

МАКТАБГАЧА ТАЪЛИМ ТАШКИЛОТЛАРИДА ЖИСМОНИЙ ТАРБИЯ ИШЛАРИНИ ТАШКИЛ ЭТИЛИШИ.

Раимов Давлатнур Илхомжонович

Гулистон давлат педагогика институти ўқитувчиси

<https://doi.org/10.5281/zenodo.10523790>

Аннотация. Мазкур илмий мақолада мактабгача ёшдаги болларнинг ривожланиши ва ўсиши узлуксиз давом этадиган жараён эканлиги бойис, жисмоний тарбия ва спорт соҳасида давлат бошқаруви тизимини тубдан такомиллаштириши, мактабгача таълим ташкилотларида сузиши, гимнастика ва ҳаракатли ўйинлар бўйича машғулотлар олиб бориши орқали жисмоний ривожлантириши ҳамда саломатликни мустаҳкамлаш учун тарбияланувчиларда жисмоний тарбия ва спорт машғулотларига қизиқишни шакллантириши каби йўналишлари ёртилган.

Калим сўзлар: ижтимоий, сиёсий, экологик, илмий, техникавий, индустриал, спорт, жисмоний, сузиши, гимнастика, шахмат- шашка, воркоутспорт, соғлом.

ORGANIZATION OF PHYSICAL EDUCATION IN PRESCHOOL EDUCATIONAL ORGANIZATIONS.

Abstract. In this scientific article, due to the fact that the development and growth of children of preschool age is a continuous process, it is necessary to fundamentally improve the state management system in the field of physical education and sports, to improve the physical development and health of children by conducting training in swimming, gymnastics and movement games in preschool educational organizations. areas such as formation of interest in physical education and sports activities are highlighted.

Key words: social, political, ecological, scientific, technical, industrial, sport, physical, swimming, gymnastics, chess, workout sport, healthy.

ОРГАНИЗАЦИЯ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ В ДОШКОЛЬНЫХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ.

Аннотация. В данной научной статье, в связи с тем, что развитие и рост детей дошкольного возраста представляет собой непрерывный процесс, необходимо коренным образом совершенствовать систему государственного управления в области физического воспитания и спорта, совершенствовать физическое развитие и здоровья детей путем проведения занятий по плаванию, гимнастике и двигательным играм в дошкольных

образовательных организациях. Выделены такие направления, как формирование интереса к физической культуре и спортивной деятельности.

Ключевые слова: социальный, политический, экологический, научно-технический, производственный, спортивный, физический, плавание, гимнастика, шахматы, физкультурно-оздоровительный, здоровый.

Мактабгача ёшдаги болаларнинг ривожланиши ва ўсиши узлуксиз давом этадиган жараён дир. Бу даврда болаларнинг жисмоний тарбиясини тўғри ташкил этиш, илк ёшдан бошлаб жисмоний кўникма ва малакаларини шакллантириш ва ҳар томонлама уйғун ривожлантириш мактабгача таълим жисмоний тарбия назариясининг асосий талабларидан ҳисобланади.

Бугунги болалар қаерда яшашидан қатъий назар, доимий равишда ижтимоий, сиёсий, экологик, илмий, техникавий ва индустриал соҳалардаги ўзгаришлар билан тўқнаш келишларига тўғри келади. Боланинг ривожланиши ва ўсиши узлуксиз давом этадиган жараён дир.

Бу даврда унинг шахс сифатида шаклланиши, илк бор оламни атрофидаги ашё ва буюмлар орқали англаб, ундан ўзича маъно топишга интилиши, қизиқиш, ҳиссиётлари, жисмоний ривожланишини кузатамиз. Ҳаётнинг ҳар бир даври, ривожланиш хусусиятлари ва эҳтиёжларига кўра ўзига хос босқичларга эга.

Боланинг ўсиб, улғайишида мактабгача бўлган даврни шулар сирасига киритиш мумкин. Болалар оҳанграболи олам ҳисобланиб, жуда тез ўсиш, ривожланиш ва ўзгаришлар ичида яшайдилар.

