

**BOSHLANGICH SINIF O'QUVCHILARIDA HARAKAT SIFATINI RIVOJLANTIRISH
METODIKASI****Kalanova Dilnora Shanazarovna***Toshkent shahar Yunusobod tumani 273-umumta'lim maktabining boshlang'ich
sinf o'qituvchisi***Tog'ayeva Marhabo Abdinazar qizi***Toshkent shahar Yunusobod tumani 273-umumta'lim maktabining boshlang'ich sinf
o'qituvchisi*

Annotatsiya: *Maqolada boshlang'ich sinf o'quvchilarida harakat sifatlarini rivojlantirishda harakatli o'yinlardan vosita sifatida to'g'ri foydalanish muhokama qilinadi. Zamonaviy O'zbekistonning hozirgi bosqichda boshlang'ich sinf jismoniy tarbiya sohasidagi muammolari ochib berilgan. Dars shaklida boshlang'ich sinf o'quvchilarining harakat sifatlarini rivojlantirishni tabaqalashtirilgan dasturlash bilan bog'liq yangi yondashuvlarni ishlab chiqish masalalari ko'rib chiqiladi, bu maktabda jismoniy tarbiya muammolarini hal qilishni takomillashtirishga imkon beradi. Ishlab chiqilgan uslublarning ijobiy ta'siri aniqlanadi. Belgilangan vazifalarni hal qilish uchun tadqiqot usullari majmuasi qo'llaniladi: tadqiqot muammosi bo'yicha psixologik-pedagogik adabiyotlarni nazariy tahlil qilish, o'quv dasturlarini tadqiq qilish; empirik - pedagogik kuzatish, so'rovnoma qilish; tadqiqot natijalarini qiyosiy tahlil qilish usullari. Jismoniy tarbiya jarayonida o'quvchilarning harakat faolligini, axloqiy-irodaviy sifatlarni shakllantirish diagnostikasi uchun muallif uchta tarkibiy komponentni aniqladi: kognitiv, hissiy-motivatsion va faollik.*

Kalit so'zlar: *o'quvchilar, harakat sifatleri, tajriba, metodika, boshlang'ich sinf, nivojlanish, jismoniy xususiyatlar.*

KIRISH

Inson o'zini jismonan tarbiyalashi uchun jismoniy tarbiya va sportning zarurligini tushunib yetishi va qunt bilan o'ziga yoqqan ma'lum bir jismoniy mashg'ulotlar tizimi asosida salomatligini shakllantirishi kerak. Yosh avlodning jismoniy qobiliyatini har tomonlama rivojlantirish tarbiyaning ajralmas qismi bo'lgan jismoniy tarbiya jarayonida amalga oshiriladi. Jismoniy tarbiyaning maqsadi jamiyatning sog'lom, xushchaqchaq, har tomonlama jismoniy rivojlangan, mehnat va Vatan himoyasiga tayyor turgan quruvchilarini tarbiyalashdan iborat uzoq muddatli, uyushtirilgan pedagogik jarayondir. Jismoniy tarbiya oldida turgan vazifalarni hal etishda xalq milliy harakatli o'yinlarini to'plash va ularni hayotga tadbiq etish, ulardan oqilona foydalanish zarurligi bugungi kunda yaqqol namoyon bo'lmoqda.

ADABIYOTLAR TAXLILI VA METODOLOGIYA

Boshlang'ich sinf o'quvchisining jismoniy sifatlarini rivojlantirish uchun harakatli o'yinga asoslangan dars, mashqlarni to'g'ri tashkil etish va o'tkazish eng muhim

