



JISMONIY TARBIYA DARSLARINING ESTETIK JIHATLARINI ANGLASH KO‘NIKMASINI SHAKLLANTIRISH

Djoldasov Rasul Farxadovich

Qaraqalpaq mamleketlik universiteti assistent oqitiwshisi
rasuldjoldasov@gmail.com

Abdimuratov Muratbay Uzaqbergenovich

Qaraqalpaq mamleketlik universiteti stajor oqitiwshisi
muratbayabdimuratov@gmail.com

DOI: <https://doi.org/10.5281/zenodo.15079442>

Annotaciya. Estetika, avvalo, insoniyatning mehnat faoliyatida namoyon bo‘ladi. Bu esa uni o‘rab turgan muhit va o‘zini shakllantirishga yo‘naltirilgan borliqqa bo‘lgan estetik munosabati uning o‘z faoliyatidan kelib chiqishini bildiradi. Jismoniy harakatlaridagi estetik go‘zallikni anglash va uni his qilish o‘z faoliyatida milliy harakatli o‘yinlarni qo‘llash vositasida kichik o‘quvchi shaxsining ma‘naviy rivojlanishiga ta‘sir ko‘rsatadi. Yoshlarning jismoniy faoliyati qiyin va mushkul tus olmay, unga estetik zavq bag‘ishlashi uchun uni ko‘tarinki ruhda amalga oshirish, harakatlarning aniqligi va go‘zal bo‘lishiga erishish, vaqtdan samarali foydalanish, o‘quvchini ruhlantira bilish ushbu jaryonning samaradorligiga olib keladi.

Tayanish túsinipler. Jismoniy tarbiya, estetika, tajriba, qobiliyat, xususiyatlar.

Jismoniy tarbiya darslarining estetik jihatlarini anglash ko‘nikmasini shakllantirish nafaqat mazmun, balki metodik jihatidan ham rang-barang hamda keng didaktik imkoniyatlarga ega. Jismoniy tarbiya darslarida olib boriladigan mashg‘ulotlardan foydalanish jarayonida faoliyatning estetik xususiyatlarini anglash funksiyalari quyidagi metodlar orqali izohlanadi:

- mashg‘ulot mavzularini emotsional izohini tushuntirish;
- harakatlarni texnik maromiga yetkazib bajarish va emotsional tarzda izohlash, bu go‘zallikni anglash vositasida o‘quvchilarda ta‘sir lanish hissini keltirib chiqaradi;
- o‘quvchilarning o‘z jismoniy harakatlari va faoliyatidan rohatlanish va zavqlanish hissini namoyon etish;
- jismoniy mashqlar bilan shug‘ullanish jarayonida qilingan harakatlarda go‘zallikning namoyon bo‘lishiga amaliy o‘rgatish.

Umumiy o‘rta ta‘lim maktablarining jismoniy tarbiya darslarida milliy harakatli o‘yinlar vositasida estetik tarbiyalanganlik darajasini shakllantirish borasida dars jarayonini muvafaqqiyatli tashkil etish uchun mashg‘ulot tiplarini to‘g‘ri rejalashtirish muhim ahamiyat kasb etadi. Shu ma‘noda ta‘lim tizimida yuqori sinfi o‘quvchilarining yuksak ma‘naviyatli, estetik didli, axloqli va ma‘rifatli, bir so‘z bilan aytganda, barkamol shaxs sifatida tarbiyalanishiga alohida ahamiyat qaratish talab etilmoqda[103]. Bu jarayonda yosh avlodning jamiyat rivojining hozirgi



bosqichiga mos nazariy bilim, amaliy ko‘nikma va malakalar sohibi bo‘lishi muhim hisoblanadi. Jumladan, ta‘lim va tarbiya ishlarini yuqori sinf o‘quvchilarida harakat elementlarining estetik asoslarini anglash ko‘nikmasini shakllantirishga yo‘naltirish alohida e‘tibor talab etadi. Shu jihatdan olib qaraganda, umumiy o‘rta ta‘lim yo‘nalishida tadqiq qilinishi lozim bo‘lgan muhim masalalar tizimida o‘quvchilarni zamonaviy usullar asosida estetik tarbiyalashda jismoniy tarbiya darslaridan foydalanishning pedagogik tizimini ishlab chiqish, uni amaliyotga tatbiq etishning yangi metodik yondashuvlarini joriy etishning mazmuni va metodikasini ishlab chiqish muammosi sanalishi lozim.

