

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

**MAKTABGACHA TA'LIM MUASSASALARIDA ERTALABKI GIMNASTIKA
MASHG'ULOTLARINING O'RNI**

10.53885/edinres.2022.56.36.105

Salimov G'ayrat Muhamedovich

BUXDU. Jismoniy madaniyat fakulteti professori.

Normatov Xasan Isroil o'gli

*JDPI Jismoniy tarbiya va sport mashg'ulotlari nazariyasi va metodikasi yo'nalishi I kurs
magistri.*

Тел: +998883281000

anvarhasanov11111@gmail.com

Аннотация. Ushbu maqolada maktabgacha ta'lim muassasalarida gimnastika mashg'ulotlarni tashkil etish haqida fikrlar bildirilgan.

Калит so'zlar: Ertalabki gimnastika, umumiy chidamlilik, estetik tarbiya, ilk qadam, nafas sistemasi, harakat ko'nikmalari.

Аннотация. В данной статье рассматривается организация занятий гимнастикой в дошкольных учреждениях.

Ключевые слова: Утренняя гимнастика, общая выносливость, эстетическая подготовка, первый шаг, дыхательная система, навыки движения.

Annotation. This article discusses the organization of gymnastics in preschool institutions.

Key words: Morning exercises, general endurance, aesthetic training, first step, respiratory system, movement skills.

Hozirgi kunda mamlakatimizda ta'lim tarbiya tizimini tubdan isloh qilishga alohida e'tibor qaratilmoqda. Farzandlarimizning, barkamol inson yani jismonan baquvvat va ma'nan yetuk insonlar bo'lib ulg'ayishi, ularning qobiliyati va iste'dodini, intellektual salohiyatini yuzaga chiqarish yosh avlod qalbida Vatanga sadoqat va fidoyilik tuyg'ularini yuksaltirish belgilandi.

O'zbekiston Respublikasi Prezidenti Sh.Mirziyoevning 2016 yil 29 dekabrda "2017-2021 yillarda maktabgacha ta'lim tizimini yanada takomillashtirish chora tadbirlari to'g'risida"gi qarorini to'laqonli amalga oshirish, qarorda belgilangan vazifalarning bajarilishi natijasida barkamol shaxs tarbiyasida muxim ahamiyat kasb etuvchi sa'yi harakatlar tizimida bolalarning jismoniy rivojlanishining muxim bosqichi maktabgacha ta'lim yoshidagi bolalarning jismoniy tarbiyasiga alohida e'tibor berish mamlakatimiz uzluksiz ta'lim tizimining bugungi kundagi eng muxim vazifalaridan biri hisoblanadi [1].

“Harakatlar strategiyasidan — Taraqqiyot strategiyasi sari” tamoyiliga asosan ishlab chiqilgan quyidagi yettita ustuvor yo'nalishdan iborat 2022—2026-yillarga mo'ljallangan Yangi O'zbekistonning taraqqiyot strategiyasi va uni “Inson qadrini ulug'lash va faol mahalla yili”da amalga oshirishga oid davlat dasturi tasdiqlandi.

Dasturda maktabgacha ta'limdagi qamrov darajasini hozirgi 67 foizdan kamida 80 foizga yetkazish;

- 2022/2023-yillarda 6 yoshli bolalarni maktabgacha tayyorlov tizimi bilan qamrab olish darajasini 90 foizga, 2024/2025 o'quv yili yakuniga qadar 100 foizga yetkazish;

- Maktabgacha ta'lim tizimiga xususiy sektor mablag'larini jalb qilish orqali 7 mingdan ziyod yangi nodavlat maktabgacha ta'lim tashkilotlarini tashkil etish;

- **Maktabgacha ta'lim tizimida ta'lim sifatini yangi bosqichga olib chiqish;**

- Bog'cha xodimlarining professional tayyorgarligi va mahoratini oshirib borishning takomillashtirilgan tizimini joriy etish;

- 2022—2026-yillarda 160 mingdan ziyod pedagog kadrlarning malakasini oshirish;

- Maktabgacha ta'lim-tarbiya jarayonlarini ilmiy asoslangan yondashuvlar asosida takomillashtirish;

- **Maktabgacha ta'lim tizimida budget mablag'larining maqsadli va samarali sarflanishini ta'minlash;**

Maktabgacha ta'lim tizimida moliyaviy jarayonlarning shaffof tarzda amalga oshirilishi uchun zarur sharoitlarni yaratish [2].

