



JISMONIY TARBIYA VOSITALARI YORDAMIDA MAKTABGACHA TA'LIM YOSHIDAGI BOLALARDA SHAXSNI SHAKLLANTIRISH JARAYONINING NAZARIY VA AMALIY ASOSLARI

<https://doi.org/10.5281/zenodo.18688869>

Ibragimova Gulchehra Anvarovna

Guliston davlat pedagogika instituti 2-bosqich magistranti

Gulcehraibragimova506@gmail.com

+998915057836

Annotatsiya. Ushbu maqolada maktabgacha yoshdagi bollarni jismoniy tarbiyalash mazmuni va vazifalari yoritilgan bo'lib jismoniy mashqlarning organizimga tasiri va pedagogik jarayonning o'zaro uyg'unligi, maktabgacha ta'lim yoshidagi bolalarga mashg'ulotlarning foydasi, jismoniy mashqlarning ahamiyati va texnikasi, ularni o'tkazish metodikasi va harakatli o'yinlar haqidagi tushuncha va bilimlarni berish bizning oldimizga qo'yilgan tajribada batafsil yoritilgan.

Kalit so'zlar: jismoniy tarbiya, jismoniy mashq, xarakatli o'yin, jismoniy rivojlanish, musiqali gimnastika, top, arqon.

Abstract. The content and means of physical education of preschool children in Ushba are highlighted, the organization of educational activities and the harmony of the pedagogical process. One of our experiences is to teach children of preschool age the benefits of training, the importance and techniques of physical exercises, the methods of conducting them, and the knowledge of movement games.

Key words: physical education, physical exercise, active game, physical development, rhythmic gymnastics, ball, rope.

Аннотация. Освещены содержание и средства физического воспитания дошкольников в Ушбе, организация учебной деятельности и гармоничность педагогического процесса. Обучение дошкольников преимуществам тренировок, значению и способам физических упражнений, их методам, двигательным играм – один из наших опытов.

Ключевые слова: физическое воспитание, физическое упражнение, подвижная игра, физическое развитие, музыкальная гимнастика, мяч, верёвка.

Maktabgacha yoshdagi bolalarning rivojlanishi va o'sishi uzluksiz davom

etadigan jarayondir. Bu davrda bolalarning jismoniy tarbiyasini to'g'ri tashkil etish, rivojlantirish,



shakillantirish, ilk yoshdan boshlab jismoniy ko'nikma va malakalarini takomillashtirish va har tomonlama uyg'un rivojlantirish, maktabgacha ta'limda jismoniy tarbiya mashg'ulotlarining asosiy talablaridan hisoblanadi.

Yurtimizda sog'lom va barkamol avlodni voyaga yetkazish davlat siyosatining ustuvor yo'nalishlaridan biri bo'lib, millat genofondini asrash, oilada, jamiyatda sog'lom turmush tarzini shakllantirish bu bizning oldimizga qo'ygan asosiy maqsadlarimizdan biri hisoblanadi.

Bolaning biologik rivojlanishi jarayonini tabiiy fanlar majmui o'rganadi. Ularning asosini I.M.Sechenov, I.P.Pavlov va ular izdoshlarining organizm va muhit birligi, organizmning yaxlitligi va uning hayotiy faoliyatida markaziy asab sistemasining tartibga soluvchi roli haqidagi ta'limoti tashkil etadi. Maktabgacha ta'lim yoshidagi bolalar organizmining o'ziga xos tomoni shundaki, u juda tez o'sadi va rivojlanadi. Shu bilan birga organizm funksiyalari va sistemalarining shakllanishi hali tugallanmagan bo'ladi, shunga ko'ra u tez jarohatlanadi. Bog'chada har bir guruh uchun xonalar ajratiladi. Guruh xonalari bolalarning erkin harakat qila olishi va sof havo bilan nafas olish imkonini beradigan darajada katta, yorug', quruq va issiq, derazalari janubi - sharqqa qaragan bo'lishi kerak. Guruh xonasining balandligi 3 — 3,5 m bo'lib, har bir bolaga bino sathidan 2,5 kv. m joy, taxminan 8 kub m havo to'g'ri kelishi; xona bezagi gigiyenaga xos, tez