Yuqori sinflarda o‘qitiladigan jismoniy tarbiya o‘quv fanidan tayyorlangan davlat ta‘lim standarti (DTS) o‘zining tuzilishi va mazmuniga ko‘ra jismoniy tarbiyani o‘qitish jarayonida o‘quvchi shaxsi, uning jismoniy rivojlanishi, intilishlari, qobiliyati va qiziqishlari ustuvorligidan kelib chiqadi. Ammo amaldagi dasturlar bo‘yicha ishlab chiqilgan o‘quv qo‘llanmalarida taqdim qilinayotgan topshiriqlar har doim ham o‘quvchilarning estetik tarbiyalanganlik darajasini o‘stirishga mo‘ljallangan emas. Shu maqsadda amaldagi dasturning tuzilishi, mazmuniga putur yetkazmagan holda unga o‘quvchilar bilimi, ko‘nikma va malakasiga qo‘yiladigan asosiy talablarni hisobga olib, dars mazmuniga emotsional yuklama, o‘zining estetik mazmuniga ega bo‘lgan jismoniy mashqlar va harakat elementlariga oid materiallar kiritildi. Ular yuqori sinf o‘quvchilarining mashg‘ulotlar mazmunidagi nafosatni anglashga bo‘lgan qiziqish va ehtiyojlarni faollashtirishga hizmat qiladi. [5]

O‘quvchilar jismoniy tarbiyaga bo‘lgan qiziqishlari, turli sport o‘yinda qatnashib, undagi zarur harakatlarni bajarish jarayonlari estetik jihatdan yo‘naltirilgan bo‘lishi ishimizda tadqiq etilayotgan muammoni hal etishda hal qiluvchi ahamiyat kasb etadi. Shuningdek, o‘qituvchilarni zarur bo‘ladigan talablar, tavsiyalar, eslatmalar, jismoniy tarbiya nazariyasi va amaliyotining estetikaga bog‘liq bo‘lgan jihatlaridan foydalanish bo‘yicha metodik ishlanmalar bilan ta‘minlash muhim ahamiyat kasb etadi. Biroq mashg‘ulotlarga qiziqish muammosi asosiy maqsadni chetlab o‘tmasligi kerak. O‘quvchilarning jismoniy tarbiya darslari orqali estetik xususiyatlarni shakllantirish jismoniy tarbiya darslarining tuzilishi, mazmuniga singib ketishi, uning tarkibidan o‘rin egallashi, ayni paytda o‘ziga xos nufuzga ega bo‘lishi, shu bilan birga estetik mazmundagi jismoniy mashqlar va turli sport o‘yinlar mazmuni ularda maroq va emotsional jo‘shqinlik kasb etishi lozim.

Yuqori sinf o‘quvchilarini jismoniy tarbiya darslarida estetik tarbiyalashni amalga oshirish maqsad qilib qo‘yilgan darsga quyidagi didaktik talablar qo‘yildi:



- jismoniy tarbiya jarayonida yengil atletika, gimnastika, sport o‘yinlari, shaxmat va harakatli o‘yinlarning vazifalari, o‘quv materiallari mazmuni bilan o‘quvchilarning bilish faoliyatlari hamda mashg‘ulotlarni tashkil etishning metodlari va usullarining o‘zaro uyg‘unligi;

- mashg‘ulotdagi vazifalarni aniq qo‘yish hamda ularning asosiy harakatlaridagi estetik jihatlariga alohida e‘tibor berish;

- o‘quvchilarda bajariladigan harakat elementlarining estetik go‘zalligini anglash ko‘nikmasini faollashtirish;

- mavjud didaktik imkoniyalardan unumli foydalanish;

- darsning mazmuni va metodlarining qulay bo‘lishini ta‘minlash;

- materiallarni o‘zlashtirish jarayoni qulayligini ta‘minlashda mashg‘ulotlarning optimal darajasiga erishish (9-11-sinflar bo‘yicha);

- yuqori sinf o‘quvchilarning yosh va jinsiy xususiyatlarini hisobga olish;

- o‘quvchilarga individual va tabaqalashtirilgan yondashuv.

Yuqori sinf o‘quvchilarining jismoniy tarbiya darslarida estetik xususiyatlarini shakllantirishda beriladigan topshiriqlar ham muayyan talablar asosida amalga oshiriladi.

