



BOSHLANG'ICH TA'LIMDAGI BOLALARNING JISMONIY FAOLLIGINI OSHIRISHDA JISMONIY TARBIYA VA SPORTNING MUHIM AHAMIYATI

Xamidjonov M.U.

*Andijon davlat pedagogika instituti,
jismoniy tarbiya va xotin- qizlar sporti kafedrasida o'qituvchisi*

Tayanch so'zlar: yosh avlod, ta'lim tizimi, pedagogika fani, jismoniy faollik, harakat qobiliyatlari, matematik tahlil, pedagogik nazorat.

Ключевые слова: молодое поколение, система образования, педагогическая наука, двигательная активность, двигательные навыки, математический анализ, педагогический контроль.

Key words: young generation, educational system, pedagogical science, physical activity, motor skills, mathematical analysis, pedagogical control.

Kirish. Yurtimizda sog'lom va barkamol avlodni voyaga etkazish, davlat siyosatining ustivor yo'nalishlaridan biri bo'lib, millat genafondini asrash, oilada, jamiyatda sog'lom turmush tarzini shakllantirish muhim ahamiyat kasb etadi. Ta'lim muassasalarida jismoniy tarbiya va madaniyat darslarining sifatini yaxshilash, maktabdan tashqari ishlarni tashkil qilish va ularni samaradorligini oshirish, sport turlarini rivojlantirish va ommaviylikini oshirish, iqtidorli sportchilarni tanlash hamda yuqori malakali murabbiylarni tayyorlash dolzarb masalalardan biridir. Insonning xar tamonlama rivojlanishida asosiy omil xisoblanuvchi jismoniy tarbiyaning qancha xususiy ahamiyatga ega ekanligini ifodalab beruvchi eng muxim vazifa o'z xatti-xarakatlarini yaxshi bajara oladigan sog'lom, baquvvat, chiniqqan, quvnoq kayfiyatli, mexribon, tashabbuskor jismoniy mashg'ulotlarni va sport mashqlarini ishtiyoq bilan bajaruvchi, o'zi yashab turgan muxitda adashmay yo'nalishni to'g'ri ola bilgan, maktabda yaxshi o'qishga, maktabdan keyingi xayotida esa, ulkan ijodiy faoliyatlar ko'rsatishga layoqatli bo'lgan bolani shakllantirishdan iboratdir.

O'sib kelayotgan yosh avlodning jismoniy rivojlanishida jismoniy tayyorgarligida va salomatlik darajasida sezilarli salbiy o'zgarishlar sodir

bo'layotganligi munosabati bilan sog'lom, jismoniy jixatdan sog'ligi mustaxkam yoshlarni tayyorlash muammosi alohida muhim ahamiyat kasb emoqda. Bu muammo boshlang'ich ta'limdagi bolalar uchun ayniqsa ko'proq ta'luqlidir. O'zbekiston Respublikasida bir milliondan ziyod maktabgacha yoshdagi bolalar jismoniy soglomlashtirish tadbirlariga jalb qilinmagan, maktablar, hunar - texnika bilim yurtlari o'quvchilarning faqat beshdan bir qismigina darsdan tashqari vaqtlarda jismoniy mashqlar bilan shug'illanadi. O'rta maxsus va oliy ta'limi tizimidagi bolalarda o'sib borayotgan organizmning jismoniy imkoniyatlarining dastlabki ko'rsatkichlari bo'yicha eksperimental asoslangan ma'lumotlarsiz, pedagogik ta'sirning maqsadli usullari natijalarini baholash va rejalashtirish istiqbollari qurish mumkin emas. Ma'lumki, har qanday nazorat testlari qaysi ko'rsatkichlarni o'lchash va eng informatsion ko'rsatkichlarni tanlash maqsadga muvofiqligini bilish zarurati va o'lchov bilan boshlanadi. Bu jarayonning muhim qismi pedagogik test jarayonida olingan natijalarni matematik jihatdan to'g'ri qayta ishlay bilishdan iborat. Umumta'lim muassasasining zamonaviy jismoniy tarbiya o'qituvchisi, bolalar sportining tanlangan turlari bo'yicha darslar va sinfdan tashqari mashg'ulotlarni o'tkazish jarayonida o'quvchilarning jismoniy holatini pedagogik nazorat qilish va ularni tahlil qilish usullarini egallashi kerak.