toza bo'ladigan, yoqimli, yumshoq rangda bo'lishi kerak. Guruhda tartib bo'lishiga rioya qilish zarur. Xonada yorug'likni to'sadigan og'ir va qalin pardalar, gilamlar, yumshoq mebellar, umuman ortiqcha narsalar bo'lmasligi kerak. Hamma jihozlar ta'lim — tarbiya talabiga, bolalarning bo'yi va gavda tuzilishiga mos bo'lishi va maktabgacha ta'lim vazirligi tomonidan qo'yilgan maxsus normaga javob berishi lozim. Bolalarning stol-stullari ancha mustahkam va yengil tuzilishi, sodda hamda oson yuviladigan bo'lishi kerak. Stollarga yorug'lik chap tomondan tushadigan qilib joylashtirilishi lozim. O'yinchoq va ko'rgazmali qurollar ham gigiyenik talablarga javob beradigan, pishiq, zararsiz rangda, tashqi ko'rinishi silliq bo'lishi talab qilinadi. Tarbiyachi o'z guruhining gigiyenik sharoiti uchun javobgar sanaladi. Har bir yosh guruhi uchun butalar bilan ajratilgan alohida maydoncha bo'lishi kerak. Maydonchada bolalarning harakatlarini rivojlantirish uchun joy, qum, suv, qurilish materiallari bilan o'ynaladigan o'yinlar uchun joy, ijodiy o'yinlar va turli o'yinchoqlar bilan o'ynaladigan o'yinlar uchun joy ajratiladi. Maydonchada harakatlarni rivojlantiruvchi jihozlar: tirmashib chiqish uchun devorchalar uch, to'rt va olti burchakli, muvozanat saqlash mashqlari uchun xoda, tepalik, sakrash, uloqtirish mashqlari uchun kerakli jihozlar bo'lishi kerak. Bularning hammasi bolalarning yoshi va kuchiga mos, pishiq, mustahkam, chiroyli bo'lishi zarur. Bog'cha maydonchasida



bolalarning velosipedda yurishlari uchun yo'laklar bo'lishi kerak. Yomg'ir va quyoshdan saqlanish uchun yopiq ayvonlar bo'ladi. Maydoncha har doim ozoda, tartibli bo'lishi zarur.

Maktabgacha ta'lim tashkilotlarda bolalar uchun jismoniy tarbiya mashg'ulotlarini o'tkazishda quydagilar birinchi darajali vazifalar sanaladi Sog'lomlashtiruvchi vazifalar. bolalar sog'lig'ini mustahkamlash, organizmning shakl va funksiyalarini uyg'un rivojlantirish, ish qobiliyatini oshirish, har xil tashqi ta'sirlarga chidamliligini kuchaytirish, uzoq umr ko'rishini ta'minlash.

Ta'limiy vazifalar. Maktabgacha ta'lim yoshidagi bolalarga xos bo'lgan o'ta qabul qiluvchanlikni, sharoitning o'zgarishiga yengil moslashish qobiliyati bir qator ta'limiy vazifalarni amalga oshirish imkoniyatini yaratadi, chunki: kerakli ko'nikma va malakalarni shakllantirish, jismoniy sifatlar chaqqonlik, kuchlilik, chidamlilik, tezkorlik, egiluvchanlik, muvozanat, ko'z bilan chamalashni o'stirish, to'g'ri qaddi - qomat, gigiyena ko'nikmalarini tarbiyalash, jismoniy tarbiya haqidagi bilimlarni o'zlashtirish. va bollalarni tartib intizomga ozodalikka vaqti kelganda mustaqil qaror qabul qilishga o'rgatadi.

Boladagi harakat ko'nikinalari emaklash, yurish, yugurish, velosipedda uchish nisbatan yengil shakllanadi va ular bolaning muhit bilan aloqasini osonlashtiradi. Bola chanada uchayotib qor, shamolning, suvda suzayotib suvning xossalari bilan tanishadi. Jismoniy mashqlar, gigiyena malakalarini egallash bilan bog'liq bo'lgan dastlabki bilimni shakllantiradi. Maktabgacha ta'lim yoshidagi bolalarga mashg'ulotlarning foydasi, jismoniy mashqlarning ahamiyati va texnikasi, ularni o'tkazish metodikasi haqidagi, harakatli o'yinlar, gimnastika mashqlari, jamoa bo'lib o'ynaladigon estafetali harakatli o'yinlar haqidagi tushuncha va bilimlarni berish muhim hisoblanadi.

Xulosa o'rnida shuni aytish lozimki, bola tarbiyasi oila, maktab, mahalla, jamoatchilik bilan hamkorlikda olib borilmas ekan, tarbiyada ko'zlangan orzu-maqсадlarga erishish qiyin bo'ladi. Oilada maqsadga muvofiq tarbiya olgan bola maktabda barkamollashadi, ta'lim olib o'z ma'naviyati va madaniyatini yuksaltiradi. Sog'lom turmush tarzini tashkil etishning yetakchi printsipi yoshlarda maktabgacha ta'lim muassalarida jismoniy tarbiya mashg'ulotlarini muntazam ravishda olib bo'rish, bollarni yoshlik cho'g'idan boshlab qiziqishlari qobilyatidan kelib chiqib ma'lum bir sport turiga yo'naltirish muhim vazifa hisoblanadi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR:

1. Mirziyoev Sh.M. Speech at a joint meeting of the Oliy Majlis of the Republic of Uzbekistan on the occasion of the inauguration of the President of the Republic of



Uzbekistan "Building, together with our courageous and noble people, a free and prosperous, democratic state of Uzbekistan." - T.: "Uzbekiston", 2016. - 56 p.

2. "Pedagogical skill and pedagogical technology" T., 2003.

3. Sodikova Sh. "Preschool Pedagogy". "Sources of Thought". T: 2013, - 330

4. Kadyrova F., Toshpulatova Sh., Azamova M. "Preschool Pedagogy" - T., "Spirituality". 2019. 5. Journals "Methodology of preschool education". -T:, numbers 2018