

**MAKTABGACHA TARBIYA YOSHIDAGI BOLALARNI O'YINLAR  
YORDAMIDA JISMONIY JIHATDAN  
TARBIYALASHNING MUHIM VAZIFALARI**  
10.53885/edinres.2021.85.83.077

***N.M.Muxitdinova***

*Buxoro davlat universiteti, Buxoro, O'zbekiston*

***D.T. Olloyorova***

*Buxoro davlat universiteti, Buxoro, O'zbekiston*

**ВАЖНЫЕ ЗАДАЧИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ДЕТЕЙ  
ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ПОСРЕДСТВОМ ИГР**

***Н.М.Мухитдинова***

*Бухарский государственный университет, Бухара, Узбекистан*

***Д.Т.Оллоёрова***

*Бухарский государственный университет, Бухара, Узбекистан*

**PRESCHOOL CHILDREN PHYSICALLY THROUGH GAMES IMPORTANT TASKS OF  
EDUCATION**

***N.M.Muxitdinova***

*Bukhara State University, Bukhara, Uzbekistan*

***D.T. Olloyorova***

*Bukhara State University, Bukhara, Uzbekistan*

**Annotatsiya:** Mazkur maqolada maktabgacha yoshdagi bolalarni o'yinlar yordamida jismonan rivojlantirishning o'ziga xos yo'llari hamda vazifalari ochib berilgan.

**Kalit so'zlar:** maktabgacha ta'lim, sport, jismoniy tarbiya, jismoniy rivojlanish, jismoniy sifatlar.

**Аннотация:** В данной статье описаны конкретные способы и задачи физического развития дошкольников с помощью игр.

**Ключевые слова:** дошкольное образование, спорт, физическое воспитание, физическое развитие, физические качества.

**Annotation:** This article describes specific ways and tasks of physical development of preschoolers with the help of games.

**Key words:** preschool education, sports, physical education, physical development, physical qualities.

**Dolzarblik**

Umuminsoniy qadriyatlarining milliy mohiyati bo'lmish sport va jismoniy tarbiya davlat siyosatiga aylangan istiqbol zamonida sog'lom avlodni tarbiyalash va shakllantirish bosh vazifalardan hisoblanadi. Bu jismoniy tarbiya va sport borasidagi milliy konsepsiyasining asosiy mohiyatidir. Respublikadagi jismoniy madaniyat jamoalari sport klublari, sport jamiyatlari va turli vazirliklar, davlat idoralaridagi jismoniy tarbiya va sport ishlarini tashkil qilish, qiziqarli sport musobaqalarini uyushtirish, yuqori sport natijalariga erishishda alohida o'rin tutadi.

Mamlakatimizda shaxsni har tomonlana va garmonik rivojlantirish, shu jumladan yosh avlodning jismoniy jihatdan baquvvat bo'lib o'sishi uchun barcha sharoitlar yaratib berilgan. Moddiy farovonlik darajasining oshayotgani, tibbiy muassasalari, dam olish uylari, sanatoriyalar, bolalar oromgohlarni tashkil etilganligi O'zbekiston aholisining sog'ligini mustahkamlash va ularning jismoniy tomondan rivojlantirish yo'lida qilinayotgan ishlarining bir bo'lagidir.

**Tadqiqot maqsadi:** Bolalar organizmini jismoniy o'yinlar hamda mashqlar yordamida jismoniy va aqliy jihatdan rivojlantirish maqsadida turli mashq va o'yinlar kompleksining asosiy vazifalarini belgilash.

**Tadqiqot o'z oldiga quyidagi vazifalarni qo'yadi:**

- maktabgacha yoshdagi bolalarni jismoniy mashqlar hamda o'yinlar yordamida intellektual rivojlantirish mexanizmlarini ishlab chiqish ijtimoiy pedagogik zaruriyat ekanligini asoslash;

- jismoniy mashqlar yordamida bolalarni psixologik yo'nalishlari jismoniy va aqliy xususiyatlarini aniqlash;

- jismoniy tarbiya mashg'ulotlari jarayonida qo'llanadigan jismoniy mashqlar hamda o'yinlarning metodik imkoniyatlarini belgilash

- jismoniy tarbiya mashg'ulotlari jarayonida bolalarni intellektual jihatdan rivojlantiruvchi jismoniy mashqlarning samadorligini aniqlash hamda zamonaviy mexanizmlar asosida ilmiy metodik tavsiyalar ishlab chiqish.

