

**МАКТАБГАЧА ТАЪЛИМ ТАРБИЯЛАНУВЧИЛАРНИ РИВОЖЛАНИШИДА  
ЖИСМОНИЙ МАШҒУЛОТЛАРНИНГ ЎРНИ.**

**10.53885/edinres.2022.90.29.067**

**Гулбоев Акбар Тўхтаевич**

**БухДУ Педагогика факультети педагогика кафедраси доценти.**

**Таянч сўзлар:** жисмоний тарбия, оммавий спорт, спорт иншоотлари, спорт майдон, клублари, халқ миллий ўйинлар, ахлоқий, иродавий, ёшларда ҳаракатли ўйинларни ривожланиш.

**Ключевы слова:** физической воспитания, массовый спорт, спортивный сооружение, спортивный площадка, тренажёр, народный национальных игры, психологической, подвижный игры

**Key words:** Physical education, sports, sport Facilities, sports Field, The national game of the people moral, action game development.

**Аннотация:** Мақолада мактабгача ёшдаги болаларда жисмоний тарбия ва оммавий спорт ишларини ташкил қилиш томонлари асосланган ҳолатда очиб берилган.

In the article is demonstrated in the organization of mass sports of the population and they are based on place of residence revealed that the side of position

Мактаб ёшидаги болаларда жисмоний тарбия жараёни биз педагоглардан мактабда ишлаш учун жисмоний тарбиянинг асоси нималардан иборатлиги, унинг мазмуни, ташкил қилинишини, болаларни ҳаракатга ўргатиш методикасини билишни талаб қилади».

Мактаб ёшидаги болаларда *жисмоний тарбия* жараёнининг мақсади аста-секинлик билан уларни жисмоний камолотга эришиши ва шу аснода ҳаётга, ижодий меҳнатга ва Ватан муҳофафасига тайёрлашни назарда тутди.

Ўқувчилар жисмоний тарбияси жараёнида *умумий ва хусусий вазифалар* ҳал қилинади.

*Умумий вазифалар* – билим бериш, жисмонан тарбиялаш ва соғломлаштиришдан иборат бўлиб, хусусийлари эса жисмоний тарбиядан Давлат таълим стандарти дастуридаги махсус вазифалар тарзида ҳал қилинади.

*Хусусий вазифаларга* қуйидагилар киради:

- 1) ўқувчилар организмнинг соғлигини мустаҳкамлаш, ривожлантириш ва чиниқтириш;
- 2) турли хилдаги меҳнат фаолиятига тайёр бўлиш учун шу ёшга хос бўлган жисмоний сифатларни ривожлантириш;
- 3) ҳаёт учун керакли ҳаракат малакалари ва кўникмаларини ривожлантириш ва кейинчалик керак бўладиганлари билан қуроллантириш;
- 4) ўқувчиларга жисмоний маданиятга оид янги билимларни бериш;
- 5) ўқувчиларни жисмоний машқлар билан мунтазам шуғулланишига қизиқтириш ва унга одатни шакллантириш;
- 6) ўқувчиларни жисмоний маданият фаоллари қилиб тарбиялаш ва бу билан уларда ташкилотчилик қобилиятини тарбиялашдек вазифаларни ҳал қилади.

Бу вазифалар маънавий тарбиянинг элементлари ҳисобланган ахлоқий руҳий эстетик ва меҳнат тарбияларининг вазифалари билан биргаликда ўқувчиларни ёшини улғайиши, жисман тайёргарлигига қараб ўқитишнинг айрим этапларида аниқликлар киритилади.

Мактаб ёшининг 11 ёшлиларда (4 синфлар) организми табиий ривожланишида бўлади. Биз уни гармоник ривожланишини йўлга қўйишимиз керак бўлади. Марказий нерв тизимидаги бошқариш функцияси, ҳаракат таянч аппарати фаолияти ишини, юрак-томир, нафас олиш органлари ишини янада ривожлантиришга эътибор берилади, булардан ташқари қоматни тўғри тута билишга ўргатилади. Бу жараёнга шахсий гигиена қоидаларига оид билимлар қўшиб бериш билан тарбия жараёни йўлга қўйилади.

Жисмоний тарбиянинг *жисмоний билимлар бериш вазифаси* ҳаётда учрайдиган ҳаракат малакаларини рационал техникаси билан таништириш (гимнастика, енгил атлетика, спорт ўйинлари, велосипедда юриш ва спорт тактикаси)га оид оз бўлса ҳам назарий тушунча беришдир.

