



МАКТАБГАЧА ВА БОШLANG'ICH TA'LIM YOSHDAGI BOLALARDA JISMONIY SIFATLARINI SHAKLLANTIRISHDA HARAKATLI O'YINLARDAN FOYDALANISH

Joldasbayev P.M.

Ilmiy rahbar: Nukus innovatsion instituti katta o'qituvchisi

Nukus innovatsion instituti

Qutlimurodova O.P.

Boshlang'ich ta'lim mutaxassisligi 2-kurs talabasi

Tayanch so'zlar: maktabgacha va maktab yosh davri, bolaning jismoniy rivojlanishi, harakatlanish tartibi, ko'nikma va malakalar, harakatli o'yin.

Ключевые слова: период дошкольного возраста, физическое развитие ребенка, двигательный режим, умения и навыки, подвижные игры.

Key words: preschool age, physical development of the child, motor mode, practice and skills, motional games.

Maktabgacha tarbiya va maktab ta'lim tizimining birlamchi va eng muhim bo'g'ini hisoblanadi. Sog'lom genofondni, yetuk kadrlarni tarbiyalash, avvalo, shu tizimdan boshlanadi. Biroq shu paytgacha bu tizim rivojlanishdan ortda qolgan edi. Ma'lumki, bolaning rivojlanishi va o'sishi uzluksiz davom etadigan jarayondir. Bu davrda uning shaxs sifatida shakllanishi, ilk bor atrofni hodisa va buyumlar orqali anglab, undan o'zicha ma'no topishga intilishi, qiziqish va hissiyotlari rivojlanishini kuzatamiz. Bolalar jismoniy tarbiyasini to'g'ri tashkil etish, kichkintoyning ilk yoshdan sog'lig'ini mustahkamlash va har tomonlama uyg'un rivojlantirish davr talabi hisoblanadi.

Bolaning jismoniy rivojlanishi qonuniyatlari va uning ilk harakatlariga imkon yaratish, ta'limtarbiyaviy jarayonning mazmuni va metodlarini ishlab chiqishga ilmiy yondashish, jismoniy harakatlanishning zarur ko'nikmalarini tarbiyalash; turli mashg'ulotlarda va o'yin faoliyatida mustaqil fikrlashga, jismoniy tarbiya va sportga bo'lgan qiziqishlarini tarbiyalashga oid muhim masalalarni hal etadi. Hayotning har bir davri, rivojlanish xususiyatlari va ehtiyojlariga ko'ra o'ziga xos bosqichlarga ega. Bolaning o'sib, ulg'ayishida jismoniy faollik, asosiy



harakatlar tartibi muhim hisoblanib, aynan shu jarayonlar to'g'ri, harakatli o'yinlar orqali tizimli ravishda tashkillashtirilsa, bola shaxsining uyg'un holda rivojlanishiga xizmat qiladi.

Tadqiqot maqsadi va vazifalari. Tadqiqotning maqsadi maktabgacha va maktab yoshdagi bolalarda jismoniy sifatlarini rivojlantirishda harakatli o'yinlarni qo'llashdan iborat. Ushbu maqsadga ko'ra quyidagi vazifalar tanlab olindi:

Maktabgacha va maktab yoshdagi bolalarni yosh kesimida jismoniy rivojlanganlik ko'rsatkichlarini aniqlash va jismoniy harakatlarni oshirish bo'yicha tajriba o'tkazish;

Maktabgacha va boshlang'ich yoshdagi bolalarda jismoniy harakatlarni rivojlantirishda qo'llaniladigan harakatli o'yinlar ishlab chiqish;

1. "Quvlashmachoq" o'yini. O'yinning maqsadi: bolalarni chaqqon harakat qilishga va tezlik bilan yugurishga o'rgatish.

Kerakli jihoz va sharoitlar: xavfsiz, tekis maydoncha.

O'yinning borishi: o'yinchilar juft-juft bo'lib qatorga saflanadilar, qator oldida ikki uch metr narida tutuvchi qilib saylangan bola oldinga qarab turadi. Tarbiyachi ishorasidan keyin bolalar biri chap tomondan, ikkinchisi o'ng tomondan yuguradilar. Ular qator oldiga yugurib chiqadilar va qo'l ushlab tutuvchining oldiga turib olishga harakat qiladi. Tutuvchi bolalar qo'l ushlab olishdan avval ulardan birini tutib olishga harakat qiladi. Sheriksiz qolgan bola tutuvchi bo'ladi. Agar tutuvchi bola hech kimni tuta olmasa yana bir marta harakat qiladi. O'yin shu tariqa davom etadi. O'yin barcha bolalar yugurib chiqqandan so'ng tugaydi. Shundan keyin yangi tutuvchi saylanadi.