Bugungi kunda maktabgacha ta'lim muassasalarida bolalarning jismoniy rivojlantirish va jismoniy tayyorgarlik darajasiga talablar oshirilmoqda. “Ilk qadam” maktabgacha ta'lim muassasasining Davlat o'quv dasturida belgilangan. “Jismoniy rivojlanish va sog'lom turmush tarzini shakllantirish” sohasi kompetensiyalari qaratilgan talablarida:

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

“Jismoniy rivojlanish va sog'lom turmush tarzinining shakllanishi” sohasidagi o'quv-tarbiyaviy faoliyat yakunlangandan so'ng 6-7 yoshli bola

- o'z imkoniyatlari va yoshi bilan bog'liq jismoniy rivojlanish me'yorlariga mos ravishda jismoniy faollik ko'rsatadi;

- turli harakatchanlik faolligini uyg'un ravishda va maqsadli bajarishni biladi;
- turli hayotiy va o'quv vaziyatlarda mayda harakat ko'nikmalaridan foydalanadi;
- o'z harakatlarini hissiyot va sezgi organlari yordamida boshqaradi;
- shaxsiy gigiena malakalarini qo'llaydi;
- sog'lom turmush tarzi va ovqatlanish asoslarini biladi;
- xafsiz xayotiy asoslari qoidalariga rioya qiladi;

Jismoniy rivojlanish va sog'lom turmush tarzining shakllanishida bolalar o'z imkoniyatlaridan va yoshi bilan bog'liq jismoniy rivojlanish me'yorlariga mos ravishda faollik ko'rsatadi [3].

Maktabgacha ta'lim mussasalarida tarbiyalanuvchilar uchun mo'ljallangan sportga oid ko'ngilochar mashqlar. Harakatli o'yinlar jismoniy mashqlar, sayrga olib chiqishlar, gimnastika turiga xos mashg'ulotlar tavsiya etiladi. Gimnastik mashqlardan unumli foydalanish bolalarni barcha bajaradigan harakatlarni aniq va ravshan bajarishga odatlantiradi. Ertalabki gimnastikaning ahamiyati rang-barang u organizmning hayot faoliyatini yaxshilaydi. Ertalabki gimnastika to'g'ri qaddi-qomatni tarbiyalashga ta'sir etib, nafas olishni chuqurlashtiradi, qon aylanishini kuchaytiradi, modda almashishiga yordam beradi [4].

Ertalabki gimnastika bolalarda diqqatni, maqsadga intiluvchanlikni tarbiyalaydi, aqliy faoliyatini oshishga yordam beradi, emotsiya va quvonch tuyg'ularini uyg'otadi. Bolalarning jismoniy mashqlarni ochiq havoda yoki derazalari ochiq xonada o'tkaziladi. Ertalabki gimnastika majmuasi uchun mashqlar tanlanadi. Tanlab olingan mashqlar har kuni foydalanish uchun kompleks holda tuziladi. Kompleks uchun mashqlarni tanlash organizmning hayot faoliyatini oshirishni ko'zda tutadi.

Sog'lomlashtirish va tarbiyaviy vazifalarni amalga oshirish uchun ertalabki gimnastika aniq belgilangan vaqtda o'tkazilishi zarur. Ertalabki gimnastika birinchi kichik guruxdan boshlab, joriy etiladi. Har kuni ertalabki gimnastika majmui odatda 7 kun davom etadi. Bu vaqt ichida majmuaga mashq vazifalariga yaqin variantlar kiritilishi, foydalaniladigan qo'llanmalar o'zgartirilishi mumkin. Gimnastikaning har bir gurux bilan o'tkazish izchilligi umuman tartibga ko'ra belgilanadi [5].