Бу даврда болаларни «Алпомиш» ва «Барчиной» махсус тестининг талаблари ва нормаларини топширишга тайёрлаш йўлга қўйилади. Жисмоний машқлар билан шуғулланиш натижасида спорт маҳоратини ошаётганлигини, жисмоний маданиятни жамиятдаги роли ва аҳамиятини тушунтириш жараёни йўлга қўйилади. Аста секинлик билан ташкилотчилик қобилияти такомиллаштирилади, мусобақа қоидалари ўзлаштирилади, ҳакамлик қилиш

**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

малакалари ривожлантирилади ва чиниктириш мақсадида табиатнинг соғломлаштирувчи кучларидан фойдаланишга ўргатиш лозим бўлади.

**Жисмоний тарбия воситалари.** 7-8 ёшдаги болалар жисмоний тарбияси учун асосий восита қилиб асосий гимнастика, енгил атлетика, ҳаракатли ўйинлар, экскурсия ва саёҳат ҳамда табиат қўйнида ўйналадиган ўйинлар ва жисмоний машқлар олинган. Бу ёшдагиларда сузиш, теннис бўйича мунтазам машғулотлар уюштириш мумкин. Соғлиги ёмонлашган болаларга махсус машғулотлар – даволаш гимнастикаси тарзидаги ёки махсус тиббий гуруҳга ажратилган болалар учун алоҳида машғулотлар йўлга қўйилади.

Ўқув ишлари – ўқувчи жисмоний тарбиясини ташкиллашнинг асосий шакли бўлиб, мактаб жисмоний тарбия тарзида уюштирилади. **Дарс – жисмоний тарбия машғулотларининг тизимли шакли бўлиб, бир хил ёшдаги, бир хил контингентдаги болаларга белгиланган вақт ичида дастур мавзуларини ўқитиш жараёни тушунилади.**

Жисмоний тарбия жараёни бир йиллик эмас. Мазмуни ва ташкилланишини турли туманлиги билан характерланадиган машғулотлар, дарслар туркуми орқалигина тарбиянинг бу йўналишида маълум натижаларга эришишни мақсад қилиб қўйиш мумкин. Ҳар бир дарсда алоҳида вазифалар ҳал қилинади. Олдин ўқитилган (ўргатилган)ни ва кейин ўқитиладиган мавзулари бир бири билан ҳаракатнинг айрим ёки бўлаклари билан албатта боғланиши ва тузилиши билан фарқланади ҳамда белгиланган тизим асосида олиб борилади.

Жисмоний тарбия дарсларининг характерли томони шундаки, у махсус тайёргарликка эга бўлган мутахассис томонидан жисмоний ривожланганлиги ва тайёргарлиги тахминан бир-бирига яқин контингент билан бир неча йилга мўлжалланган дастур асосида ҳамда маълум тизимга солинган жадвал асосида ташкилланади. Дарслар умумий жисмоний тарбия жисмоний тайёргарлиги ва спорт ихтисослигини йўлга қўйиш мақсадида ўтказиладиган машғулотларнинг тизимли ва нисбатан тежамли, самарали шаклидир.

Жисмоний машқлар билан шуғулланиш машғулотларнинг бошқа типик формалари ўзининг даврийлиги, тизимли эмаслиги, фақат бир маротабалилиги, индивидуаллиги билан дарслардан тубдан фарқланади.

Кўпинча машғулотларнинг юқорида қайд қилинган шакллари дарсни тўлдиради ва уни хусусий ва умумий вазифаларини тўлдиришда қўшимча рол ўйнайди. Лекин улар аҳолини физкултура бўйича маолум даражадаги талабларни тўла қондириб мустақил аҳамият касб этади.

#### 1. АДАБИЁТЛАР:

1. Абдиев А. Н., Шин В.А. Типовые упражнения, направленные на специализирование реактивных боксеров в индивидуальной работе «на лапах». Педагогик таълим. // (илмий-назарий ва методик журнал). №5 Тошкент 2003, 69-70 б.

2. Азимов И.Г., Расулова Э.Р., Хамрақулов А.К. «Физическая культура и спорт как фактор гармонического развития личности», // Тезисы. / Карши 1990 г. 67-с.

3. Алькова С.Ю. «Реализация дифференцированного подхода в физическом воспитании на основе субъектного опыта студентов». Москва, Теория и практика физической культуры. 2003 г. 10-12 с.