**Tadqiqot metodi:** maktabgacha yoshdagi bolalarni mashq va o'yinlar yordamida intellektual rivojlanishini o'rganish maqsadida turli xorij hamda mahalliy adabiyotlarni nazariy tahlil qilish hamda umumlashtirish

**Tadqiqot natijasi hamda muhokamasi:** Bola organizmining mustahkam bo'lishi va rivojlanishi uning ya'ni organizmini chiniqtirish bilan chambarchas bog'liqdir. Jismoniy tarbiya tizimining barcha bo'g'inlaridagi yagona maqsad: bolalarni hayotga, mehnat va Vatan himoyasiga tayyorlash ishini amalga oshirishdir. Maktabgacha tarbiya yoshidagi bolalarni jismoniy tarbiyalashning vazifalari ularni yosh xususiyatlarini hisobga olgan holda beriladi. O'yinlar bolalarning harakat faoliyati jismoniy rivojlanishiga, harakat ko'nikmalari va jismoniy sifatlarining shakllanishiga, organizmning funksional faoliyatini oshirgan va emotsional quvnoqlik tuyg'ularini kuchaytirgan holda salomatlikni mustahkamlashga ijobiy ta'sir etadi. Ular bolalarda muayyan aqliy va jismoniy kuchini va shu bilan birga o'yinga nisbatan ortib boruvchi qiziqishini talab qiladi. Bolalarning o'yinlari va mashqlariga katta ahamiyat beriladi. Jismoniy tarbiya mashg'ulotlari bolalarni jismoniy mashqlarga muntazam o'rgatishning asosiy shaklidir. Bolalarning kundalik hayotida jismoniy tarbiya bo'yicha ishni tashkil etishda harakatli o'yinlar maktabgacha tarbiya yoshidagi bolalarning asosiy harakat faoliyatini tashkil etadi.

Mamlakatimiz rahbari Sh.M.Mirziyoyevning "Maktabgacha ta'lim tizimini boshqarishni takomillashtirish chora-tadbirlari to'g'risida"gi qarorida maktabgacha ta'lim tizimini yaxlit uzluksiz ta'lim tizimining muhim bo'g'ini sifatida yanada takomillashtirish, maktabgacha ta'lim muassasalari tarmog'ini kengaytirish hamda moddiy-texnika bazasini mustahkamlash, ularni malakali pedagog kadrlar bilan ta'minlash, bolalarni har tomonlama intellektual, ma'naviy-estetik va jismoniy rivojlantiruvchi zamonaviy ta'lim dasturlari va texnologiyalarini ta'lim-tarbiya jarayoniga joriy etish, ularning maktabga tayyorgarlik darajasini tubdan oshirish masalalari nazarda tutilgan. Shu o'rinda Respublikamizda bolalarni jismoniy tarbiyalashning ilmiy asoslangan zamonaviy tizimlari, shakl va uslublari joriy etilgan bo'lib, bu sohada muhim vazifalar belgilab berilgan. [1]

Organizmga har tomonlama tanlab ta'sir ko'rsatuvchi mashqlar hamda o'yinlarning turli- tumanligi bog'cha bolalarining yosh o'zgarishiga, sog'ligiga va jismoniy tayyorgarligiga, rivojlanishiga, jinsiga qarab tuzilmog'i kerak. Bog'cha yoshidagi bolalarning har tomonlama rivojlanishiga e'tibor berar ekanmiz, albatta, ularning harakatlariga, ya'ni oddiy yurish, yugurish o'tirish, uloqtirish, tepish, sakrash, tirmashish kabi harakat malakalarini hisobga olish kerak. Harakat malakalari bolalarning kundalik harakatlarida seziladi. Salomatlik poydevorini aynan yoshlik chog'idan ko'rilishi kerak. Salomatlikka ham faol harakatning ta'siri kattadir. Ma'lumki, bola kattalarning, ya'ni otionalarning, tarbiyachilarning bevosita ta'siri natijasida, mustaqil harakat jarayonida va uni qamrab olgan muhitdan oladigan axborot ta'sirida katta bo'la boshlaydi.