2. "To'siqdan sakra" o'yini. O'yinning maqsadi: bolalarni tezlik bilan sakrashga va masofani chamalashga o'rgatish.

Kerakli jihoz va sharoitlar: sakrash uchun ajratilgan xavfsiz joy.

O'yinning borishi: ishtirokchilar o'yinboshi ko'rsatmasiga asosan musiqa sadolari ostida sakrashni mashq qiladilar, tarbiyachi bolalarni turgan joyida ikki oyoqlab sakray olishlarini kuzatadi. So'ng "vaqt keldi" deb ishora beradi. Ishtirokchilar belgilangan masofadan to'siqlardan sakrab o'tishlari lozim bo'ladi. O'yinni yaxshi sakray olgan bolalar yakunlagan bo'ladi, sakray olmagan bolalar bilan yakka tartibda shug'ullantiriladi. Mayda motorikani rivojlantirishga yo'naltirilgan harakatli o'yinlar va uni tashkil etish tartibi.

3. "Uchinchisi ortiqcha" o'yini.

O'yinning maqsadi: bolalarni hamjihat bo'lib o'ynashga va tez fikrlashga o'rgatish. Kerakli jihoz va sharoitlar: maydoncha va buyumlar, rasmlar solingan quti.



O‘yinning borishi: bolalar uchun alohida qutilar tayyorlanadi. Tarbiyachi tomonidan qutilarni bir vaqtda ochishga ishora beriladi. Bolalar juftlikda ushbu qutilarni ochib ko‘rib, undagi bir-biriga muvofiq keladigan buyumlarni ushlab ko‘radilar, buyumlar orasidan ortiqchasini ajratish kerak bo‘ladi. So‘ng tarbiyachi bolalardan qaysi buyum nima uchun ortiqchaligini so‘raydi. O‘yin shu tariqa davom yakunlanadi.

4. “Rangli doiralar” o‘yini.

O‘yin maqsadi: bolalarni hamjihat bo‘lib o‘ynashga, ranglarni ajratishga va tez harakatlanishga o‘rgatish.

Kerakli jihoz va sharoitlar: o‘yin maydoncha va rangli qog‘ozdan kesilgan doiralar va rangli bo‘rlar.

O‘yinning borishi: o‘yinda bolalar doira bo‘lib turadilar. Tarbiyachi yoki o‘qituvchi bolalarga ularning xohishiga ko‘ra turli rangdagi doiralarni tarqatib chiqadi. Barcha ishtirokchilar tayyor bo‘lsa tarbiyachi “Qizil doiralar to‘plansin” deb ishora beradi. Qo‘lida qizil doiralar bor bolalar bir joyga ya‘ni qizil rangda chizilgan keng doira ichida qo‘l ushlab turib oladilar. O‘yin boshqaruvchi qaysi rangdagi doiralarni chaqirsa, shu rangdagi doirachalar keng davra bo‘lib belgilangan joylariga turib oladilar. O‘yin shu tariqa yakunlanadi.

5. “Kimda?” o‘yini.

O‘yinning maqsadi: bolalarni xotirasini rivojlantirish.

Kerakli jihoz va sharoitlar: turli hajmdagi o‘yinchoqlar, o‘yinchi ko‘zini bog‘lash uchun ro‘mol.

O‘yinning borishi: maydon o‘rtasida yerga bir qancha predmetlar, o‘yinchoqlar qo‘yilgan bo‘lib, doira bo‘lib turib olgan bolalar diqqat bilan predmetlarni ko‘rib oladilar va 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7 ketdi deb sanaydilar “Ketdi” so‘zi kimga taqalsa shu qatnashuvchi ko‘zini yumib turadi. Bolalardan biri kelib bitta buyumni o‘zi bilan olib ketadi va orqasiga yashiradi. Ko‘zi yumilgan bola ana shu yo‘qolgan predmetning nomini va qaysi bolada ekanligini topishi kerak. O‘yin yakun languncha bolalar bir-birlari bilan joy almashadilar. Sensomotorikani rivojlantirishga yo‘naltirilgan harakatli o‘yinlar va uni tashkil etish tartibi.

