

MAKTABGACHA YOSHDAGI BOLALARNI JISMONIY MASHG'ULOTLAR VA O'YINLARGA MOSLASHUVI VA ULARNI O'ZLASHTIRISHI

Otasheva Oysanamxon Hamidulla qizi

Andijon davlat pedagogika instituti magistri

<https://doi.org/10.5281/zenodo.10012976>

Annotatsiya: Maktabgacha yoshdagi bolalarni jismoniy faoliyat va o'yinlarga moslashtirish va o'zlashtirish ularning umumiy rivojlanishining muhim jihatlaridir. Yoshga mos keladigan jismoniy mashg'ulotlar va o'yinlar bilan shug'ullanish ularning jismoniy salomatligi, motorli ko'nikmalari, kognitiv qobiliyatlari va ijtimoiy o'zaro munosabatlariga hissa qo'shishi mumkin. Ushbu maqola maktabgacha yoshdagi jismoniy o'yinning ahamiyati va uning bolalar farovonligiga ta'sirini o'rganadi. Unda jismoniy faoliyat va o'yinlarning qo'pol va nozik motorli ko'nikmalarni, kognitiv funktsiyalarni, ijtimoiy o'zaro ta'sirlarni, ishonchni va o'zini o'zi qadrlashni rivojlantirish kabi afzalliklari muhokama qilinadi. Bundan tashqari, u maktabgacha yoshdagi bolalarni turli jismoniy faoliyat bilan shug'ullanishga undaydigan xavfsiz va rag'batlantiruvchi muhitni yaratish muhimligini ta'kidlaydi. Jismoniy o'yinning rolini tushunish va tegishli yordam ko'rsatish orqali o'qituvchilar, tarbiyachilar va ota-onalar maktabgacha yoshdagi bolalarning jismoniy faoliyat va o'yinlarga optimal moslashishi va o'zlashtirilishiga yordam berishi mumkin.

Kalit so'zlar: maktabgacha yoshdagi bolalar, jismoniy faoliyat, o'yinlar, moslashish, mahorat, vosita ko'nikmalari, kognitiv rivojlanish, ijtimoiy o'zaro ta'sir, ishonch, xavfsiz muhit.

Maktabgacha yoshdagi bolalarni maktabgacha ta'lim muassasalarida, oilada jismoniy tarbiyalashning asosiy vazifalari ularni sog'lom va baquvvat qilib o'stirish, ular organizmini chiniqtirish, ta'lim va tarbiyani to'g'ri tashkil etishdan iboratdir. Maktabgacha yoshdagi bolalarning sog'lomlashtirish vazifalari - bu jismoniy tarbiyaning eng asosiy vazifasi bo'lib, bola hayotini muhofaza qilish, uning sog'lig'ini mustahkamlash, organizmini chiniqtirish yo'li bilan o'zini himoya qilish va turli kasalliklarga chidamlilik xislatlarini oshirishdan iborat.

Jismoniy tarbiya jarayonida bolalarni harakatga o'rgatish tarbiyachining bevosita rahbarligi hamda uning kuzatuv ostidagi bolalarning mustaqil faoliyatida amalga oshiriladi. Harakat faoliyatiga o'rgatishda bolaning anglash, irodaviy va emotsional kuchlari rivojlanadi hamda uning amaliy harakat ko'nikmalari shakllanadi. Harakatlarga o'rgatish bola ichki dunyosi his-tuyg'usi, tafakkuri, asta-sekin shakllanadigan dunyoqarashi, axloqiy fazilatlariga; bolalar tomonidan bajariladigan, salomatlik va umum-jismoniy rivojlanish uchun foydali bo'lgan harakat faoliyatiga maqsadga yo'nalgan tarzda ta'sir etadi. Ta'lim mazmunini muvofiq maktabgacha yoshdagi bolalar ta'lim-tarbiyasiga qo'yiladigan davlat talablari asosida tanlangan jismoniy mashqlar, harakatli o'yinlar tashkil etadi. Ta'lim jarayonida kattalar bolalarga maqsadga yo'naltirilgan faoliyatning tajribasini beradi. Uning mazmuniga rivojlanish va takomillashishiga xizmat qiluvchi harakatlarni egallash tajribasi ham kiradi. Maktabgacha yoshdagi bolalar bilan ishlashda ularning yosh xususiyatlarini hisobga olish juda zarur, bolaning ongli harakat faoliyatida asqotadigan ayrim bilimlar; bolani harakatlarga o'rgatuvchi faoliyat metodlari, faoliyat va ularni amalga oshirishning malaka va ko'nikmalari haqidagi bilimlar birligi ish jarayonlaridan kelib chiqqan holda tarkibiy qismlarni tashkil etadi. Qismlardan biri ijodiy faoliyat tajribasi hisoblanadi. Bolalikdan mustaqil fikrlashga o'rgatilmagan va hamma narsani tayyor berilgandan so'ng o'zlashtiradigan kishi unga tabiat tomonidan berilgan sifatlarni namoyon qila olmaydi. Shuning uchun jamiyat yosh avlodning