Ўзбекистон Республикаси Президентининг 2018 йил 5 мартдаги 5368-сонли “Жисмоний тарбия ва спорт соҳасида давлат бошқаруви тизимини тубдан такомиллаштириш чора - тадбирлари тўғрисида”ги Фармонида оммавий спортни ривожлантириш ва истеъдодли ёшларни саралаш (селекция) соҳасида таълим муассасаларининг устувор йўналишлари белгиланган бўлиб, унда мактабгача таълим ташкилотларида сузиш, гимнастика ва ҳаракатли ўйинлар бўйича машғулотлар олиб бориш орқали жисмоний ривожлантириш ҳамда саломатликни мустаҳкамлаш учун тарбияланувчиларда жисмоний тарбия ва спорт машғулотларига қизиқишни шакллантириш белгиланган. Ўзбекистон Республикаси Президентининг 2021-йил 5-ноябрдаги ПҚ-5282-сон қарори, мактабгача таълим бола шахсини соғлом ва ютуқ,

жисмоний ривожлантириш шу билан бирга мактабга тайёрланган ҳолда шакллантириш мақсадини кўзлайди. Мактабгача таълим ёшидаги болаларни соғлигини мустаҳкамлаш, организмнинг шакл ва функцияларини уйғун ривожлантириш, иш қобилиятини ошириш, ҳар хил ташқи таъсирларга чидамлилигини кучайтириш, узоқ умр кўришни таъминлаш учун сузишга ўргатиш учун энг аввало болада сув билан чиниқтириш ишларини олиб бориш лозим. Сув билан чиниқтириш ишлари жисмоний тарбия йўриқчиси, тарбиячи ҳамда ҳамшира назоратида олиб борилиши керак. Сув билан чиниқтириш ишларини олиб боришда бола ҳаёти ва соғлигини муҳофаза қилиш қоидаларига риоя этиш лозим. Болани ваннада иссиқ ёки илиқ сувда чўмилтириб, сузишни ўргата олмаймиз.

Балки болани бўшаштирган бўламиз. Болани сузишга совуқ сувда ўргатган маъқул. Бола учун керакли ҳароратни, сузиш бўйича мутахассислар 21-24 градусдаги сувда сузишни тавсия этадилар. Катталар учун эса бу ҳарорат жуда совуқ туюлади. Бу ҳароратдаги сувга ўзлари ҳам туша олмайдилар. Лекин очиқ сув ҳавзаларида, пляжда бу ҳароратдан пастроқ сувдасузган бўлардилар. Болани чўмилтираётганда аста-секин сув ҳароратини пасайтириб бориш кераклигини мутахассислар тавсия этадилар.

Жуда бўлмаганда 26-28 градусгача. 30 градусдаги сув жуда илиқ сув ҳисобланади. Бу ҳароратдаги сувда танани бўшатишимиз мумкин, холос. Бола сувдалигида турли кўшиқлар, шеърлар ва топишмоқларни айтиши ҳам мумкин. Машғулотлар чоғида болани мақтов сўзлари билан сийлаш лозим. Хатто арзимас мустақил ҳаракати учун ҳам макташ керак. Бугунги кунда барча мактабгача таълим ташкилотларида сув ҳавзалари мавжуд бўлиб, уларда болаларни соғломлаштириш ва чиниқтириш ишлари олиб борилади. Сув билан чиниқтириш ишларини олиб боришда бола ҳаёти ва соғлигини муҳофаза қилиш қоидаларига риоя этиш лозим. Мактабгача таълим ёшидаги болаларни соғлигини мустаҳкамлашда гимнастика ва шахмат - шашка ҳам, бола шахсини соғлом ва ютук, жисмоний ривожлантиради.