Tadqiqot metodologiyasi va empirik tahlil. Boshlang'ich sinf o'quvchilarining jismoniy imkoniyatlari va tayyorgarligini baholash va jismoniy tarbiya sohasidagi kompleks tadqiqot natijalarini baholashga yagona ilmiy yondashuvni ishlab chiqish hamda davlat tomonidan xalq ta'limi oldiga qo'yilgan ustuvor vazifalarga muvofiq maktab ta'limi tizimidagi ta'lim jarayonining tuzilishi va mazmunini tubdan qayta ko'rib chiqishga qaratilgan vazifalar, bolalarda qobiliyatlarning geteroxron rivojlanishining barcha keyingi bosqichlarida jismoniy fazilatlarining salbiy namoyon bo'lishining oldini olish va sport mahorati turini tanlash uchun bolalarning harakatchanligini rivojlantirishga qaratilgan sezgir va qulay yosh omillaridan foydalanish.

Boshlang'ich maktab yoshidagi bolalarning jismoniy tayyorgarligini aniqlash uchun "Salomatlik" maktab jismoniy tarbiya va salomatlik testlari davlat dasturlaridan olingan bir qator testlar tanlab olindi, o'rganilayotgan xususiyatlar bo'yicha yillik choraklari bo'yicha monitoring tadqiqotlari o'tkazildi.

Pedagogik eksperiment jarayonida boshlang'ich maktab yoshidagi bolalar bilan ishlovchi 24 nafar jismoniy tarbiya o'qituvchilari sotsiologik tadqiqotlarda ishtirok etdilar.

Maktab ta'limi tizimining quyi sinflarida faoliyat yuritayotgan jismoniy tarbiya o'qituvchilari kontingenti shuni ko'rsatkichi, 5 yilgacha ish stajiga ega bo'lgan o'qituvchilar ushbu bolalar kontingenti bilan – 37,4%, 6 yoshdan 10 yoshgacha



– 36,7%, 11 yoshdan 14 yoshgacha 15,3%, 16 yoshdan 20 yoshgacha - 7,8%, 20 yoshdan kattalar - 2,8% bo‘lgan o‘qituvchilar bilan ishlaydilar.

Jismoniy tarbiya darslari va turli jismoniy tarbiya va sport tadbirlarini o‘tkazish bo‘yicha ko‘pchilik maktab ta‘lim muassasalarida – 57,4% qoniqarli sharoitlar, yaxshi sharoitlar – 20,0%, zarur talablarga javob beradigan sharoitlar – 3,4%, jismoniy tarbiya - bolalar bilan sog‘lomlashtirish ishlari - 17,8% ni tashkil qiladi.

Ma‘lum bo‘lishicha, maktablarning 28,7 foizida o‘qituvchilarning ma‘lumotlariga ko‘ra, sport anjomlari to‘liq, qolganlarida esa ularning ayrim elementlarigina mavjud. Bu o‘rganilayotgan maktab muassasalarida boshlang‘ich maktab yoshidagi bolalar bilan malakali sport va dam olish tadbirlari mavjud emas degan xulosaga kelishimizga imkon beradi.

Boshlang‘ich sinf o‘quvchilarining jismoniy tayyorgarligini oshirish uchun nima qilish kerak, degan dolzarb savolga respondentlar bir ovozdan jismoniy tarbiya mutaxassislarining mashg‘ulotlar olib borishi zarurligini ta‘kidladilar.

Sog‘lomlashtirish yo‘nalishi muammolarini hal qilish uchun o‘quv kuni rejimida o‘qituvchilar kasbiy tayyorgarligi va malakasi tufayli mashg‘ulotlardan oldin jismoniy mashqlarning turli shakllaridan, ertalabki gigienik gimnastikadan, mashg‘ulotlar davomida jismoniy tarbiya mashg‘ulotlaridan foydalanadilar, Biz esa, katta tanaffuslarda milliy ochiq o‘yinlar va o‘quv kuni rejimida turli sport hamda dam olish tadbirlarini o‘tkazamiz.

Boshlang‘ich sinf o‘qituvchilarining sport-sog‘lomlashtirish tadbirlarini o‘tkazish bo‘yicha malakasini baholash shuni ko‘rsatdiki, ularning 25,7 foizi yaxshi, 74,3 foizi qoniqarli deb baho bergan.

Maktab ta‘lim muassasalarida boshlang‘ich sinf o‘quvchilari bilan jismoniy madaniyatni oshirish masalasi bo‘yicha ota-onalarning fikri o‘rganildi.

Jismoniy tarbiya holati va ularning yosh va sifat tarkibini yaxshilash masalasi bo‘yicha ota-onalarning fikri alohida qiziqish uyg‘otdi. Shaxsiy ma‘lumotlar tahlili natijalari monitoringi shuni ko‘rsatdiki, respondentlarning 36,8 foizi 20 yoshgacha bo‘lgan ota-onalar, 33,8 foizi 20-25 yosh, 18,6 foizi - 26-30 yosh va 10,8 foizi - 30 yoshdan oshgan yoshda.