masaladir. K.Balsevich tadqiqoti bo'yicha, bolalarning jismoniy faolligini quyidagicha ta'riflab beradi: 1-4 sinf bolalar jismoniy sifati ko'rsatkichining barchasi o'sishning yuqori tempda borayotganligini namoyon etadi. Faqat egiluvchanlik ko'rsatkichining tempi bu davrda pasayib boradi. Bu yoshdagi bolalarda biodinamik harakatning va eng avvalo, koordinatsion qismlarning shiddatli rivojlanishi ro'y beradi. 1-4 sinf orasida jismoniy sifatlarning va koordinatsion qobiliyatning, inson harakat faolligining namoyon bo'lishi uchun amaliy jihatdan juda yaxshi zamin tayyorlanadi. F.N.Nasriddinov, A.Sh.Qosimovlar ko'rsatkichlari bo'yicha jismoniy tayyorgarlik natijalari yoshdan yoshga o'tish bilan hamma ko'rsatkichlar ma'lum miqdorda ortib borishini ko'rsatadi. A.N.Liviskiy ilmiy tadqiqot ishlarining ko'rsatishicha, qo'l panjalari mushaklarining kuchi 7 yoshda 13-14 kg.ga yetadi. Shu yoshdan boshlab, harakatli o'yinlar vositasida, bu sifatlarni yanada rivojlantirish ehtimoli kuchli. Yosh o'zgarishi dinamikasida ayrim keskin bosqichlar belgilanganki, ular morfologik va funksional xususiyatlar majmui bilan tavsiflanadi. Boshlang'ich sinf o'quvchilarning sog'lomlashtirish-tarbiyaviy ishlarini harakatli o'yinlar vositasida yanada jonlantirish uchun ularning jismoniy rivojlanish va tayyorgarlik ko'rsatkichi o'rtasidagi o'zaro bog'liqligini aniqlash lozim. Bu samarali vositalarni tanlashga, keyin pedagogik sinov-tajriba o'tkazishga imkoniyat yaratadi.

Maktab o'quvchisining shaxs, komil inson bo'lib shakllanishida, rivojlanishida jismoniy tarbiya alohida ahamiyat kasb etishi shubhasiz. Xalq jismoniy tarbiyasi esa insoniyat rivojining ilk bosqichlaridayoq bola va o'smirlarning shakllanishida asosiy vositalaridan biri bo'lgan. Shu bois bugungi o'zligimizga qaytgan davrimizda xalqning milliy qadriyatlariga asoslangan jismoniy tarbiya alohida ahamiyat kasb etmoqda.

NATIJALAR

Boshlang'ich sinf o'quvchilari o'yinlarining ruhi, tabiati, xarakteri, ishtirokchilarning xatti-harakatlari kabi jihatlariga ham e'tibor berish zarur. Boshlang'ich sinf o'quvchilari jismoniy tarbiyasini qiziqarli va foydali o'tkazish uchun biz tavsiya etayotgan ba'zi milliy o'yinlardan foydalanishda ham xuddi shu xususiyatlarga e'tibor berish kerak. Boshlang'ich sinf o'quvchilarida jismoniy tarbiya darslarida qadriyatlarga muhabbat uyg'otish, xalq an'analarini avaylab-asrashga o'rgatish ko'p jihatdan xalq milliy harakatli o'yinlaridan unumli foydalana bilishga bog'liq bo'ladi. Sababi, milliy harakatli o'yinlar orqali bola bir tomondan jismoniy bilimlarni

shu orqali qadriyatlarga qiziqtirish muhim ahamiyat kasb etadi. 1-4 sinf bolalar yoshiga mos o'yinlarni jismoniy sifatlarni rivojlantirishiga ko'ra quyidagi guruhlariga ajratish mumkin:

1. Bolalarda tezkorlikni va egiluvchanlikni tarbiyalovchi o'yinlar;
2. Bolalarda kuchni oshirib beruvchi o'yinlar.
3. Bolalarda chidamlilikni va chaqqonliknirivojlantiruvchi o'yinlar.

Ayrim o'yin turlari bolalarning barcha bo'g'inlariga mos kelishi mumkin, ya'ni jismoniy sifatlarni yaxlit holda tarbiyalashga qaratilgan o'yinlar ko'pchilikni ta'skil etadi, ularda turli jismoniy sifatlarning ketma-ket rivojlanishi mumkin. Milliy harakatli o'yinlardan foydalanish jarayonida boshlang'ich maktab o'quvchilarining quyidagi o'ziga xos xususiyatlarini hisobga olish kerak:

1. Boshlang'ich sinf o'quvchisining kattalar faoliyati, ularning predmetlarga munosabati va o'zaro muomalasiga, munosabatiga qiziqishining ortishi.

2. Bolalar xalq harakatli o'yinlari atrofdagi voqelikning eng tashqi ifodali, jo'shqin his-tuyg'uli jihatlari aks ettirishini.

3. Xarakatli o'yinlarda boshlang'ich sinf o'quvchisining kattalar bilan bir xil sharoitda, yagona zaminda yashayotganini his etgan holda o'z istagini amaliyotga tadbiiq qila olishi.

