MAKTABDA JISMONIY TARBIYADA SPORT O‘YINLARINING AHAMIYATI

Turg‘unov Husniddin Husan o‘g‘li - “Jismoniy madaniyat” ta’lim yo‘nalishi
17-23 guruh talabasi
Husniddinthm@gmail.com

Annotatsiya. Mazkur ishda maktabda jismoniy tarbiya jarayonida sport o‘yinlarining o‘rni va ahamiyati yoritilgan. Tadqiqotda sport o‘yinlari orqali o‘quvchilarning jismoniy faolligini oshirish, ularni sog‘lom turmush tarziga yo‘naltirish, shuningdek, ijtimoiy va psixologik rivojlanishiga ta’siri tahlil etilgan. Sport o‘yinlari o‘quvchilarda chaqqonlik, epchillik, bardoshlik kabi jismoniy sifatlarni rivojlantirish bilan birga, jamoada ishlash, tartib-intizom, g‘alabaga intilish, raqobatbardoshlik kabi ijtimoiy ko‘nikmalarni ham shakllantirishda muhim vosita hisoblanadi. Ishda sport o‘yinlarining turlari, ularni dars jarayoniga samarali kiritish metodikasi hamda yoshga mos tanlash prinsiplari yoritilgan.

Kalit so‘zlar: Jismoniy tarbiya, sport o‘yinlari, maktab o‘quvchilari, jismoniy faollik, sog‘lom turmush tarzi, chaqqonlik, bardoshlik, ijtimoiy ko‘nikmalar, o‘yin texnikasi, harakat faoliyati, jamoaviylik, raqobatbardoshlik.

Kirish. Zamonaviy ta’lim jarayonida o‘quvchilarning jismoniy tarbiyasiga alohida e’tibor qaratilmoqda. Sog‘lom organizm, chaqqon tana, kuchli irodaga ega bola – bu nafaqat individual muvaffaqiyat garovi, balki kelajak jamiyatining poydevoridir. Jismoniy tarbiya darslari bu borada muhim vosita bo‘lib xizmat qiladi. Ayniqsa, sport o‘yinlarining dars jarayoniga kiritilishi nafaqat

o‘quvchilarning jismoniy sifatlarini rivojlantiradi, balki ularning psixologik, axloqiy va ijtimoiy jihatdan shakllanishiga ham ijobiy ta’sir ko‘rsatadi.

Yuqoridagi fikr-mulohazalar asosida shuni aytish mumkinki, sport o‘yinlari maktabdagi jismoniy tarbiya jarayonining ajralmas va muhim tarkibiy qismi hisoblanadi. Sport o‘yinlari orqali o‘quvchilarda jismoniy sifatlar — chaqqonlik, epchillik, bardoshlik, kuchlilik bilan birga, psixologik barqarorlik, ijtimoiy moslashuvchanlik, jamoada ishlash kabi ko‘nikmalar shakllanadi.

Shuningdek, o‘yinlar bolalarda raqobatbardoshlik, o‘ziga ishonch, mas’uliyat va o‘zini tuta bilish madaniyatini rivojlantirishda muhim rol o‘ynaydi. Dars jarayoniga sport o‘yinlarini to‘g‘ri va maqsadli tatbiq etish orqali nafaqat sog‘lom, balki faol, tashabbuskor va ijtimoiy jihatdan yetuk avlodni tarbiyalash mumkin.

Shu boisdan, sport o‘yinlarining jismoniy tarbiya darslarida muntazam va pedagogik yondashuv asosida qo‘llanilishi maktab o‘quvchilarining har tomonlama sog‘lom rivojlanishiga xizmat qiladi.

Sport o‘yinlarining maktab jismoniy tarbiyasidagi ahamiyati katta. Ular o‘quvchilarda jismoniy salohiyatni oshirish, chaqqonlik, kuch, muvozanat kabi jismoniy sifatlarni rivojlantirishda muhim rol o‘ynaydi. Bundan tashqari, sport o‘yinlari orqali bolalarda ijtimoiy ko‘nikmalar, jamoada ishlash, raqobatbardoshlik va intizom hissi shakllanadi.