So‘rov ma‘lumotlariga ko‘ra ota-onalarning ta‘lim sifatini tahlil qilish natijasida 8,8 foizi to‘liq bo‘lmagan o‘rta, 26,6 foizi o‘rta, 24,8 foizi o‘rta maxsus, 39,8 foizi oliy ma‘lumotli ekanligi aniqlandi.

Farzandlaringiz tez-tez kasal bo‘ladimi, degan savolga, ota-onalarning ko‘pchiligi - 64,8% - bolalari kamdan-kam kasal bo‘lishlarini, 14,8% - goh-gohida, 5,6% - tez-tez kasal bo‘lishlarini va faqat 12,6% bolalari kasal emasligini ta‘kidladilar.



7-8 yoshli bolalarning harakatga tayyorgarligini o'rganish jismoniy holatning individual ko'rsatkichlarida bolalarning ma'lum bir qismining kechikishini aniqladi, bu jismoniy tarbiya ta'lim tizimidagi nuqsonning natijasidir.

Shu munosabat bilan boshlang'ich sinf o'quvchisining jismoniy tarbiyasi mazmunini yangilash va umumta'lim maktabining mavjud texnik imkoniyatlari doirasida ta'lim jarayoniga tegishli tuzatishlar kiritish zarur.

Jismoniy tarbiya bo'yicha davlat standartlarida ko'zda tutilgan, ularni qurishga uslubiy jihatdan malakali yondashish, bolalarning imkoniyatlarini hisobga olgan holda jismoniy faoliyatning hajmi va intensivligini optimal dozalash bilan tashkil etilgan.

Xulosa va munozara. Boshlang'ich maktab yoshidagi bolalarning maktab jismoniy tarbiyasi sohasidagi modernizatsiya bolalarning ushbu kontingentining jismoniy rivojlanishi, harakatchanligi va funksional imkoniyatlariga qarab pedagogik jarayonning mazmunini batafsil farqlashga qaratilgan bo'lishi kerak.

Adabiyotlar:

1. Зациорский В.М. Спортивная метрология. М.Фис, 2018 – 49 с.
2. Kerimov F.A. Sport sohasidagi ilmiy tadqiqotlar. Tashkent 2014 334 b.
3. Усмонходжаев Т.С. Научно-педагогические основы физического совершенствования детей в связи с их двигательной деятельностью. Автореф.дисс...док. пед. наука Ташкент. - 2015 – 50 с.
4. Бальсевич В.А. Онтокинезиология человека. - М.: Теория и практика физической культуры, 2000. - 275 с.
5. Бернштейн Н.А. О ловкости и ее развитии. - М.: Фис, 1991. - 271 с.
6. Usmonxo'jayev S., Aliyev M.B., Sagdiyev N.H., Turdiyev F.K., Akramov J.A. Bolalar va o'smirlar sporti mashg'ulotlari nazariyasi va uslubiyati. T., "ILM ZIYO". 2006. 124 b.
7. Usmonxo'jayev T.S., Islomova S.T. Maktabgacha ta'lim muassasalarida jismoniy tarbiya T.: "Ilm Ziyoy" nash. 2006.
8. Алиев М.Н., Магомедов И.М. Формирование и совершенствование функции равновесия у младших школьников/Теоретико-методологические проблемы непрерывного физкультурного образования. Махачкала, 1998. 46-48 с.
9. Волков Л. В. Физические способности детей и подростков. - Киев: Здоровье. 1981.-120 с.
10. Salamov R.S. Jismoniy tarbiya nazariyasi va uslubiyati. 1 tom. Darslik. ITA-PRESS. T.:2015. 220 b.

РЕЗЮМЕ

Boshlang'ich ta'limda bolalarning jismoniy faolligini oshirish ularning kelajakdagi umumijismoniy ko'rsatkichlari poydevori bo'lib xizmat qilishi ma'lum. Ushbu maqolada o'quvchilarning dars va darsdan tashqari mashg'ulotlarda jismoniy holatini pedagogik nazorat qilish va tahlil qilish tushunchalar, atamalar va o'lchash tartib-qoidalarining yagona tizimiga asoslanishi tavsiya etiladi.

РЕЗЮМЕ

Известно, что повышение двигательной активности детей в начальной школе служит фундаментом их будущей общей физической работоспособности. В данной статье рекомендуется педагогический контроль и анализ физического состояния учащихся на уроках и внеклассной деятельности основываться на единой системе понятий, терминов и методик измерения.

SUMMARY

It is known that increasing the physical activity of children in primary education serves as a foundation for their future general physical performance. In this article, it is recommended that the pedagogical control and analysis of students' physical condition in lessons and extracurricular activities be based on a unified system of concepts, terms and measurement procedures.