Maktabgacha tarbiya yoshidagi bolalarda harakatlar yanada aniqlashadi, o'zaro harakatlarning moslashuvi tiklanadi. 5-6 yoshli bolalar ko'proq harakat qiladilar, o'zini-o'zi tuta biladi. Shuning uchun o'z harakat a'zolaridan mohirlik bilan foydalanadilar. Ularning harakatlari yetarli darajada uyg'unlashgan hamda aniq bo'ladi. Ular bu harakatlarni tevarak-atrofdagi sharoitga qarab bir-biriga muvofiqlashtira oladilar. Kichik yoshdagi bolalarda ya'ni 3 yoshli bolalarda bilim doirasi tor bo'lganligi sababli, diqqati doimo chalg'ib turadi. Shuning uchun bolalarga oddiy va ular tushunadigan o'yinlarni o'rgatish lozim bo'ladi. Bunday o'yinlarda qush va hayvonlar yoki ularning rasmlari, o'yinchoqlar, ertaklardan foydalanish maqsadga muvofiq bo'ladi. Shu yoshdagi bolalarni o'yinlarga o'rgatishda mashqlar katta ahamiyatga egadir. Bunday o'yinlarda bolalarga oddiy topshiriqlar, harakatlar masalan bayroqchani olib kelish, koptokga yetib olish kabi topshiriqlar beriladi. Harakatlar esa (yurish, yugurish va boshqalar) bolalarga tanish hamda qiynalmasdan bajariladigan bo'lishi lozim. Mazmuni bolalarga tanish va harakatlarga singdirib yuborilgan o'yinlarni kichkintoylar qiziqish bilan o'ynaydilar. Bu esa kichkintoylarning harakat faoliyatini rivojlantirish ularni ochiq joyda to'g'ri yurishga o'rgatishga katta ahamiyatga ega bo'ladi, faollik va mustaqillikni tarbiyalashga yordam beradi. Bu o'yinlar albatta bolaning ma'naviyatiga jismoniy rivojlanishiga ta'siri bo'lmog'i lozim.

Bolalarda harakat qilib borayotgan buyumlar havoda qanday joylashganligini, shu jumladan bir joydan ikkinchi joyga o'tayotgan kishining gavdasi qanday holatda turganligini farqlay olish imkoniyati o'sib boradi. Bolalar sheriklari yugurib borayotganda uning gavdasi qay holatda ekanini, bolalar muvozanat saqlash mashqni bajarayotganda, velosipedda yurib ketayotganda va hokazo harakatlarni bajarish jarayonida gavda a'zolarining o'zaro nisbati qanday o'zgarib borishi haqida tushuntirib bera oladilar. Ular tezlikni, harakat yo'nalishini, tezligini marom o'zgarishlarini farqlay oladilar. Bola harakatini izchillik bilan kuzatib (tarbiyachining yordami bilan) harakatning turli-tuman bosqichlarini ajrata oladi, harakatning sifati va miqdori natijasi uchun bu bosqichlarning ahamiyatini tushuntirishga intiladi. Ular harakatlar to'g'risida aniq-yorqin tasavvur hosil qilishga yordam beradi, moslik va uyg'unlik jihatdan murakkab bo'lgan harakatlar qoidasini bolalar tomonidan o'zlashtirishga olib keladi. Masalan bolalar yugurib kelib uzunlikka va balandlikka sakrab, oyoq uchida yugurish chog'ida burilish mahoratini va hokazolarni egallab oladilar. [2]

Bunda shuni hisobga olish kerakki, bolaning yaxshi natijalarga erishishiga intilib qilgan harakatlari hamisha ham uning imkoniyatlariga mos kelavermaydi. Shuning uchun jismoniy tarbiya yo'riqchisi juda xushyor, sezgir bo'lishi va me'yoridan ortiq zo'riqishga yo'l qo'ymasligi kerak.

Xulosa qilib aytganda yurtimiz qudrati, jamiyat ravnaqi kelajagimiz egalari bo'lgan bolalarning ham jismoniy, ham ma'naviy jihatdan sog'lomligiga bog'liqdir.

Bugungi kunda Vatan taraqqiyoti, yurt tinchligi, farovon hayotga erishish, xalqaro maydonda munosib o'rin egallashdek ezgu maqsadlarga yetishish yo'lida biz tayanchimiz va suyanchimiz bo'lmish yoshlarimizni beqiyos orzu - umidlar bilan qaraymiz. Biz uchun davlat siyosati darajasiga ko'tarilgan ustuvor vazifa- nafaqat ma'naviy yetuk, zukko va bilimdon, shu bilan birga sport va kurash maydonlarida toblangan, qiyinchiliklarni yengishga qodir, iroda va e'tiqodi baquvvat, bellashuvlarda chiniqqan mard farzandlarni tarbiyalash- bu bir- birini to'ldiradigan, bir-biridan ajralmas yagona maqsaddir. Jismoniy tarbiya va sport yurtimizning har qaysi shahar va qishlog'iga, har bir xonadonga kirib borishiga erishish, shu asosida hayotimizda sog'lom turmush tarzini qaror toptirish bizning oliyjanob intilishlarimizning uzviy bir qismiga aylanishi zarur.

#### **Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati**

1. "Maktabgacha ta'lim tizimi boshqaruvini tubdan takomillashtirish chora-tadbirlari to'g'risida"gi 30.09.2017 y. PF 5198 sonli Farmoni

2. Muxitdinova N.M. “Bolalar jismoniy tarbiyasi” Buxoro “Sharq durdona” O’quv qo’llanma 2021 y 334 bet

3. Davronov N. I. Development of physical qualities of children in the heritage of our ancestors //European Journal of Research and Reflection in Educational Sciences Vol. – 2020. – T. 8. – №. 3.