EURASIAN JOURNAL OF ACADEMIC RESEARCH
Innovative Academy Research Support Center
UIF = 8.1 | SJIF = 5.685 www.in-academy.uz

BASLAWISH KLASS OQIWSHILARIN FIZIKALIQ TARBIYALAWDA MEKTEP HÁM SHAŃARAQ ORTASINDAĞI PEDAGOGIKALIQ QARIM-QATINASTI JETILISTIRIW

Samenderov Nurlan
Ajiniyaz atındağı NMPI
Dene tárbiya fakulteti, II-basqısh magistrantı
https://doi.org/10.5281/zenodo.6468546

MAQOLA TARIXI
Qabul qilindi: 01-aprel 2022
Ma'qullandi: 10- aprel 2022
Chop etildi: 14- aprel 2022

ANNOTATSIYA

Ósip kiyatırğan jas awlatdiń fizikalıq kámal taptırıw búgingi kúnniń tiykarğı wazıypalarınan bolıp tabıladı.

KALIT SO'ZLAR
K.M. Maxkamjanov, FN. Nasriddinovlar

Ósip kiyatırğan jas awlatdiń fizikalıq kámal taptırıw búgingi kúnniń tiykarğı wazıypalarınan bolıp tabıladı. Sol sebepli mámleketimizde watan gúlleniwin bekkemleytuğın jetekshi kamal insan etip tárbiyalaw máselelerine ayrıqsha itibar qaratılıp atır Ulima bilim beriw mekteplerin baslawish klaslarda tálim-tárbiya alıp atırğan oqıwshılardıń fizikalıq tayınlığın asırıw búgingi kúnniń tiykarğı wazıypalarınan biri bolıp tabıladı.Alıp barılğan gúzetiwlerden kelip shiğip úzliksiz háreketleniw balalardıń dene tárbiyasiniń rawajlanıwı ushin koplegen maqsetler hám waziypalardi aldina qoyadi. Bir qatar qánigeleniń pikrine qarağanda, háreket sapalardı hár tárepleme rawajlandırıw ushın eń qolay dáwir bul baslanğısh klass jası bolıp tabıladı [2,3] K.M. Maxkamjanov, FN. Nasriddinovlar, pikrine qarağanda balalardıń fizikalıq tayarlıq nátiyjeleri jastan-jasqa ótiw menen hámme kórsetkishler belgili dárejede artıp baradı [3].

Baslawish klaslardaği dene tárbiyasi sabaği – jeke adamniń jetilisiwindegi fizikaliq tárepten rawajalaniwdiń dáslepki basqishi esaplanadi.Bul ushin dene tárbiya sabağinda tómendegi waziypalar orinlaniwi shárt.

a) Den sawliqti bekkemlew shiniğiwlari pedagogikaliq maqsetti iske asiriw jolinda hár qiyli tásir etiwler arqali hár táreplrme ósip rawjlaniwğa jol ashiw,jeńilden awirğa qaray shiniğiwlar islewge eniw máselelerin óz ishine aladi. Bul sabaq procesinde bir háptede bir ayda, bir jilda, izbe-iz iske asirip bariwi kerek. Izbe-iz asirilip barğan shiniğiw-oqiwshiniń júrek-qan tamir,nerv juyesi,organizimniń shingiwğa uyreniwi siyaqli kop, ğana den-sawliq táreplerin bekkemlep baradi. Demek oqiwshi ómirge isenimli jumis islewge qabiletli , sabaq processinde –aqliy miynet kónlikpelerin talap etetuğin pánler boyinsha da jaqsi kórsetkishlerge erise baslaydi. Ol

ushin awir pan bolmay qaladi, Hámmesine qábiletli uqipli,tiyanaqli bolip jetilisedi.

b) Shiniǵiwlar isewde sawatli turde iygeriwdi táminlegende oqiwshi dáslep iykemliligin táminlep issheńligin ósiriw qábiletine iye bola baslaydi.Ol kun rejimin toliq mengergen boladi,sol arqali hesh bir irkinshsiz uyde dene tárbiyasi menen shuǵillana baslaydi.