Mashg‘ulotlarni tashkil etish va o‘tkazish jarayoniga quyiladigan vazifa va topshiriqlarning asosiy didaktik talablari, vazifalari quyidagilarni o‘z ichiga oladi:

- jismoniy tarbiya mashg‘ulotlarining xilma-xilligi;

- mashg‘ulotlarda foydalaniladigan usullar vositasida o‘quvchilarda estetik xis va didni tarbiyalash;

- o‘quvchilarda o‘rtoqlari xatti-harakati va o‘zini o‘rab turgan muhitdagi go‘zallikni topa olish qobiliyatini shakllantirish.

Vazifalarni bajarishga bo‘lgan umumiy talablar:

- istak, qiziqish, emotsional ko‘tarinkilik;

- harakatlarni bajarishning aniq maqsadini anglab yetish;

- o‘quvchilarni vazifani bajarish jarayoniga to‘liq jalb etish;

- o‘quvchilarning erishilgan natija nafaqat o‘zi, balki o‘zgalar uchun ham kerakligini anglashi;

- o‘z-o‘zini baholash.

Og‘zaki bilan ko‘rgazmali, so‘z, harakatning o‘zaro mustahkam aloqasi amaliy tadqiqotning xususiyatlaridan iborat bo‘ladi. [2]

Dasturda mashg‘ulotlarning turlari taklif etilar ekan, ularning tarixiy-nazariy hamda estetik asoslarini anglashga yo‘naltirish va bu bilimlar jismoniy tarbiya darslarida xizmat qilishi uchun muayyan darajada diqqat markazida bo‘lishi nazarda



tutiladi hamda dastur materiallarini o‘zlashtirishda quyidagi umumiy talablar qo‘yiladi:

- o‘quvchilarga o‘rgatilayotgan o‘quv mashg‘uloti to‘g‘risida umumiy ma’lumotlar berish;

- asosiy harakatlar va mashqlar, ularning mazmuni hamda bajarilish estetikasini ta’riflab berish;

- jismoniy tarbiya darslarida mashg‘ulot vazifalariga o‘ziga xos ta’rif berish, ushbu vazifalarni dars jarayonida qo‘llanilishi o‘quvchilarga nimalar berishi haqida tushuncha hosil qilish;

- o‘quvchilar ongida tashkil etiladigan mashg‘ulotlarning estetik mazmuni haqida tasavvur paydo qilish.

Shu nuqtai nazardan yuqorida sharhlab o‘tilgan xususiyatlarni nechog‘lik amalda samarali qo‘llanishi aynan jismoniy tarbiya darslari mazmuni bilan bog‘liq bo‘lganligi uchun ham uni imkon boricha takomillashtirish maqsadga muvofiq.

Yuqori sinf o‘quvchilarining estetik dunyoqarashini shakllantirishda jismoniy tarbiya darslari bo‘limlaridan foydalanishning pedagogik mexanizmini ishlab chiqish pedagogika fanining muhim masalasidir. Bu faqatgina o‘sib kelayotgan yosh organizmni normal tarzdagi jismoniy rivojlanishiga ta’sir qilibgina qolmasdan, balki shaxsni axloqiy va estetik sifatlarini shakllanishiga olib keladi. Jismoniy tarbiya darslarida mashg‘ulotlarning to‘g‘ri tanlanganligi va yo‘naltirilganligi tarbiyaning aqliy, estetik, ma’naviy hamda mehnat singari boshqa turlari bilan qo‘shib olib borilgandagina amalga oshiriladi.

Jismoniy tarbiya darslarining sport turlari yordamida o‘quvchilarni estetik tarbiyalash vazifalarini amalga oshirish murakkab va uzoq davom etadigan jarayondir. Bunda hech qanday tasodifiy va shoshilinch narsalar bo‘lishi mumkin emas.

Yuqori sinf jismoniy tarbiya darslarining (yengil atletika, gimnastika, sport o‘yinlari, shaxmat va harakatli o‘yinlar) bo‘limlari jismoniy rivojlanish va jismoniy tayyorgarlikga qaratilgan jarayon sifatida shaxslarda fikrlar uyg‘otadi. Ammo yuqorida keltirilgan dastur mazmuniga e’tibor qaratilsa uning aksini ko‘rishimiz mumkin. Shu tariqa, avvalo, jismoniy tarbiya darsning yillik dars taqsimoti aks etgan quyidagi jadvalda belgilab qo‘yilgan (1-jadval).