MUHOKAMA

Yosh avlodning jismoniy jihatdan to'kis, sog'lom, Vatan himoyasiga tayyor, baquvvat tarzda o'sib-ulg'ayishidan xalq ham, jamiyat ham manfaatdor, Buning uchun o'quvchilar jismoniy tarbiya bilan chuqur shug'ullanishlari, turli milliy harakatli o'yinlardan foydalanish mahoratini egallashlari zarur. Bu esa yosh avlod tarbiyasiga e'tiborni yanada kuchaytirish, ularni o'z xalqi, mustaqil davlati va jamiyat oldidagi burchini his etish ruhida tarbiyalashdek g'oyat muhim vazifalar bilan bog'liq tarzda maktabda o'qiy boshlagan birinchi kundanoq mehnatga muhabbat, ishchanlik, boshlangan ishini oxiriga yetkazish, sabotlilik xususiyatlarini shakllantirish imkoni yaratiladi. Bunda jismoniy tarbiyaning barcha zamonaviy vositalari bilan birga o'zbek xalq milliy harakatli o'yinlari juda qo'l keladi, chunki bu o'yinlar bolalarni ruhiy, jismoniy, ma'naviy jihatdan tarbiyalashning barcha jihatlari o'z ichiga ola biladi. Zero, millatning kelajagi bo'lgan yoshlarni sog'lom, yetuk va komil inson qilib tarbiyalash mustaqil yurtimiz kelajagining egallasa, ikkinchi tomondan, uni jismoniy tarbiyaga, zamini mustahkam bo'lishiga xizmat etadi. Xarakatli o'yinlari va milliy sport turlari tarixiy taraqqiyot jarayonida jiddiy o'zgargani, har bir iqtisodiy tuzum ularning mazmuni, qoidalarida o'zining muayyan izini qoldirgani haqida yuqorida to'xtalgan edik. Ba'zi o'yinlarning nomi va qoidalari hozircha saqlanib qolgan. Ana shunday o'yinlardan foydalanishda bolalarga jismoniy ta'siridan tashqari tarbiyaviy ta'sir ko'rsatishini ham nazardan soqit qilmaslik, ularni ijodiy qo'llashni maqsadga muvofiqlashtirish kerak. Masalan, Uloq» o'yini deganda odatda ot bilan o'ynaladigan, chavandozlar haqiqiy uloq uchun kurashadigan qadimiy ko'pkari o'yini tushuniladi.

XULOSA

Ma'lumki, bolalar jismoniy tarbiyasi, jismoniy rivojlanishi va tayyorgarligini usuliy, pedagogik nuqtai nazardan to'g'ri aniqlash uchun bolalar fiziologiyasi hamda ruhiyatini yaxshi bilish shart, shularga suyangan holda har bir mashg'ulot oldidan ma'lum vazifalar qo'yilishi lozim. Vazifalar soni ikki-uchtadan iborat bo'lib, ularni bir necha guruhlarga bo'lib o'tish, asosiy harakatlar va mashqlar, milliy harakatli o'yinlar

tanlanadi. Tanlangan mashqlar, birinchidan, asosiy harakatlar bilan bog'liq bo'lishi lozim. Ikkinchidan, mashqlar o'quvchilarning yoshiga, tayyorgarlik darajasiga, jinsiga mos bo'lishi ham kerak. Bundan tashqari bu mashqlar bolaga oddiy, tushunarli, tanish va ular bajara oladigan bo'lishi lozim.

REFERENCES:

1. Abdullaeva M. Bolalar o'yinlarida o'zaro munosabatlar. //Boshlang'ich ta'lim.- Toshkent,2000y
2. Ishmuxamedov R.J., Abduqodirov A.A., Pardaev A. Tarbiyada innovatsion texnologiyalar (ta'lim muassasalari o'qituvchilari, tarbiyachilari, guruh rahbarlari uchun amaliy tavsiyalar).-T.: Iste'dod, 2010.-140 bet
3. Ishmuhamedov R., Yuldashev M. Ta'lim va tarbiyada innovatsion pedagogik texnologiyalar.-T.: "Nihol nashryoti, 2013 yil 278 bet.
4. Yo'ldoshev J.G', Usmonov S.A. Pedagogik texnologiya asoslari. -T.: "O'qituvchi", 2004. -102 b.
5. M.E.Jumaev, M.Yu.Yuldasheva, B.U.Mingbaeva, G.A.Mamatova "Boshlang'ich ta'limni o'qitishda zamonaviy yondashuvlar va