Гимнастика - жисмоний машқлар тизими булиб, жисмоний тарбиянинг муҳим тури. Болаларнинг жисмоний томондан ҳар томонлама ўсишга, саломатлигини мустаҳкамлашга, эпчил, чаққон, ҳаракатчан бўлишга ёрдам беради.



Мактабгача таълим ташкилотларида ўтказилаётган гимнастика ҳаракатлари , воркутспорт тури асосларини ташкил қилади.

Шашка-шахмат бу-ақлий тарбия бўлиб, кенг маънода сезиш ва идрок этишдан бошланади. Боланинг ақли, тафаккур, унинг ақлий ривожланиши, билимлар хажми, хусусияти ва мазмунида намоён бўлади. Мустақил ижодий фикрлашга интилишда ўз ифодасини топади. Ақлий фаолият боланинг машғулот жараёнида диққатини жамлашга ўргатади.

Шашка- шахмат бу икки ўйинчи учун мантиқий стол ўйини бўлиб, у шашкаларни шашка катаклари бўйлаб маълум бир тарзда ҳаракатлантиришдан иборат. Ўйин давомида ҳар бир ўйинчи бир хил рангдаги шашкаларга эга: қора ёки оқ (баъзан бошқа ранглار, улардан бири қоронғи, иккинчиси эса енгил деб ҳисобланади).

Ўйиннинг мақсади рақибнинг барча шашкаларини олиш ёки уларни ҳаракат қилиш (қулфлаш) имкониятидан маҳрум қилишдир. Ўйин майдонининг қоидалари ва ўлчамлари билан фарқ қилувчи шашкаларнинг бир нечта вариантлари мавжуд. Шашка ўйинини ўйнатиш орқали мактабгача таълим ташкилотида болаларни ақлий ривожлантиришни ҳамда болаларнинг мантиқий фикрлашларини шакллантиришга ҳисса қўшилган бўлади.

REFERENCES

1. Ўзбекистон Республикаси Президентининг 2018 йил 5 мартдаги 5368-сонли “Жисмоний тарбия ва спорт соҳасида давлат бошқаруви тизимини тубдан такомиллаштириш чора-тадбирлари тўғрисида”ги Фармони
2. Ўзбекистон Республикаси Президентининг 2021-йил 5-ноябрдаги ПҚ-5282-сон қарори,

3. "Илк қадам" 2018 йил, Мактадгача таълим ташкилотлари учун давлат ўқув дастури
4. Арслонов Қ.П, Абдуллаев Ш.Д, Ибрагимов М.Б. Жисмоний маданият дарсларида инновацион технологиялардан фойдаланиш.– Т.: Дурдона, 2016.
5. Ачилов А.М., Акрамов Ж.А., Гончарова О.В. Болаларнинг жисмоний сифатларини тарбиялаш. – Тошкент: Лидер Пресс, 2009. – 200 б.
6. Саламов Р.С. Жисмоний тарбия назарияси ва услубияти. Дарслик. 1 том. – Т.: ИТА-ПРЕСС, 2014. – 220 б.
7. Хуррамов Қ.Ж. Болалар ва ўсмирлар организмини шаклланишининг ёш хусусиятлари. – Т.: ИТА – ПРЕСС, 2015.
8. Usmanovna, A. N. (2022). Parental Relationship in Child Raising Psychological Properties. Eurasian Scientific Herald, 14, 13-16.
9. ALIMOVA, N. (2023). SOCIAL-PSYCHOLOGICAL COMPONENTS OF RESPONSIBILITY FOR CHILD EDUCATION. World Bulletin of Social Sciences, 29, 41-44.
10. Alimova, N. U. (2023). PARENTAL RELATIONSHIP IN CHILD RAISING PSYCHOLOGICAL PROPERTIES. Educational Research in Universal Sciences, 2(17), 513-517.
11. Alimova, N. (2023, December). FARZAND TARBIYASIDA OTA-ONA MUNOSABATLARINING PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI. In Международная конференция академических наук (Vol. 2, No. 13, pp. 9-12).