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO‘YXATI

1. Абу Наср Форобий. Фозил одамлар шархи. – Тошкент: 1991. – 107 б.
2. Абдуллаева М.А. Оилада мактабгача таълим ёшидаги болаларда эстетик тасаввурларни шакллантириш. Пед.ф.н.Дис. – Т.: 2009. – 169 б.



3. Абдуллаев Ш.Ж. Миллий мафкура ва миллий жисмоний тарбия // “ Баркамол авлодини тарбиялашда жисмоний тарбиянинг роли”. Республика илмий - амалий анжуман тезислар тўплами. – Бухоро: 2002. – Б.166-168.
4. Абдулла Шер, Э., Ҳусанов Б. Эстетика. – Т.: 2000. – 192 б.
5. Abdullayev A.A. Xalq o‘yinlari vositasida o‘quvchilarda sog‘lom turmush tarzi ko‘nikmalarini shakllantirish mexanizmlarini takomillashtirish. Diss.Avtoref. Chirchiq-2022 y. 53 b.
6. Абдуллаев А., Хонкелдиев Ш.Х. Жисмоний тарбия назарияси ва услубияти. Олий ўқув юртлари учун дарслик. ЎзДЖТИ нашриёт матбаа бўлими. Тошкент-2005 й. 360 б.
7. Azizova M.A. Estetika (ma‘ruza matnlari).– Т.: 2006. – 115 б.
8. Алциаури Л.Ш. Социально – педагогические аспекты вовлечения женщин в физкультурно – спортивную деятельность; Автореф. дис. ... канд. пед. наук. – Тбилиси, 1990. – 22с.
9. Аллакулов Х.Х. Баркамол авлод - ватан келажаги.// “Болалар ва ёшлар ўртасида жисмоний тарбия ва спортни ривожлантиришнинг долзарб муаммолари”. Илмий-амалий анжуман материаллари. 1қисм, – Термиз: 2003. – Б. 3-4.
10. Аннамуратова С.К. Педагогические основы эстетического воспитания старшеклассников во внеклассной работе: Дис. ... доктора пед. наук. – Т.: – 1991. – 428 с.
11. Арслонов Т.Р., Солихов А.Г., Салайдинов Б.М. Ўзбек хотин қизларининг жисмоний тарбия билан шуғулланишида “Барчиной”, “Тўмарис” ўйинларининг таъсири.// “Хотин-қизлар ўртасида миллий спорт турлари ва ўйинларини ривожлантириш муаммолари”. Илмий-амалий анжумани марърузалар матни.–Қарши: 2001. – 60 б.
12. Аслонова М. Таълим жараёнида ҳаракатли ўйинлардан фойдаланиш. (Бошланғич синфларнинг жисмоний тарбия дарслари мисолида). Пед.ф.н.Дис. – Т.: 2009. – 153 б.
13. Атоев А.К., Носиров М. Жисмоний тарбия ва шахсни ахлоқий тарбиялаш. –Т.: 1993. – 143 с.
14. Атоев А.К. Оилада болалар жисмоний тарбиясининг назарияси ва амалиёти. – Т.: Ўқитувчи, 1992. – 150 б.
15. Атоев А.К., Белов Б. В., Сермеев А.Б. Спортивно-массовая работа по месту жительства. – Т: Ўқитувчи, 1992. – 178 с.
16. Атоев А.К. Теория и практика физического воспитания детей в семье. Дис... докт. пед. наук. –Киев: 1984. – 253 с.
17. Атоев А.К. Фарзандларингиз баркамол бўлсин. – Т.: Ибн.Сино. 1990. – 148 с.
18. Атоев А.К. Ўзбек халқ миллий ўйинларидан фойдаланиш // Совет мактаби. – Тошкент, 1988. - №8 45– 48-б.
19. Ахмедов Ш. Эстетическое воспитание учащихся начальных классов узбекской школы во внеклассной работе. Дис. ... доктора пед. наук. – Москва: 1980. – 428 с.
20. Ахмедов Ф. Миллий анъаналарнинг жисмоний таълим маданиятида тутган ўрни. // “Халқ таълими”. 2006. –№4 97–100-б.
21. Ашмарина Б.А. Теория и методика физического воспитания. Под.ред. М.: Просвещение, – 1990. 152 с.
22. Бакшева Т.В. Эстетическое воспитание в подготовке квалифицированных кадров в области физической культуры и спорту // Проблемы детской антропологии: Материалы Всероссийской научной конференции. – Ставрополь: Кавказский край, 2001. С. 50–51.