MAKTABGACHA TA'LIM MUASSASALARIDA BADANTARBIYANING AHAMIYATI

Karimov Fazliddin Jamoliddin o‘g‘li - Guliston davlat pedagogika instituti o‘qituvchisi

Annotatsiya: Maktabgacha ta’lim muassasalarida badantarbiya bolalarning jismoniy, psixologik va aqliy rivojlanishida muhim o‘rin egallaydi. Ushbu yosh davrida bola organizmida sodir bo‘ladigan o‘sish va rivojlanish jarayonlari jadal kechadi. Shu sababli badantarbiya orqali bolalarning harakat faolligini oshirish, ularni sog‘lom turmush tarziga yo‘naltirish juda muhim hisoblanadi.

Kalit so‘zlar: maktabgacha ta’lim, badantarbiya, jismoniy tarbiya, jismoniy rivojlanish.

Maktabgacha yoshdagi bolalarning har tomonlama rivojlanishida badantarbiya mashg‘ulotlarining tutgan o‘rni nihoyatda muhimdir. Bu yoshdagi bolalarda nafaqat jismoniy, balki psixologik, ijtimoiy va axloqiy ko‘nikmalar shakllanadi. Badantarbiya esa bu jarayonlarning har birida faol ishtirok etadi.

Badantarbiyaning asosiy vazifalari

- Bolaning jismoniy sog‘lig‘ini mustahkamlash
- Harakat koordinatsiyasini rivojlantirish
- Mehnatga va intizomga o‘rgatish
- Guruhda ishlash ko‘nikmalarini shakllantirish
- Ruhiy barqarorlikni ta’minlash

Badantarbiya mashg‘ulotlarining turlari

Mashg‘ulot turi	Maqsadi	Misollar
Ertalabki gimnastika	Tanani uyg‘otish, quvvat berish	Yengil cho‘zilish, yugurish
Sport o‘yinlari	Jamoaviy ishlash, chaqqonlikni oshirish	To‘p bilan o‘yinlar, estafeta o‘yinlari
Dam olish mashqlari	E’tiborni tiklash, charchoqlarni yo‘qotish	Nafas mashqlari, yoga elementlari
Musiqa bilan harakat mashqlari	Ritmni sezish va koordinatsiyani rivojlantirish	Raqslar, qo‘shiq bilan mashqlar

Badantarbiya orqali bolalarning rivojlanishi

Badantarbiya bolalar hayotida faqatgina jismoniy rivojlanishni emas, balki quyidagi jihatlarni ham o‘z ichiga oladi:

- Ijtimoiy rivojlanish: Bolalar jamoada ishlash, do‘stlashish va bir-biriga yordam berishni o‘rganadi;
- Intellektual rivojlanish: Ko‘p harakatlar diqqatni jamlash, tez fikrlash va muvozanatni boshqarish talab qiladi;
- Axloqiy rivojlanish: Qoidalarga amal qilish, navbat kutish, hurmat ko‘rsatish kabi odatlar shakllanadi.

Xulosa. Maktabgacha ta’lim muassasalarida badantarbiya nafaqat sog‘lom avlodni shakllantirishda, balki barkamol inson tarbiyasida muhim vosita hisoblanadi. Bu mashg‘ulotlar bolalarning har tomonlama rivojlanishini ta’minlab, ularni maktabga tayyorlaydi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

1. Maxkamdjonov K.M. Jismoniy madaniyat nazariyasi va metodikasi. T.: “Iqtisod-moliya”, 2008.
2. Nuriddinova M.M. «Maktabgacha ta’lim muassasalarida jismoniy tarbiya yo‘riqchilari uchun me’yoriy hujjatlar majmui». -T.: “Muxarrir”, 2013.
3. Fayzullayeva M. va boshq. “Sog‘ tanda-sog‘lom aql”. T.: 2014
4. Usmonxo‘jayev T. va boshq. “500 harakatli o‘yinlar”. -T.: “Yangi asr avlodi”, 2014.