6. Nomini eslab qol” o‘yini.

O‘yin maqsadi: bolalardagi xotira diqqat va eslab qolish qobiliyatlarini rivojlantirish, hamda tabiat haqidagi bilimlarini mustahkamlash.

Kerakli jihoz va sharoitlar: o‘yin maydonchasi.

O‘yinning borishi: bolalar kichik guruhlariga bo‘linib turadilar. O‘yinboshi har-bir guruhga ularning xohishiga qarab bitta mavzu tanlaydi, masalan, “Tabiat”, “Mevalar”, “Sabzavotlar” kabi. Guruh ishtirokchilari yana bittadan



o'ziga shu guruhga mos narsalarni tanlaydi va hammaning oldida e'lon qiladi. Masalan, "Sabzavotlar" guruhidan lavlagi, kartoshka va boshqalar tanlanadi. Guruhlar aralashdirib yuboriladi va har bir guruhdan bittadan o'yinchi chiqib, bir ishtirokchini tanlab qaysi guruhdanligini aytadi. O'yin 12-16 nafar boladan iborat guruh uchun qulay bo'lib, shu tartibda yakunlanadi.

Xulosa. Maktabgacha va ta'lim muassasalarida tarbiyachi (yo'riqchi) o'yinga rahbarlik qilish chog'ida bolalarga o'yin mazmuni, sharti va qoidalarini yaxshi tushuntirishi va rollarni to'g'ri taqsimlay olishi zarur. Bolalarni harakatli o'yinlarni o'ynashga tayyorlashda ularning sog'ligini mustahkamlash, harakat malakalarini oshirib, rivojlantirib borish ham nazarda tutiladi. O'yinni tashkil etishda barcha shart-sharoitlarni hisobga olish va o'yinga mos jihozlarni tanlash, ishtirokchilar soniga teng taqsimlash hamda o'yin jarayonini kuzatish va yakunida to'g'ri yo'naltirishi ham juda muhim.

Jismoniy tarbiya mashg'ulotida qo'llaniladigan harakatli o'yinlar asosan, berilgan asosiy harakat turini mustahkamlashga qaratiladi. Masalan, otish va irg'itish harakatlarini o'rgatish natijasida yirik va mayda motorikaga yo'naltirilgan harakatli o'yin berilsa, natijada bolada mashq bajarish barobarida yurish, yugurish, sakrash, uloqtirish, ilib olish, irg'itish malakalari sekin-asta shakllanib, harakatli o'yin esa ular egallagan ko'nikmalarini mustahkamlashda yordam beradi.

Harakatli o'yinlardan o'z o'rnida guruhlarga ajratib, tarbiyalanuvchining yoshi va jismoniy imkoniyatini inobatga olib, mashg'ulot shakli va maqsadiga ko'ra, tashqi mavsumiy omillarga hamda hududiy sharoitlardan foydalangan holda tashkillashtirish maktabgacha yoshdagi bolalarni har tomonlama rivojlantirishda muhim ahamiyat kasb etadi.

Adabiyotlar:

1. Усмонхўжаев Т.С. ва бош. Миллий ва ҳаракатли ўйинлар. Т.: "Иқтисод-молия" 2015.
2. Усмонхўжаев Т.С. Спорт ва ҳаракатли ўйинлар. Т.: Чўлпон НМИУ. 2018.
3. Usmonxajayev T.S., Islomova S.T. Maktabgacha ta'lim muassasalarida jismoniy tarbiya T.: "Ilm Ziyo" nash. 2006.
4. Саламов Р.С. "Жисмоний тарбия назарияси ва услубияти". 1 том. Дарслик. ИТА-ИРЕСС. Т. – 2014 й. 269 б.

РЕЗЮМЕ

Мақоллада мактабгacha ва мактаб yoshdagi болalarda ҳаракатли о'yinlarni o'tkazish metodikasi hamda jismoniy tarbiya mashg'ulotida qo'llaniladigan harakatli o'yinlar mazmuni yoritilgan.

РЕЗЮМЕ

В статье освещаются методические рекомендации по организации проведения подвижных игр с детьми дошкольного возраста в процессе занятий физического воспитания.

SUMMARY

The mobility games the methodology of conducting mobility games among pre-school children and the content of the mobility games implementation in the physical trainings are highlighted in this article.