tom. Darslik. ITA-PRESS. T. 2015 yil. 181 bet.

N.G.Ozolin, D.P.Markov. "Yengil atletika", Toshkent: 1971 yil. 176 bet.

Kuramshin Yu.F. Teoriya i metodika fizicheskoy kultury. Uchebnik. Moskva. – 2010 g.

Karomatovich I. A. PSYCHOLOGICAL AND PEDAGOGICAL SUPPORT OF YOUNG TEAM ATHLETES //Web of Scientist: International Scientific Research Journal. – 2022. – T. 3. – №. 02. – С. 1011-1016.

Ibragimov A. K. DEVELOPING THE PROFESSIONAL COMPETENCE OF TEACHERS AS A PEDAGOGICAL PROBLEM //E-Conference Globe. – 2021. – С. 333-338.

Karomatovich I. A. METHODS OF TEACHING CHILDREN FOR MOVEMENT ACTIVITIES IN THE PROCESS OF PHYSICAL EDUCATION //Web of Scientist: International Scientific Research

Усмонов, Ш. Х., Самадов, С. С., & Фармонов, А. Ч. (2021). Физкультурно-спортивные интересы и мотивационные установки студентов. *Вопросы науки и образования*, (4), 129.

Xujamurodovich, U. S. (2022). CORRECTIONS IN JUMPING IN THE DEFENSIVE BLOCK AGAINST AN OPPONENT IN VOLLEYBALL. *Web of Scientist: International Scientific Research Journal*, 3(1), 442-450.

Azimovna F. M. The quality assessment technology and development techniques in volleyball players //Web of Scientist: International Scientific Research Journal. – 2021. – T. 2. – №. 04. – С. 242-248.

Azimovna F. M. et al. Educational importance of physical education, sports and health measures in higher educational institutions //E-Conference Globe. – 2021. – С. 321-325.

Azimovna F. M. Formation of spiritual and moral values of pupils in physical education lessons //Asian Journal of Multidimensional Research (AJMR). – 2020. – T. 9. – №. 11. – С. 99-103.

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. – С. 470-471.

Салимов, Г. М., Дустов, Б. А., Фарманов, У. А., & Рахмонов, Р. Р. (2020). Показатели констатирующего этапа экспериментальной работы по физическому развитию учеников 7-10 лет общеобразовательных организаций Узбекистана. *Педагогическое образование и наука*, (1), 91-97.

Akmalovich, Dustov Bakhtiyor. "Acmeological peaks of a sports teacher and coach." *Middle European Scientific Bulletin* 11 (2021).

Akmalovich, D. B. (2020). Organization of independent work of students in the process of physical education. *Asian Journal of Multidimensional Research (AJMR)*, 9(11), 120-123.

Safarova Rokhat G. Ways and factors of optimization of the content of general secondary education in today's world // Образование через всю жизнь: непрерывное образование в интересах устойчивого развития. 2012. №2 (eng). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/ways-and-factors-of-optimization-of-the-content-of-general-secondary-education-in-today-s-world> (дата обращения: 09.05.2022).

Мухитдинова Н.М. Абитова Ж.Р. Механизмы интеллектуального развития дошкольников с помощью физических занятий // Проблемы педагогики.- 2020- № 3 (48) с 79-81

Мухитдинова Н.М. Методология физических упражнений и игр в дошкольных образовательных организациях // Проблемы науки-2020-№9 (57) с 81-83

Мухитдинова Н.М. Эшов Э. Improvement of psychology and pedagogical process on physical training // Intellectual Archive 2018 с 93-96

Djurayeva Maxasti Zokirqizi "The emotion training system for atudents of preschool education for sports gymnastics sports competitions" 88-101 betlar. International Journal of Advanced Research in Management and Social Sciences. Vol.1 №2 February 2022

Джураева Махасты Зокировна "Характеристика эмоционально –волевой готовности личности к спортивной деятельности" 169-171 betlar. Россия-Таджикистан –Узбекистан. молодежь и развитие духовной культуры общества: актуальные проблемы и перспективы их решения. 22апреля 2022г.

**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

Маъмуров Б. Б. Бўлажак ўқитувчиларни шахсга йўналтирилган таълим-тарбия жараёнини лойihalашга тайёрлашда қўлланиладиган тамойиллар. Современное образование (Узбекистан), 2017. <https://cyberleninka.ru/article/n/b-lazhak-ituvchilarni-shahsga-y-naltirilgan-talim-tarbiya-zharayonini-loyi-alashga-tayyorlashda-llaniladigan-tamoyillar>

Mamurov B. B. The Need to Prepare Future Teachers to Design a Student-Centered Educational Process. Eastern European Scientific Journal, 2017. <http://journale.auris-verlag.de/index.php/EESJ/article/viewFile/600/596>

Мамуров Б.Б., Махмудов М.Х. Акмеологическая составляющая образовательной культуры учителя. философские и методологические. <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=36679921>

В Mamurov, A Mamanazarov, K Abdullaev, I Davronov. Acmeological Approach to the Formation of Healthy Lifestyle Among University Students. III International Scientific Congress Society of Ambient ..., 2020. <https://www.atlantis-press.com/proceedings/isc-sai-20/125937241>

ББ Мамуров. Акмеологический подход к воспитанию молодого поколения в наследии предков. Педагогическое образование и наука, 2016. [http://www.manpo.ru/manpo/publications/ped\\_obraz/n2016\\_03.pdf#page=147](http://www.manpo.ru/manpo/publications/ped_obraz/n2016_03.pdf#page=147)

Маъмуров Б.Б. Маманазаров А.Б. Условия развитие у будущих учителей навыков проектирования учебного процесса на основе акмеологического подхода. <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=37269472>

Файзиев Я. З., Зиёев Д. Я. У. краткий исторический обзор развития физического воспитания и спорта //Academy. – 2020. – №. 9 (60).

Файзиев Я. З., Кузиева Ф. Эффективности использования национальных средств физического воспитания в учебном процессе //Вестник магистратуры. – 2020. – №. 3-1. – С. 95.

U. A. Fayzieva, M. T. Khikimova. Conditions of effectiveness of pedagogical communication. <https://mbukckslg.ru/en/usloviya-uspeshnogo-pedagogicheskogo-obshcheniya-ego-funkcii-organizaciya.html>

Fayziyeva Umida Asadovna Saidnazarova Gulshan Bolta qizi. “Ta’lim texnologiyalari” fanidan seminar mashg’ulotlarini bajarish bo’yicha metodik ko’rsatma. [http://213.230.96.51:8090/files/ebooks/Iqtisodiyot/TALIM\\_TEXNOLOGIYALARI.pdf](http://213.230.96.51:8090/files/ebooks/Iqtisodiyot/TALIM_TEXNOLOGIYALARI.pdf)