O‘yinlar bolalarni jismoniy faollikka jalb qilish, ularning psixologik holatini yaxshilash, ijtimoiylashuvini oshirish va umumiy rivojlanishini ta’minlashda samarali vositadir. Shuning uchun jismoniy tarbiya darslarida sport o‘yinlarining o‘rni beqiyosdir. Ularni to‘g‘ri va maqsadga muvofiq tashkil etish, o‘quvchilarning jismoniy, ruhiy va ijtimoiy rivojlanishiga katta ta’sir ko‘rsatadi.

Shu sababli, maktablarda jismoniy tarbiya mashg‘ulotlarini sport o‘yinlari bilan boyitish nafaqat o‘quvchilarning sog‘lomligini ta’minlash, balki ularning shaxsiy rivojlanishini ham qo‘llab-quvvatlaydi. Bu esa kelajakda sog‘lom va barkamol avlodni tarbiyalashga asos bo‘ladi.

Asosiy qism. Sport o‘yinlari – bu harakatli faoliyat turlaridan biri bo‘lib, ular orqali o‘quvchilarda chaqqonlik, tezkorlik, muvozanat, bardoshlik, kuch va epchillik kabi sifatlar rivojlanadi. Ayniqsa, futbol, voleybol, basketbol, yugurish, estafeta o‘yinlari kabi sport turlari o‘quvchilar orasida juda mashhur bo‘lib, ularda jamoada ishlash, bir-birini qo‘llab-quvvatlash, raqibga hurmat bilan qarash, sport madaniyati kabi muhim ko‘nikmalarni shakllantiradi.

Jismoniy tarbiya mashg‘ulotlarida sport o‘yinlaridan foydalanish bolalarning darsga bo‘lgan qiziqishini oshiradi, darsni jonlantiradi va ularda sog‘lom raqobat muhitini yaratadi. Bu esa o‘z navbatida o‘quvchilarning ijtimoiylashuvi, faol va sog‘lom turmush tarziga intilishi uchun asos bo‘ladi. O‘yinlar orqali o‘quvchilar mustaqil

qaror qabul qilish, vaziyatga mos harakat qilish, strategik fikrlash kabi ko‘nikmalarga ega bo‘ladilar.

Shuningdek, sport o‘yinlari orqali bolalarda psixologik holatning barqarorlashuvi, stressdan xalos bo‘lish va o‘ziga bo‘lgan ishonchni oshirish imkoniyati paydo bo‘ladi. O‘yinlar nafaqat jismoniy rivojlanish, balki aqliy faoliyatga ham ijobiy ta’sir ko‘rsatadi. Masalan, o‘yindagi vaziyatlarni tez anglash va ularga javob qaytarish orqali bola tafakkurini rivojlantiradi.

Xulosa

Xulosa qilib aytganda, sport o‘yinlari maktabdagi jismoniy tarbiya darslarining ajralmas qismidir. Ular nafaqat bolalarning jismoniy sog‘lig‘ini mustahkamlaydi, balki ularning ijtimoiy-psixologik rivojlanishiga, sog‘lom raqobat tuyg‘usini shakllantirishga, jamoadorchilik va madaniyatni rivojlantirishga xizmat qiladi. Shuning uchun ham jismoniy tarbiya darslarida sport o‘yinlaridan maqsadga muvofiq va samarali foydalanish, o‘quvchilarning yosh, jismoniy va psixologik xususiyatlariga mos tarzda tanlash muhim ahamiyat kasb etadi.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Karimova, R.A., & G‘ulomova, D.S. **(**2020). *Maktabgacha ta’lim pedagogikasi*. Toshkent: Fan va texnologiya.
2. Xusanov, M.X. (2018). *Jismoniy tarbiya va sportning nazariy asoslari*. Toshkent: O‘qituvchi.
3. Abdullaeva, M.T**.**, & Nurmatova, S.Z. (2021). *Maktab yoshidagi bolalarda jismoniy tarbiya*. Toshkent: Ta’lim.
4. O‘zbekiston Respublikasi Ta’lim vazirligi. (2021). *Jismoniy tarbiya o‘quv dasturi*. Toshkent: Ta’lim va metodika markazi.
5. O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining Farmoni. (2020). *Sog‘lom avlodni tarbiyalashga oid davlat dasturi*. Toshkent.