c) Dene tárbiyasinda tárbiya máseleleri baslawish klass oqiwshilariniń fizikaliq rawajlaniwin táminlewden ibarat bolip,oqiwshilar aniq jaǵdayda qanday háreket etiw kerek ekenligin uyrenip baradi.Sonday-aq oqiwshilar tártipti uyreniwdi kollektiv túrde háreket etiw kónlikpelerine iye bola baslaydi.Usi dáwirde óziniń fizikaliq múmkinshiligin taniy biliw oni kúndelikli paydalaniwǵa iykemlilik tanitiwi sport penen shuǵilaniwǵa háreketleniwge beriliwi ósip rawajlanadi. Bular haqiyqiy omir menen birge, sol menen birge uqsaǵan háreketlerde osip baradi.Ol ásirese turistlik sayaxatlarda paxotlarda ,ápwayi taza hawada juriw waqtinda kózge taslanadi.[1]

Alti hám on jasar balalardaǵi jas ozgeshlikleri kishi mektep jasindaǵi oqiwshilardiń aktiv háreketke bir adim jaqin bolatuǵinliǵi belgili. Sol ushin bul jastaǵi oqiwshilar sportqa qiziǵiwshan, muǵallimniń aytqanin túsiniw, deneside hámme háreketke iykemli biliwi dálillengen belgili metodikaliq ádebyatlarda bul jastaǵi oqiwshilardiń bir sutkadaǵi háreket kólemi 12-18 miń háreket kóleminen turadi delingen. Buǵan álbetde bir bir yarim saatliq dene tárbiyasi boyinsha sabaqtaǵi háreket kólemin qosiń. Sonda bul jastaǵi balalar qansha háreket etedi[2]

Oqiwshi ushin isenimsizlew bul fakitler oqiw qurallarinda jazilǵan yamasa, usi háreket kólemin shashib jiberip, qarap koriyik, máselen háptesinne 45 minutdan eki saatliq sabaq processi,5 minutdan hár sabaqtaǵi fizkulminutlar tanepis araliǵindaǵi bos waqtlar 20-30 minut, kúni uzaytirilǵan toparlardaǵi sport saatti 50-60 minut: Dene tárbiyasi boyinsha uy waziypasin orinlaw 15-20minut taǵi basqa.

Buǵan mektepten tisqari sport máselelerin qosiń. Aytayiq dógerek jumisi,Sport sekcyalarin hár qiyli jarislar hám eger oqiwshi qálese hár qiyli trenerovkalar.

Usi kóz qarasdan birinshi klastiń oqiwshisin alip qarayiq ol mektepke barawdan juda qiyin ahwalǵa tusip qalǵan yamasa otırishiǵa aylanip qalǵannan kiyin,oniń háreketi 50 payizǵa sheginip oynawshi dárejesinnen biraz kiyinliydi. Mugallim usi processlerdi názerde uslawi zárur.Endi oqiwshilardiń medicinaliq –biologyaliq tárepine názer awdarayiq.Balalar bul dáwirde ozleriniń háreket etiworginlariń rawajlaniwina biyim boladi. Suytip,olardin dene aǵzalariniń morfologyasi usini qálep turadi.[4]

Izertewshi alimlar bul kórsetkishti balaniń jasina baylanisli júda orinli esaplap shiqqan. Álbetde bul kórsetkishler biraz salistirmali bolip,baladaǵi ginetikaliq,tuwma jaǵdaydan da ǵarezli boliwi itimal oytkeni,giypara qizlar tezirek jetilip boyi biraz osip ketiwi yamasa balada sonday ahwal gúzetiliwi turǵan gáp.Muǵallimniń waziypasi sonnan ibarat balaniń usi ozinne tán ózgeshiliklerine nazer awdarip

olardiń dene qurilisina qarap oyin hám shiniǵiw turleri tańlap soni islewge uyretiwi kerek.Sonda bala erkin ósedi ham fizikaliq tárbiyaniń júklemesin ilimiy tárepten duris qabillaydi.Bolmasa balada oǵada semirip ketiwi,yamasa júrek qan tamir kesleklerinne ushiraw hám hádiyse juz beriwi múmkin.Buniń aldin aliw dene tárbiyasi muǵalimniń birden bir waziypasi.[5]

