MAKTABGACHA TA’LIM MUASSASALARIDA BOLALARNI JISMONIY TARBIYABIYALASHDA GIMNASTIK MASHQLARNI O‘ZIGA XOS XUSUSIYATLARI

Xazratov Azizbek Shuxratovich - Jismoniy madaniyat ta’lim yo‘nalishi talabasi

e-mail: xazratovaziz6556@gmail.com

Annotatsiya. Maqolada ta’lim muassasalarida tashkil etiladigan jismoniy tarbiya tadbirlari ertalabki gimnastika, jismoniy tarbiya darsi va to‘garak mashg‘ulotlari, turli sport tadbirlari va musobaqalardan iborat. Mashg‘ulotlargacha bo‘ladigan gimnastika asosan tarbiyaviy va sog‘lomlashtirish masalalarini hal etadi. Ta’lim muassasalaridagi darsdan tashqari ishlardan biri ommaviy jismoniy madaniyat va sport mashg‘ulotlar davomida o‘rgatish va takomillashtirish samaradorligini oshirishga xizmat qilishi mumkin.

Kalit so‘zlar: Jismoniy barkamollik, bola, sog‘lom avlod, sport, ta’lim muassasalari, jismoniy tarbiya.

Bugungi kunda usib kelayotgan yosh avlodni sog‘lom , jismonan baquvvat, ruhan tetik va ma’nan yetuk qilib tarbiyalash masalasi davlat siyosatining ustuvor yo‘nalishlaridan biri sanaladi.

Prezdentimiz Sh.M.Mirziyoyev tashabbusi bilan mamlakatimizda umummilliy harakatga aylangan bolalar sportini rivojlantirish borasidagi ishlar, jismoniy baquvvat ma’naviy barkamol avlodni tarbiyalashni muhum omil bo‘layotganligi barchamizga ma’lum. Ma’naviy boylik ahloqiy poklik va jismoniy mukammallikni mujassamlashtirgan har tomonlama kamol topgan ijtimoiy jihatdan faol shaxsni shakillantirish borasida sobitqadamlilik bilan ish olib borilmoqda Sog‘lom bolani tarbiyalashda bu yuksak umuminsoniy qadiryatlarga asoslangan, ma’naviy boy intellektual rivojlangan shaxsni shakillantirishga yunaltirilgan keng ko‘lamdagi chora tadbirlarni amalga oshirish asosiy vazifalari hisoblanadi

Sog‘lom bolani tarbiyasida sport va ma’naviyat katta ahamiyat kasb etadi. Bu ikki vosita orqali yosh avlodni ham jismoniy ham ma’naviy ham ahloqiy jihatdan barkamol qilib tarbiyalash mumkinligi mutaxasis olimlar, zomonamizning ilg‘or pedagoglari tomonidan e’tirof etiladi.

Bolanig ongi asosan 5-7 yoshda shakillanishini inobatga oladigan bulsak, aynan ana shu davrda uning qalbida oiladagi muhut ta’sirida ma’naviyatning ilk kurtaklari namoyon bula boshlaydi. Demak bolani ma’naviy tarbiyalashda oila muhim o‘rinda turadi. O‘sib kelayotgan yosh avlodni sog‘lom , har tomonlama barkamol kilib tarbiyalashda ma’naviyat bilan bir qatorda jismoniy tarbiya, xususan, sport ham katta ahamiyatga ega. Jismoniy barkamollik sog‘lom avlod tarbiyasining muhim tarkibiy qisimlaridan biri sanaladi. Oilada sog‘lom bola va yuksak ma’naviyatli komil farzandlarni tarbiyalashda kuyidagi tavsiyalarga e’tibor berilsa makdadga muvofiq bo‘lar edi.

- oilada muomala madaniyatiga e’tibor qaratish;
- oila a’zolari o‘rtasida sog‘lom muhitni shakillantirish;
- oila a’zolarini jismoniy madaniyat va sportga doyr intelektual bilimlarini boyitish;
- oilada bolani ma’naviy va jismoniy g‘oyalarga tayangan holda tarbiyalash;
- bola tarbiyasida kundalik tartib - intizomga rioya qilinishini nazorat qilish lozim;

Yuqoridagi takliflarga to‘la amal qilinib, oilada bolalar ma’naviy tarbiyasi doimiy diqqat – e’tiborda bo‘lsa hamda ularning jismoniy tarbiya va sport bilan muntazam shug‘ullanishiga erishilsa, o‘ylardikki sog‘lom bola tarbiyasiga sport va ma’naviyat o‘z mazmun- mohiyatini to‘la aks ettiradi.

Ta’lim muassasalarida tashkil etiladigan jismoniy tarbiya tadbirlari ertalabki gimnastika, jismoniy tarbiya darsi va to‘garak mashg‘ulotlari, turli sport tadbirlari va musobaqalardan iborat. Mashg‘ulotlargacha bo‘ladigan gimnastika asosan tarbiyaviy va sog‘lomlashtirish masalalarini hal etadi.

Ta’lim muassasalaridagi darsdan tashqari ishlardan biri ommaviy jismoniy madaniyat va sport ishidir. O‘qishdan tashqari ishning vazifalari quyidagilardan iborat:

-talabalar sogligini mustaxkamlashga, organizmni chiniqtirishga, ularning har tomonlama jismoniy rivojlanishiga yordam berish;

-talabalarning jismoniy madaniyat darslarida olgan bilimlari, malaka va ko‘nikmalarini chuqurlashtirish hamda kengaytirish;

-talabalarni yaxshi dam olishlarini tashkil etish;

-talabalarda jismoniy tarbiya va sport bilan muntazam shug‘ullanishga ishtiyoq uyg‘otish va ularda xarakat malakalarini shakllantirish.

Darsdan tashqari ishlarga talabalarni yoppasiga jalb qilish uchun turli sport turlariga o‘quv-shug‘ullanuv mashgulotlarni tashkil etish va o‘tkazishning xilma-xil shakllaridan foydalanish lozim. Bunda ularning yoshi, sog‘ligi va jismoniy tayyorgarligi hisobga olinadi. Talabalar bilan amaliy ish olib borish uchun to‘garaklar tuziladi. Birinchi navbatda butun yil davomida ishlaydigan umumiy jismoniy tayyorgarlik va sport maxoratini oshirish to‘garaklari tashkil etiladi. Umumiy jismoniy tayyorgarlik to‘garagiga iloji boricha ko‘proq talabalarni, shu jumladan, jismoniy rivojlanishda bir oz oqsayotgan yoshlarni xam jalb etish lozim. Sport to‘garaklarining raxbarlari muayyan sport turining mashg‘ulotlarini o‘tkazish uslubiyatini, talabalar bilan olib boriladigan mashg‘ulotlarning o‘ziga xosligini yaxshi bilishlari va nazariy bilimlarga chuqur ega bulishlari shart.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO‘YXATI:

1. O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining 2020 yil 30-oktyabrdagi “Soglom turmush tarzini keng tadbik etish va ommaviy sportni yanada rivojlantirish chora tadbirlari tugrisida”PF 6099-sonli farmoni.
2. Abdullaev A. Xonkeldiev Sh.X Jismoniy tarbiya nazariyasi va uslubiyati darslik.T. 2005 y.
3. Ашмарин.Б.А. Теория и методика педгогических исследований в физичиском воспитании. М.: Физкултура и спорт, 2003. 224 с.
4. Axmedov.F.K. “Jismoniy tarbiya nazariyasi va metodikasi” fanidan “101 savolga 101 javob” - Jizzax, 2011 y.