

**MAKTABGACHA YOSHDAGI BOLALARNING TEZKORLIK VA KUCH JISMONIY
SIFAT KO'RSATKICH DARAJALARINING TAHLILI****Qosimov Bekzod Zoirovich****O'zbekiston davlat jahon tillari universiteti****Jismoniy madaniyat va sport kafedrası katta o'qituvchisi****<https://doi.org/10.5281/zenodo.15602627>**

Annotatsiya. Maktabgacha yoshdagi bolalar uchun gimnastika vositalarining o'rganilishi, o'yinlar va faoliyatlar orqali amalga oshiriladi, bu esa bolalarning qiziqishlarini uyg'otadi va ularni jismoniy mashqlarga jalb qilishni osonlashtiradi. Shu bilan birga, pedagoglar bolalarning jismoniy faolligini oshirish uchun samarali treninglar va mashqlarni amalga oshirishi kerak.

Kalit so'zlar: Gimnastika vositalari, jismoniy rivojlanish, metodologik asoslar, o'rganilganlik holati, faoliyatlar va o'yinlar, jismoniy tarbiya, pedagogik metodlar, harakat va muvozanat.

Respublikamizda sog'lom turmush tarzini shakllantirish, aholining, ayniqsa yosh avlodning jismoniy tarbiya va ommaviy sport bilan muntazam shug'ullanishi uchun zamon talablariga mos shart-sharoitlar yaratish, sport musobaqalari orqali yoshlarda o'z irodasi, kuchi va imkoniyatlariga bo'lgan ishonchni mustahkamlash, mardlik va vatanparvarlik, ona Vatanga sadoqat tuyg'ularini kamol toptirish masalasi davlat siyosatining ustuvor yo'nalishi darajasiga ko'tarilmoqda. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining "O'zbekiston Respublikasi maktabgacha ta'lim tizimini 2030 yilgacha rivojlantirish kontseptsiyasini tasdiqlash to'g'risida"gi Qarorida maktabgacha ta'lim tizimini rivojlantirishning maqsadlari va ustuvor yo'nalishlari belgilab berildi.

Respublikamizda sog'lom turmush tarzini shakllantirish, aholining, ayniqsa yosh avlodning jismoniy tarbiya va ommaviy sport bilan muntazam shug'ullanishi uchun zamon talablariga mos shart-sharoitlar yaratish, sport musobaqalari orqali yoshlarda o'z irodasi, kuchi va imkoniyatlariga bo'lgan ishonchni mustahkamlash, mardlik va vatanparvarlik, ona Vatanga sadoqat tuyg'ularini kamol toptirish masalasi davlat siyosatining ustuvor yo'nalishi darajasiga ko'tarilmoqda. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining "O'zbekiston Respublikasi maktabgacha ta'lim tizimini 2030 yilgacha rivojlantirish kontseptsiyasini tasdiqlash to'g'risida"gi Qarorida maktabgacha ta'lim tizimini rivojlantirishning maqsadlari va ustuvor yo'nalishlari belgilab berildi.

Zamonaviy ta'limiy-psixologik tadqiqotlarda erta bolalik davrida jismoniy faollikni rivojlantirishning afzalliklari keng e'tirof etilgan. Ko'pincha kuch, egiluvchanlik, muvozanat va koordinatsiyaning uyg'unligi bilan ajralib turadigan gimnastika maktabgacha yoshdagi bolalarning jismoniy va kognitiv o'sishini rag'batlantirishda asosiy vosita bo'lib xizmat qiladi. Balans to'sinlari, gimnastika gilamchalari, sakrash apparatlari kabi gimnastika vositalaridan foydalanish erta yoshdagi bolalar jismoniy tarbiya dasturlarining ajralmas qismiga aylanmoqda.

Istiqbolli salohiyatga qaramay, maktabgacha ta'limda ushbu vositalarni amalga oshirish uchun qo'llaniladigan uslubiy asoslarda bo'shliqlar saqlanib qolmoqda. Erta gimnastika aralashuvining barqaror afzalliklari to'g'risidagi ma'lumotlarning cheklanganligi, shuningdek, tarbiyachilar uchun mashg'ulot uslublarining standartlashtirilmaganligi ilg'or tajribalarni takomillashtirish uchun ko'proq tadqiqotlar zarurligini ko'rsatadi. Bundan tashqari, maktabgacha ta'lim muhitining turli xil ijtimoiy-iqtisodiy sharoitlari barcha bolalarning bunday rivojlanish imkoniyatlariga ega bo'lishini ta'minlaydigan gimnastika vositalarini qo'llashga moslashuvchan yondashuvlarni talab qiladi.