Baslawish klass oqıwshısınıń fizikalıq sapaların rawajlandırıw ushın háreketli oyinǵa tiykarlanǵan dene tárbiyası sabaǵı hám salamatlastiriw ilajların tuwrı shólkemlestiriw hám ótkeriweń zárúrli máselelerden biri esaplanadı. Baslawısh klass oqiwshilariniń oqıw kún tártibindegi salamatlastiriw-ilajların sapası hám natiyjeliligin háreketi oyinlar tiykarında jánede asırıw ushın olardın fizikalıq rawajlanıwı hám tayarlıq kórsetkishleri ortasidaǵi óz-ara baylanıslılıǵın anıqlaw kerek. Bul bolsa nátiyjeli quramali hám pedagogikalıq sınaq-tájiriybe jumısların nátiyjeli otkeriwge múmkinshilik jaratadı.

Kishi mektep jasındaǵı balalardıń dene tárbiyasına bagdarlama islengen ilimiy uslubiy ádebiyatlar analiz etip ulıwmalastırildi. Analiz qılıw processinde 7-10 jaslı balalardıń fizikalıq tárbiya shınıǵıwlarındaǵı háreket aktivligi, fizikalıq tayıngarliǵi hám rawajlanıwı uyreniledi. Bunnan tısqarı dene tárbiyası hám baslawish klass oqiwshiları menen háreketli oyinlardi shólkemlestiriw hám otkeriw boyisha simenar hám treninglar islenedi hám analiz qilindi.[3] Izertlewler nátiyjesi soni dáliliydi baslawish klaslarda háreketli oyınlardı ótkeriwdiń rejelestiriw tiykarlari boyinsha 7-10 jaslı balalar dene tárbiyası hám salamatlastiriw ilajlarında háreketli oyinlardi shólkemlestiriw hám ótkeriw anıqlandi. Baslawish klass oquvshilardiń háreketli oyınlardan paydalanıwda olardı jinsin hám jasin esapqa alip fizikalıq rawajlanıwın tayınlıǵın hám individual qásiyetlerin esapqa alındı.

Ilimiy izertlew jumısın aldınǵa qoyılǵan wazıypalardı ámelge asırıw ushın uluma bilim beriw mekteplerde pedagogikalıq tájiriybe jumısları ótkerildi. Tájiriybe processindegi dene tárbiyası sabaǵi waqtinda, salamatlastiriwshi ilajlarında ashıq hawadaǵı háreketli oyınlar balalardıń háreket sapalarin asırıwǵa qaratılǵan tárzde alıp barıldı. Tájiriybe toparlarǵa bólinip háreketli oyinlar boyisha dene tárbiyası shınıǵıwları tańlap alınǵan nátiyjeli qurallar tiykarında ótkerildi.

Qadaǵalaw toparlalarda bolsa programma tiykarında háreketli oyinlar ótkerildi. Ótkerilgen izertlew jumısların nátiyjesinden belgili boldi, tajiriba gruppası balaların fizikalıq tayarliǵin qadaǵalaw qadaǵalaw toparlardaǵi naátiyjege salıstırǵanda isenimli parxi menen erisilgeni anıqlandi. Qadaǵalaw topardaǵi qatinasiwshilar bolsa nátiyje jaqsılanǵan bolsada, isenimsiz parxi erise almadi.Alıp barılǵan jumıslardan anıqlaw múmkin, baslawish klass oqıwshıların pedagogikalıq qásiyetlerin esapqa alǵan túrde, úzliksiz túrde rejege tiykarınan háreketli oyinlar ótkerilse olardıń háreket aktivligi hám ayirmashilǵi aniqlanadi.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1.Ózbekiston Respublikasining "Jismoniy tarbiya va sport to'g'risida"gi Qonuni (2000 26may) "Xalq so' zi". -Toshkent. 2000. 21 iyun.

2. Ismoilov T., Maxkamjanov K., Xo'jaev P. Boshlang'ich sinflarda xarakatli oyinlar

3. Jismoniy tarbiya va sportni«Jismoniy tarbiya nazariyasi va metodikasi», Toshkent 2003 yil nazariy va amaliy muammolari. K.Mahkamjanov, K.Salomov ,

4. Rasulov «Jismoniy tarbiya nazariyasi va metodikasi», Toshkent2003yil.

5. Salomov.R.S. Sport mashǵulotiningnazariyasoslari Tashkent, 2005liy konferentsiyasi Andijon. 2006. 12-13 b.