4. Артюхов М.В. «Дифференцированное обучение в условиях промышленно развитого региона», Авт. Новокузнецк – 1996 г, 235- с.

5. Бадаева З.Х. Методика занятий с девочками на уроках физической культуры в 5-7 классах сельских школ Узбекистана. Авторефер. дис..., канд.пед.наук. , Т., 1994. 14-22 с.

6. Бойбобоев Б. Г. Дозирования нагрузок на уроках физической культуры для подростков 11-14 лет. Авт. Дисс ...к.п.н. Т., 1999. 24 с.

2. ББ Маъмуров. Аксиологический подход в подготовке будущих педагогов к проектированию учебного процесса.

[https://scholar.google.com/citations?view\\_op=view\\_citation&hl=ru&user=SqSdKDAAAAAJ&citation\\_for\\_view=SqSdKDAAAAAJ:W7OEmFMyIH9C](https://scholar.google.com/citations?view_op=view_citation&hl=ru&user=SqSdKDAAAAAJ&citation_for_view=SqSdKDAAAAAJ:W7OEmFMyIH9C)

3. ББ Маъмуров. МЫСЛИТЕЛИ ВОСТОКА О ГАРМОНИЧНО РАЗВИТОЙ ЛИЧНОСТИ.

[https://scholar.google.com/citations?view\\_op=view\\_citation&hl=ru&user=SqSdKDAAAAAJ&citation\\_for\\_view=SqSdKDAAAAAJ:Y0pCki6q\\_DkC](https://scholar.google.com/citations?view_op=view_citation&hl=ru&user=SqSdKDAAAAAJ&citation_for_view=SqSdKDAAAAAJ:Y0pCki6q_DkC)

4. А Маманазаров, В Мамуров, В Мадримов, М Маманазаров, G Ulmasova.

Гуманитарные Основания Личностного Развития Студентов В Образовательном Процессе По Физической Культуре.

**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

[https://scholar.google.com/citations?view\\_op=view\\_citation&hl=ru&user=SqSdKDAAAAAJ&citation\\_for\\_view=SqSdKDAAAAAJ:u-x6o8ySG0sC](https://scholar.google.com/citations?view_op=view_citation&hl=ru&user=SqSdKDAAAAAJ&citation_for_view=SqSdKDAAAAAJ:u-x6o8ySG0sC)

5. ББ Маъмуров. Основные требования к качеству высшего педагогического образования. <https://cyberleninka.ru/article/n/osnovnye-trebovaniya-k-kachestvu-vysshego-pedagogicheskogo-obrazovaniya>

6. ББ Маъмуров. Нравственно-эстетическое воспитание учащихся средствами литературных произведений. [http://www.irbis-nbuv.gov.ua/cgi-bin/irbis\\_nbuv/cgiirbis\\_64.exe?I21DBN=LINK&P21DBN=UJRN&Z21ID=&S21REF=10&S21CNR=20&S21STN=1&S21FMT=ASP\\_meta&C21COM=S&2\\_S21P03=FILA=&2\\_S21STR=Otros\\_2018\\_4\\_9](http://www.irbis-nbuv.gov.ua/cgi-bin/irbis_nbuv/cgiirbis_64.exe?I21DBN=LINK&P21DBN=UJRN&Z21ID=&S21REF=10&S21CNR=20&S21STN=1&S21FMT=ASP_meta&C21COM=S&2_S21P03=FILA=&2_S21STR=Otros_2018_4_9)

7. ББ Маъмуров. Нравственно-эстетическое воспитание учащихся средствами литературных произведений. [http://www.irbis-nbuv.gov.ua/cgi-bin/irbis\\_nbuv/cgiirbis\\_64.exe?I21DBN=LINK&P21DBN=UJRN&Z21ID=&S21REF=10&S21CNR=20&S21STN=1&S21FMT=ASP\\_meta&C21COM=S&2\\_S21P03=FILA=&2\\_S21STR=Otros\\_2018\\_4\\_9](http://www.irbis-nbuv.gov.ua/cgi-bin/irbis_nbuv/cgiirbis_64.exe?I21DBN=LINK&P21DBN=UJRN&Z21ID=&S21REF=10&S21CNR=20&S21STN=1&S21FMT=ASP_meta&C21COM=S&2_S21P03=FILA=&2_S21STR=Otros_2018_4_9)