Bolalarni rivojlanish yosh xususiyatlarini o'rganishda yosh davrlariga katta e'tibor qaratish lozim. Bolalarni yosh davrlariga bo'lishda bir qancha olimlar ilmiy-tadqiqotlar olib borganlar. J.Plake (1896-1970), L.Kolberg, A.Vallon, R.Zazzo, G.Grim chet el olimlari, L.S.Vegotskiy, L.I.Bogovich, D.B.Elkonin, A.A.Lyublinskaya, A.V.Petrovskiy, o'zbek psixolog olimlaridan M.Vohidov, E.Toziyev, S.A.Axundjanova, M.Sh.Rasulova, R.I.Sunnatova va boshqalar yosh davrlarini turli yosh bosqichlariga ajratish bo'yicha ilmiy-tadqiqot ishlarini olib borganlar. Shularga asoslangan holda yosh davrlarini quyidagi bosqichlarga ajratish mumkin. 1) Go'daklik davri – tug'ildandan 1 yoshgacha; 2) ilk bolalik davri – 1 yoshdan 3 yoshgacha; 3) maktabgacha davr – 3 yoshdan 7 yoshgacha;

Jismoniy tarbiya jarayoni-bu ikki tomonlama jarayondir. Bir tomondan o'rgatishga intilayotgan o'qituvchi, ikkinchi tomondan o'rganishga xohishi bo'lgan o'quvchi qatnashadi. Tajribalar shuni ko'rsatadiki, agar o'quvchi oldiga qo'yilgan vazifaning mohiyatini tushunib etsa va uning hal etilishiga qiziqsa, o'rgatishning muddati tezlashadi va sifati yaxshilanadi.

Xulosa. Ularga metodik ta'sir etishning xilma-xil usullaridan foydalanishi kerak. O'quv materialini o'zlashtirish va mustahkamlash uchun, mashqlarga bo'lgan ehtiyojda katta farq mavjud. Har bir o'quvchida zaruriy mashqlarning soni va hajmi har xil: alohida shug'ullanuvchilarning o'rgatish tempi har xil. Alohida harakat faoliyatining texnikasini o'zlashtirib olishda o'quvchilarning xususiyatlarini hisobga olib, yordamchi mashqlarning xarakterini va hajmini o'zgartirib berish zarur.

Shuning uchun bola hayotining ilk kunlaridan boshlab shunday sharoit yaratish kerakki, bolaning tetik, ijobiy emotsional holati, jismonan va psixik to'laqonli rivojlanishi ta'minlanishi lozim.

References:

Используемая литература:

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. S.Achilova "Maktabgacha ta'limda jismoniy tarbiya nazariyasi va metodikasi va bola rivojlanishi" (Oliy va o'rta maxsus ta'lim vazirligi 2022 yil 19 iyuldagi 233-son bayonnomasi).
2. Qosimov, B., & Raxmonov, D. (2023). GIMNASTIKA MASHG'ULOTLARINING MAKTABGACHA YOSHDAGI BOLALARGA FOYDASI. *Theoretical aspects in the formation of pedagogical sciences*, 2(14), 14-18.
3. Qosimov, B., & Raxmonov, D. (2023). MAKTABGACHA YOSHDAGI BOLALARNING GIMNASTIKA MASHG'ULOTLARINI TASHKIL ETISH. *Theoretical aspects in the formation of pedagogical sciences*, 2(13), 196-199.
4. Raxmonov, D., & Qosimov, B. (2023). MAKTABGACHA YOSHDAGI BOLALARNI ASOSIY VOSITALAR YORDAMIDA SPORTGA TAYYORLASH, MUVOFIQLASHTIRISH VA RIVOJLANISH YO'NALISHIDAGI GIMNASTIKA. *Science and innovation in the education system*, 2(7), 30-32.
5. Zoirovich, Q. B. (2023). MAKTABGACHA YOSHDAGI BOLALARNI GIMNASTIKA VOSITALARI ASOSIDA JISMONIY TAYYORGARLIGINI OSHIRISH. *Journal of Universal Science Research*, 1(9)