Turli yoshdagi bolalarni barcha umumiy bo'lgan mashqlarni bajarish uchun birlashtirish mumkin emas, bunday hollarda yosh jixatdan kichik bolalar birmuncha kattaroq bolalarga mo'ljallangan qiyin mashqlarni bajaradilar va toliqib qoladilar, katta yoshlilar esa kichkintoylarga mo'ljallangan mashqlarni bajarganlarda ularning topshiriqlarga nisbatan qiziqishlari yo'qoladi va tegishli jismoniy yuklama olmaydilar. Bolalarda erta yoshdan boshlab ertalabki gimnastika mashqlarini bajarish odatini shakllantirish zarur, Ertalabki gimnastika mashqlarini 3-4 yoshdan boshlab o'rgatish mumkin. Maktabgacha yoshdagi bolalarning umumiy chidamliligini aniqlashga doir tadqiqotlar (yugurish hamda sakrashga oid mashqlar misolida) bu yoshdagi bolalarning yurak-qon tomir va nafas sistemasini qo'shimcha imkoniyatlari yetarli darajada ekanligini ko'rsatadi.

Xulosa o'rinda shuni takidlash joizki xozirgi sharoitda ta'lim bilan tarbiya birligini, bolalarning g'oyaviy siyosiy, mexnat, axloqiy, estetik tarbiyasi va jismoniy rivojlanishiga aloxida yondashish maktabgacha ta'lim mussasalarida jismoniy tarbiya jarayonini takomillashtirish amaliyotida mashg'ulotni samarali o'tkazishda kattalarning munosabati juda muxim, ko'tarinki kayfiyat bardamligi, faol harakatlarni to'g'ri ko'rsatmalar bolalar faolligini oshiradi, tez tolqishlarni oldini olish g'oyat muxim vazifadir. Bu vazifalarni amalga oshirish maktabgacha ta'lim mussasasi tarbiyachisi, uslubchisi jismoniy tarbiya instruktoridan katta ma'suliyat talab etadi. Buning uchun “Ilk qadam” maktabgacha ta'lim Davlat o'quv dasturini o'quv-tarbiyaviy faoliyatini tashkil qilish va amalga oshirishni, tegishli bilimlar berishni tashkil etishni pedagogik-psixologik bilimlarga ega bo'lishni talab etadi.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining “2016 yil 29 dekabrda 2017-2021 yillarda maktabgacha ta'lim tizimini yanada takomillashtirish chora-tadbirlari to'g'risida”gi PQ-2707 sonli qarori Toshkent 2016.

2. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2022-yil 28-yanvardagi PF-60-son.

3. O'zbekiston Respublikasi maktabgacha ta'lim vazirligi “Ilk qadam” maktabgacha ta'lim muassasasining Davlat o'quv dasturi Toshkent 2018.

4. T.Usmonxo'jaev, X.Meliev Maktabgacha ta'lim mussasalarida jismoniy tarbiya mashg'ulotlari o'quv qo'llanma Toshkent 2004.

5. F.Q. Axmedov Harakatli o'yinlarni tashkil qilish va o'rgatish yo'llari Toshkent 2009.

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

6. 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.

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

8. 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.

9. Ibragimov A. K. Catalog of training tasks for training special endurance of young girl handball players. *Academicia: An International Multidisciplinary Research Journal*. Year: 2020, Volume: 10, Issue: 11. P: 486-492. DOI: 10.5958/2249-7137.2020. 01410. X.

10. 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).

11. Ashrapovich, N. F. (2021). Determination of physical development of primary school students through national movement games. *Middle European Scientific Bulletin*, 11.

12. 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.

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

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

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

16. 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