ijodiy faoliyatga o'rganishiga tamoman befarq qarab turolmaydi. Harakat faoliyatini tarbiyalash jarayonida kattalar (ota-onalar, tarbiyachilar) bolalar rivojlanishining psixofiziologik xususiyatlarini hisobga olgan holda, ular oldiga yangi harakat vazifalarini qo'yadilar. Bolaning mashqlar jarayonida yangi harakat vazifalarini tobora hal eta borishi va shu bilan bog'liq ravishda vujudga keladigan katta imkoniyatlar harakatlar xarakteri va sifatini o'zgartiradi. Bu yosh davri uchun juda xarakterli bo'lgan narsa yangi mashqlarga o'rgatish jarayonida go'yo bir aylanib yangicha sifat kasb etadi. Chunonchi, bolaning yurishi dastlabki paytda va ikkinchi yilning oxirida butunlay farq qiladi. Bu hodisani yangilikning eski narsani diakktik inkori, barcha rivojlanishning va ziddiyatlarni hal etishning obyektiv sharti, harakatlanuvchi omil sifatida ko'rsatish mumkin. Har bir sohada rivojlantirish o'zidan oldingi yashash shakllarini inkor etmasdan kechishi mumkin emas. Bunday murakkab rivojlanish jarayoni tashqi va ichki sharoitning o'zaro aloqadorligida to'xtovsiz kechadi. Qiyinchiliklarni yengish va yangi vazifalarni hal etish bolada ijobiy emotsional kayfiyat hosil qiladi. Bu erishilgan maqsad, tarbiyachi bahosiga muvofiq yangi muskul sezgilari tufayli yuzaga keladi. Paydo bo'lgan o'zgarishlarni mustahkamlash yanada yuksakroq yutuqlarga intilish uyg'onishiga xizmat qiladi. Bu murakkab jarayon doimo tarbiyachi nazorati ostida bo'lishi kerak. Bir tomondan bolaning yangi harakat vazifasini tushunib olishini ta'minlash lozim, ikkinchi tomondan bolada mustaqillik va uni mavjud real harakat imkoniyatlari hamda yuzaga keluvchi qiziqish, emotsiyalari asosida amalga oshirish, g'ayratini uyg'otish zarur. Ta'lim boladan diqqatni bir joyga to'plashni, faol tasavvur, faol fikrlashni, xotirani rivojlantirishni talab qiladi: masalan, agar ta'lim jarayoni qiziqarlilik kasb etib, emotsional ruhda bo'lsa – emotsional; harakat namunasi tarbiyachi tomonidan obrazli tarzda ko'rsatilsa va bolalar tomonidan bajarilsa – obrazli; harakatli o'yin va ularni mustaqil bajarishda barcha mashq elementlarini bajarish izchilligi vazifalari tushunib va eslab qolinsa, og'zaki mantiqiy mashqlar bolalarning o'zlari tomonidan amalda bajarish bilan bog'liq bo'lsa – motor harakat. Buning uchun ta'lim erkin bo'lishi kerak, shundagina mashqlarni ongli, mustaqil bajarish mumkin. Bolalarga ta'lim berishda axloqiy tarbiya, bolaning ma'naviy tuyg'usi va ongini shakllantirish, uning oliyjanoblik va o'zaro yordam, maqsadga intilish, halollik, adolatlilik kabi axloqiy-irodaviy sifatlarini rivojlantirish bilan bevosita bog'liqdir. To'g'ri harakatlarga o'rgatishning butun jarayoni bolalarda estetik hislarni tarbiyalaydi. Bolalar asta-sekin egallab boradigan chiroyli harakatlar, aniq saflanish, ularning yoshiga xos o'yin obrazlarining ijodiy ifodaliligi, o'yinlarda she'riy matnlar, o'yin boshlanmalari, sanashmachoqlar – bularning hammasi bolalarda estetik didni tarbiyalash vazifasiga xizmat qiladi. Bolalar va tarbiyachilarning kostyumlari, jismoniy tarbiya qo'llanmalari va hokazolarning tashqi bezatilishi katta ahamiyat kasb etadi. Ta'lim jarayonini tashkil etish bolalarni ular kuchi yetadigan mehnat harakatlarida mashq qildirish imkonini beradi. Tarbiyachi bolalardan jismoniy tarbiya jihozlarini o'zlari tartibli va toza saqlashlarini (ixcham o'ralgan bayroqchalar, dazmollangan lenta, ro'molchalar va h.k.) muntazam talab qilib turadi. Bu haqida birinchi navbatda navbatchilar qayg'uradilar va zarur buyumlarni avaylab joylashtiradilar. Shu bilan birga ular barcha bolalar foydalanishlari qulay bo'lishi uchun predmet va inventarlarning joylashish tartibini ham e'tiborda tutadilar. Bolalar sharlar, to'plar va hokazolarni vaqti-vaqti bilan yuvib, yirik jihozlarni artib turadilar. Bunday tadbirda barcha tarbiyalanuvchilar tarbiyachi rahbarligida ishtirok etadilar. Shunday qilib, harakatlarga o'rgatish jarayonida bolalarda aqliy qobiliyat, axloqiy va estetik tuyg'ular rivojlanadi, o'z faoliyatiga ongli

munosabat va shu bilan bogʻliq ravishda maqsadga intilish, uyushqoqlik shakllanadi. Bularning hammasi oʻzaro aloqadorlikda taʼlim jarayoniga umumiy yondashishni amalga oshirilishi hisoblanadi. Mazkur jarayon har tomonlama rivojlangan shaxsning shakllanishiga xizmat qiladi.

References:

1. Dergunskaya V.A., Koshkina A.A., Oʻyinlar - maktabgacha tarbiyachilar bilan tajriba: Oʻquv-uslubiy yordam - Moskva, Ustoz ta'limi markazi, 2013 - 64 p.
2. Имомова Ш.М., Норова Ф.Ф. УЧЕБНЫЕ МЕТОДЫ ОРГАНИЗАЦИИ СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ МЕРОПРИЯТИЙ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ// Вестник науки и образования, 2021. № 9 (112). Часть 2. С.38.

